

**PENGARUH METODE LATIHAN *DRILL SMASH* DEPAN TERHADAP
KETEPATAN *SMASH* ATLET VOLI RTBK KECAMATAN BUNGUS
TELUK KABUNG KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



JEFRI ANANDA PRATAMA

21087026/2021

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

DEPARTEMEN KEPELATIHAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2025

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : **Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Voli RTBK Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang**

Nama : Jefri Ananda Pratama

NIM : 21087026

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

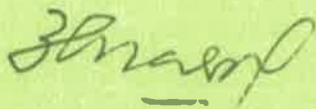
Departemen : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2025

Disetujui Oleh :

Kepala Departemen Kepelatihan



Dr. Masrun, M.Kes, AIFO
NIP.19631104198731002

Dosen Pembimbing



Romi Mardela, S.Pd., M.Pd
NIP.198503052012121001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

NAMA : Jefri Ananda Pratama
NIM/BP : 21087026/2021

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen Kepelatihan
Fakultas Ilmu Olahraga
Universitas Negeri Padang
dengan judul

Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap
Ketepatan *Smash* Atlet Voli RTBK Kecamatan Bungus Teluk
Kabung Kota Padang

Padang, Agustus 2025

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Romi Mardela, S.Pd., M.Pd

1.

2. Anggota : Drs. Hermanzoni, M.Pd

2.

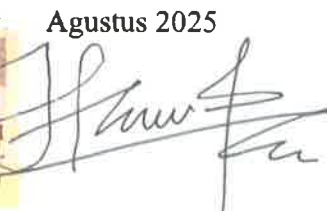
3. Anggota : Yogi Arnaldo Putra, S.Pd., M.Pd

3.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul "**Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Voli RTBK Kec. Bungus Teluk Kabung Kota Padang**". Adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing dan penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan penyebutan nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang Agustus 2025
 

Jefri Ananda Pratama

NIM. 21087026

ABSTRAK

JEFRI ANANDA PRATAMA : Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Voli RTBK Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang

Masalah dalam penelitian adalah rendahnya prestasi atlet Rambutan Tanah Sirah Batu Baungbuk Kandang (RTBK) Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan drill smash depan terhadap ketepatan smash atlet RTBK.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bola voli yang berlatih di klub RTBK. Teknik penarikan sampel yaitu purposive sampling, dengan jumlah sampel penelitian 10 orang atlet Rambutan Tanah Sirah Batu Baungbuk Kandang (RTBK) berusia 15-20 tahun, atlet berposisi sebagai *spiker*, berjenis kelamin laki-laki. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Tes Keterampilan Smash Voli. Teknik analisis data menggunakan uji-t paired *t test* dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$.

Hasil Penelitian ini adalah terdapat pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap ketepatan *smash* atlet klub RTBK, dimana rata-rata nilai *pre test* 8.60 dan nilai *post test* 13.50 dengan persentase kenaikan 57% nilai *t* hitung 5.371 > *t* tabel 2.262 berdasarkan output pada hasil uji *t test* menunjukkan bahwa nilai *Sig.(2-tailed)* sebesar $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, artinya adanya pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap ketepatan *smash* voli atlet RTBK secara signifikan.

Kata kunci : Latihan *Drill, Smash*, Bola Voli

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti haturkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kekuatan dan kemampuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Voli Kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang“. Selanjutnya sholawat beserta salam tidak lupa peneliti do’akan kepada Nabi Muhammad SAW yang mana berkat beliau kita dapat menjadi bagian deretan panjang umatnya di akhirat nanti.

