

ABSTRAK

Okky Satria Putra. 2018. “Pengaruh Latihan *Push-Up* Dan *Ball Slams* Terhadap Kemampuan *Service Floating* dalam Permainan Bola Voli Pada Atlet Klub Semen Padang”

Masalah pada penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *service floating* dalam permainan bola voli pada Atlet Klub Semen Padang dan belum terlihat digunakan pemain pada saat pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *push-up* dan *ball slams* terhadap kemampuan *service floating* dalam permainan bola voli pada atlet klub Semen Padang.

Jenis Penelitian ini adalah eksperimen semu dengan rancangan penelitian *one group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bola voli klub Semen Padang sebanyak 45 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel berjumlah 20 orang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah pengaruh signifikan latihan *push-up* dan *ball slams* terhadap kemampuan *service floating* dalam permainan bola voli pada atlet klub Semen Padang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok diberi latihan *push-up* didapatkan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7.73 > 1.833$). Artinya adanya pengaruh latihan *Push-Up* Terhadap Kemampuan *Service Floating* Atlet Bola Voli Klub Semen Padang. Pada kelompok diberi latihan *ball slam* $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($11.67 > 1.833$). Artinya adanya pengaruh latihan *Ball Slam* Terhadap Kemampuan *Service Floating* Atlet Bola Voli Klub Semen Padang. Untuk melihat perbedaan latihan *Push-up* dan latihan *Ball Slam* Terhadap Kemampuan *Service Floating* Atlet Bola Voli Klub Semen Padang didapatkan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($16.68 > 1.833$). Dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan latihan *Push-up* dan latihan *Ball Slam* Terhadap Kemampuan *Service Floating* Atlet Bola Voli Klub Semen Padang. Dimana nilai rata – rata tertinggi didapatkan pada latihan *push-up*.

Kata Kunci : *Push-Up*, *Ball Slams* dan Kemampuan *Service Floating*