

ABSTRAK

Indra Gunawan. 2019. PENGARUH VARIASI LATIHAN SEPAK SILA TERHADAP KETEPATAN OPERAN BOLA DALAM SEPAK TAKRAW (Studi Eksperimen Pada Pemain Sepak Takraw Putra SMP Negeri 17 Sijunjung)

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya ketepatan operan bola dalam sepak sila dalam memberikan operan yang dimiliki oleh pemain. Variabel dalam penelitian ini adalah variasi latihan sepaksila sebagai variabel bebas dan ketepatan operan bola sebagai variabel terikat. Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui pengaruh variasi latihan sepak sila terhadap ketepatan operan pemain sepak takraw putra SMP 17 Sijunjung.

Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen. Populasi pemain sepaktakraw SMP Negeri 17 Sijunjung berjumlah 12 orang, sampel dalam penelitian ini di ambil dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan operan, untuk mengukur ketepatan operan bola dalam sepaktakraw. Setelah itu, data diolah dengan statistik, untuk menguji normalitas dengan uji Lilliefors. Untuk pengujian hipotesis dengan uji t dependen sampel.

Berdasarkan analisis data statistik, terdapat rata-rata *pre-test* **0,50**, dan rata-rata *post-test* **4,25**. Berdasarkan analisis uji t menghasilkan sebesar t_{hitung} **5,74** dan t_{tabel} sebesar **1,79**. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh variasi latihan sepak sila terhadap ketepatan operan bola sepaktakraw.

Kata Kunci : Variasi Latihan Sepak Sila, Ketepatan Operan