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam menyusun skripsi ini peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan, maka untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan bimbingan berbagai pihak, maka dari itu peneliti menyampaikan rasa hormat dan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T. Rektor Universitas Negeri Padang
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Dr. Masrun, M.Kes. AIFO selaku Ketua Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Romi Mardela, M. Pd selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan, arahan, saran dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd, Yogi Setiawan M.Pd, dan Yogi Arnaldo Putra, M.Pd sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, dan kritik dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta yaitu ayah Syafril N dan Ibunda Reflidawati yang memberikan kasih sayang, dorongan,

semangat dan doa yang tidak henti-hentinya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Kepada kakek dan nenek yang telah memberikan motivasi sehingga anak cucu pertama ini dapat menyelesaikan skripsi.
8. Kepada adik saya Zikri Ananda Putra, Muhammad Rafid Sava dan Muhammad Al Faruk menjadi motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Fadil dan Rizki teman kecil yang memberikan support dan motivasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada sahabat saya Nurizha dan Lupito yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
12. Teman-teman sesama Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerah diri, semoga penulisan skripsi penelitian ini dapat diterima sebagai amalan sehingga mendapatkan Ridho-Nya, serta berguna bagi yang membaca.

Padang, Mei 2025

Jefri Ananda Pratama

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9

BAB II KAJIAN PERPUSTAKAAN

A. Kajian Teori.....	11
1. Olahraga Bola Voli.....	11
2. Ketepatan Smash Bolavoli.....	17
3. Metode Latihan Drill.....	29
B. Penelitian yang Relevan.....	34
C. Kerangka Konseptual.....	35
D. Hipotesis Penelitian.....	36

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode dan Disain Penelitian.....	38
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	39

C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	40
E. Instrumen Penelitian.....	41
F. Teknik Analisa Data.....	44
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	52
C. Keterbatasan Penelitian.....	55
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Bolavoli.....	13
Gambar 2. Bentuk Pelaksanaan Smash.....	16
Gambar 3. Gerakan Teknik <i>Smash</i>	21
Gambar 4. Kerangka Konseptual.....	36
Gambar 5. Lapangan <i>Tes Smash</i> Bolavoli.....	43
Gambar 6. Histogram <i>Pre Test</i> Ketepatan <i>Smash</i>	48
Gambar 7. Histogram <i>Post Test</i> Ketepatan <i>Smash</i>	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Prestasi Klub RTBK.....	6
Tabel 2. Data Sampel Penelitian.....	41
Tabel 3. Data <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>	47
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data <i>Pre Test</i> Ketepatan <i>Smash</i>	47
Tabel 5. Distrubusi Frekuensi Data <i>Post Test</i> Ketepatan <i>Smash</i>	49
Tabel 6. Uji Normalitas.....	50
Tabel 7. <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i>	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Program Latihan.....	64
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	72
Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian.....	73
Lampiran 4. Surat Validasi Alat.....	74
Lampiran 5. Dokumentasi Alat Penelitian.....	75
Lampiran 6. Biodata Populasi.....	76
Lampiran 7. Biodata Sampel.....	77
Lampiran 8. Data mentah.....	78
Lampiran 9. Uji Normalitas <i>Pre Test</i>	79
Lampiran 10. Uji Normalitas <i>Post Test</i>	80
Lampiran 11. Uji T.....	81
Lampiran 12. Absen Penelitian.....	82
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia adalah salah satu negara berkembang yang berusaha gigih melakukan pengembangan disemua aspek. Salah satunya diaspek yang sama pentingnya adalah pengembangan olahraga. Olahraga sekarang ini telah mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Di mana olahraga telah masuk dalam semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang No 11 tahun (2022) tentang sistem keolahragaan nasional. Tujuan keolahragaan nasional terdapat dalam bab 2 pasal 4 yang berbunyi:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan kutipan di atas, yang menjadi tujuan keolahragaan nasional adalah prestasi. Prestasi adalah salah satu aspek penting dalam dunia olahraga, yang merujuk pada tujuan utama serta hasil tertinggi yang ingin diraih melalui kegiatan olahraga. Salah satu cara untuk mencapai prestasi tersebut, diperlukan pembinaan olahraga yang terencana dan dilakukan secara optimal.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang populer dan cukup digemari di Indonesia. Tingginya minat masyarakat terhadap bola voli terlihat dari seringnya diadakan pertandingan antar klub di berbagai daerah. Pertandingan-pertandingan ini bertujuan untuk membina atlet bola voli yang berbakat dan berkualitas agar dapat mewakili daerahnya di ajang nasional maupun internasional. Tanggung jawab dalam mengembangkan olahraga voli tidak hanya berada di tangan PBVSI, melainkan menjadi tanggung jawab bersama seluruh masyarakat Indonesia.

Menurut Arnaldo (2024) prestasi adalah hasil dari usaha yang dilakukan secara terus-menerus untuk mengembangkan bakat. Dalam olahraga bola voli, seseorang bisa meraih prestasi mereka harus menguasai teknik-teknik yang ada dalam permainan bola voli secara baik. Menurut Setiawan (2024) menambahkan bahwa untuk mencapai prestasi yang maksimal, dibutuhkan kemampuan teknik, kondisi fisik, strategi permainan, serta kekuatan mental. Sedangkan menurut Dixon (2020) menjelaskan bahwa teknik dalam bola voli adalah cara bermain yang efektif dan sesuai dengan aturan permainan agar bisa mendapatkan hasil terbaik.

Dalam permainan bola voli diperlukan teknik dasar adalah: menurut Erianti (2019) ada 6 macam teknik pada bola voli yaitu: 1) *Servis*, fungsinya untuk mengawali permainan; 2) *Passing*, fungsinya untuk menerima atau mengontrol bola yang datang dari daerah lawan maupun teman satu tim; 3) *Umpan*, digunakan untuk memberikan bola kepada

rekan satu tim sesuai dengan kebutuhan agar dapat melakukan serangan dengan optimal; 4) *Smash*, bertujuan untuk menyerang serake wilayah lawan dengan harapan dapat menghasilkan poin atau setidaknya menyulitkan lawan dalam mengembalikan bola; 5) Bendungan/*blok*, dilakukan untuk menahan serangan lawan di dekat net dan dapat sekaligus menjadi upaya serangan balik; 6) *received*, berfungsi untuk mencegah bola menyentuh permukaan lapangan.

Salah satu teknik dalam permainan bola voli yaitu *smash*. Kemampuan melakukan *smash* menjadi keahlian dasar yang wajib dimiliki setiap pemain untuk meluncurkan serangan demi meraih poin dan kemenangan. Agar dapat menguasai teknik ini secara optimal, diperlukan dukungan dari kondisi fisik yang baik, penguasaan teknik yang tepat, serta kekuatan mental (Cirana dkk., 2021).

Supaya melakukan *smash* yang efektif dalam permainan bola voli, seorang atlet perlu didukung oleh beberapa faktor penting seperti penguasaan teknik yang baik, kemampuan bekerja sama tim dalam tim, kesiapan mental, kekompakan antar pemain, serta pengalaman bermain, dan lebih pentingnya harus mempunyai tingkat teknik yang baik, seperti ketepatan *smash*, sehingga ia mampu mengarahkan *smash* ke titik yang ia inginkan, mudah untuk menghindari blok dan *smash* melewati net.

Smash adalah pukulan keras yang biasanya mematikan, karena bola sulit dikembalikan atau diterima. *Smash* memiliki ciri-ciri bola

menukik tajam pada daerah lawan atau titik sasaran. *Smash* merupakan taktik menyerang yang paling efektif untuk dilakukan karena dapat menyulitkan dan mematahkan pertahanan lawan. Menurut (Sinurat dkk., 2023) *Smash* adalah salah satu teknik dasar dalam bola voli yang paling diminati oleh para pemain. Latihan (training) bertujuan untuk membantu atlet mengembangkan keterampilan dan meraih prestasi setinggi mungkin (Putri dkk., 2024). Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *smash* merupakan teknik dalam permainan bola voli yang digunakan untuk mencetak poin dengan cara memukul bola sekuat dan seakurat mungkin ke arah daerah pertahanan lawan.

Metode latihan adalah pendekatan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu, pemilihan metode latihan yang tepat sangat penting agar hasil pembinaan sesuai harapan. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah latihan *drill smash*. Metode *drill* pada dasarnya merupakan bentuk latihan yang berfokus pada pengulangan gerakan, dan sangat cocok digunakan ketika tujuan pelatihan adalah agar atlet menguasai keterampilan gerak tertentu yang sudah terstandar baku (Cirana dkk., 2021)

Drill smash adalah metode pelatihan olahraga yang berfokus untuk meningkatkan teknik *smash* dan akurasi. Latihan *drill smash* ini melakukan *smash* secara berulang-ulang untuk memperbaiki keterampilan pemain dalam melakukan *smash* yang efektif dan tepat sasaran (Syaiuddin & Indardi, 2023). Sedangkan menurut Trianto (2017) metode latihan *drill*

smash merupakan latihan yang dilakukan secara berulang dapat meningkatkan kemampuan *smash* atlet secara signifikan. Latihan ini sangat efektif untuk meningkatkan dan memperbaiki teknik dan hasil pukulan *smash*. *Drill smash* depan merupakan metode latihan dalam olahraga voli yang fokus pada pengembangan teknik melakukan *smash* dari posisi depan. Metode latihan ini dirancang untuk meningkatkan teknik dan efektivitas pukulan *smash*, yang merupakan salah satu teknik yang sering dilakukan untuk mencari poin.

Klub Rambutan Tanah Sirih Batu Baunguk Kandang (RTBK) salah satu klub bola voli yang ada di kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang yang berdiri pada tahun 2018. Klub ini memiliki satu orang pelatih yang bernama Fadli Winarya yang latar belakang pendidikannya merupakan lulusan Sarjana Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam usaha dan mengembangkan prestasi atlet maka pengurus menetapkan jadwal latihan setiap hari 3 hari (Senin, Rabu, Jumat) latihan yang dikontrol langsung oleh pelatih, dan 4 harinya (Selasa, Kamis, Sabtu dan Minggu) lagi latihan berupa game dan diawasi oleh pelatih. Klub RTBK merupakan tempat untuk menyalurkan bakat, minat serta untuk memperdalam kemampuan mereka dalam bermain bola voli. Anggota klub Rambutan Tanah Sirih Batu Baunguk Kandang (RTBK) terdiri dari siswa-siswa Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) dan masyarakat sekitar yang telah terdaftar dalam klub tersebut.

Klub Rambutan Tanah Sirah Batu Baunguk Kandang (RTBK) terdapat sarana dan prasarana yang memadai sangat berperan penting dalam mendukung kelancaran proses latihan, seperti lapangan bola voli, bola, net, lampu penerangan, perlengkapan latihan fisik, serta keberadaan pelatih. Dengan fasilitas yang lengkap dan sesuai, diharapkan para pemain dapat berlatih secara maksimal, menguasai teknik bermain dengan baik, dan pada akhirnya mampu meraih prestasi dalam olahraga bola voli

Namun berdasarkan observasi peneliti bahwa data prestasi pemain bola voli putra RTBK 3 tahun silam dalam event pertandingan Bola voli adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar Prestasi Klub RTBK dalam 3 Tahun Terakhir

Tahun	Kejuaraan	Prestasi	Tingkat
2022	STKR Cup	Semifinal	Kecamatan
2023	Koto Cup I	Semifinal	Kecamatan
2023	Champin Cup	Juara 3	Kecamatan
2024	RTBK Cup III	Juara 1	Kecamatan
2024	Kejurda FKAN U-17	Perempat Final	Daerah

Berdasarkan Tabel 1, prestasi di atas dapat dilihat prestasi atlet Rambutan Tanah Sirah Batu Baunguk Kandang (RTBK) dalam 3 tahun terakhir belum bisa mencapai prestasi yang optimal, dilihat dari pertandingan tahun 2022 atlet tersebut gugur dibabak semifinal, selanjutnya pertandingan tahun 2023 atlet Rambutan Tanah Sirah Batu Baunguk Kandang (RTBK) mengikuti kejuaraan Koto Cup 1 dan masih

gugur pada babak semifinal, di tahun yang sama atlet RTBK mengikuti Champin Cup dan berhasil meraih juara 3. Pada tahun 2024 atlet RTBK mengikuti kejuaraan RTBK Cup III dan meraih juara 1, di tahun yang sama juga atlet Rambutan Tanah Sirah Batu Baungguk Kandang (RTBK) mengikuti Kejuaraan Daerah (KEJURDA) FKAN U-17 namun hanya sampai di perempat final. Rendahnya prestasi atlet bola voli RTBK diduga karena kemampuan *smash* yang masih kurang. Berdasarkan informasi dari pelatih dan pengurus *smash* yang dilakukan atlet mudah di *block* oleh lawan, sering menyangkut di net, dan bola sering keluar lapangan. Hal ini diduga penyebabnya dari beberapa faktor salah satunya kemampuan teknik yang masih kurang, ketepatan *smash*, kondisi fisik yang kurang baik.

Berdasarkan informasi yang diperoleh, sarana dan prasarana yang memadai memiliki pengaruh terhadap pencapaian prestasi atlet. Fasilitas latihan yang lengkap dapat menunjang kelancaran proses latihan, sedangkan kekurangan seperti minimnya jumlah bola, kondisi lapangan yang tidak layak, serta kurangnya peralatan pendukung dapat menghambat efektivitas latihan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kondisi sarana dan prasarana yang kurang memadai akan berdampak negatif pada proses latihan dan potensi prestasi atlet.

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan di atas maka jelas yang menjadi permasalahan adalah rendahnya prestasi atlet disebabkan kemampuan *smash* masih kurang, karena saat melakukan *smash* mudah di blok dan nyangkut di net, serta sarana dan prasarana yang tidak memadai.

Untuk itu sangat penting dilakukan penelitian untuk mengetahui rendahnya penyebab prestasi atlet bola voli klub Rambutan Tanah Sirih Batu Baungbuk Kandang (RTBK). Karena jika dibiarkan terus-menerus maka akan sulit mencapai prestasi yang maksimal dan sesuai dengan yang diharapkan. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti ingin melakukan penelitian yang mana nantinya dapat dijadikan sebagai salah satu solusi dalam memecahkan permasalahan yang terjadi demi perkembangan prestasi bagi atlet bola voli putra klub Rambutan Tanah Sirih Batu Baungbuk Kandang (RTBK) kecamatan Bungus Teluk Kabung Kota Padang

Menyikapi hal tersebut maka peneliti tertarik untuk menguji dan melakukan penelitian yang mendalam tentang **"PENGARUH METODE LATIHAN *DRILL SMASH* DEPAN TERHADAP KETEPATAN *SMASH* ATLET VOLI RTBK"**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Akurasi pukulan *smash* untuk menempatkan bola yang dituju masih kurang pada atlet bola voli putra klub RTBK .
2. Atlet bola voli klub RTBK belum memiliki ketepatan pukulan *smash* yang bagus.
3. Kelengkapan sarana dan prasarana merupakan faktor yang mempengaruhi prestasi atlet bola voli klub RTBK.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, ternyata ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan *smash* klub RTBK, oleh karena itu dengan berbagai keterbatasan peneliti, maka peneliti hanya melihat bagaimana pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap ketepatan *smash* pada atlet klub RTBK.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : Apakah terdapat Pengaruh Metode Latihan *Drill Smash* Depan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Bola voli RTBK Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap ketepatan *smash* atlet bola voli RTBK Kec. Bungus Teluk Kabung Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian ini yaitu:

1. Sebagai syarat memperoleh gelar Strata 1 (S.Pd) bagi Penulis.
2. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan.
3. Para atlet sebagai sarana untuk mengetahui kemampuan dalam melakukan *smash* permainan bola voli.
4. Para pelatih/ pembina dan pengurus sebagai bahan masukan untuk menyusun program latihan guna mencapai prestasi yang lebih baik.

5. Peneliti dapat memperkaya pengetahuan tentang pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap ketepatan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat pengaruh metode latihan *drill smash* depan terhadap peningkatan ketepatan *smash* voli putra RTBK Kota Padang. Berdasarkan hasil penelitian di temukan $t_{hitung} 5,371 > t_{tabel} 2,262$. Dengan mean hasil *pre test* 8.60 dan mean hasil *post test* 13.50 peningkatan mean sebesar 4.90 Maka kesimpulannya adalah latihan metode *drill smash* depan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan ketepatan *smash* bola voli.

B. Saran

1. Bagi pelatih diharapkan agar dapat menerapkan latihan metode *drill* yang tepat dalam menyusun program latihan dan lebih bervariasi lagi agar suasana dalam latihan tidak monoton.
2. Bagi atlet putra RTBK Kota Padang disarankan agar dapat meningkatkan kemampuan ketepatan *smash* dengan cara melakukan latihan secara berulang-ulang.
3. Bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini agar dapat mencari variasi lain dalam metode latihan peningkatan ketepatan *smash* atlet dan menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan meneliti dengan jumlah populasi atau sampel yang lebih besar serta di daerah yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Haliq, M. (2020). The effect of a training program using speed-specific strength exercises on sensory-motor perception in learning stroke forehand smash in badminton material for students of the Hashemite University. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(6), 299–307.
- AL AJJAJ, M. I. (2024). *PENGARUH LATIHAN DRILLING SMASH SASARAN TETAP DAN SASARAN BERUBAH TERHADAP KETEPATAN SMASH PADA ATLET CLUB VOLI TUNAS BOJA*. Universitas PGRI Semarang.
- Anwar, C., Kusuma, B., & Fatkhu, I. (2020). Analisis Biomekanika Open Smash Bola Voli di Club Bina Taruna Semarang. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 5(2), 76–82. <https://doi.org/10.15294/jsce.v5i2.36922>
- Argantara, A., Iqbal, M., & Chan, A. S. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Permainan Bolavoli. *Semnara 21*, 112–118.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini (studi eksperimen pada siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 1–16.
- Bompa, C. . (2005). *Periodization training for sport*.
- Cirana, W., Hakim, A. R., & Nugroho, U. (2021). Pengaruh Latihan Drill Smash Dan Umpan Smash Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020. *Pengaruh Latihan*

Drill Smash Dan Umpan Smash Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020, 7(1).

Dermawan. (2018). Perencanaan latihan (periodisasi). *Universitas Negeri Jakarta*.

Dewi, R., & Daulay, B. (2020). Pengembangan instrumen tes passing bolavoli berbasis digital. *Jurnal Prestasi*, 4(01), 9–16.

DFR. (2024). *UJI T BERPASANGAN (PAIRED SAMPEL T-TEST)*.
<https://proofficial.id/paired-sample-t-test-dengan-perhitungan-secara-manual-dan-spss/>

Dixon. (2020). Pengaruh Latihan Push-Up Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Lengan pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli di SMPK Nurobo. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 3(2), 93–101.
<http://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index>

Dwijayanti, B. (2024). *PENGARUH LATIHAN METODE DRILL JARAK BERTAHAP TERHADAP KEMAMPUAN SHOOTING ATLET PANAHAN DI DEGA ARCHERY SCHOOL*. Universitas Bina Darma.

Erianti. (2019). *Bola Voli* (Syafuruddin (ed.); Pertama).

Fanani, Z. (2020). Peningkatan kemampuan teknik dasar passing permainan bola voli melalui metode drill. *Education Journal: Journal Educational Research and Development*, 4(2), 111–126.

Fatmawati, I., Arafat, Y., & Kurniawan, C. (2022). Analisis Kemampuan Siswa

- dalam Mengerjakan Soal Jurnal Umum Pada Mata Pelajaran Akuntansi. *Jurnal Neraca: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Ekonomi Akuntansi*, 6(1), 64.
<https://doi.org/10.31851/neraca.v6i1.7690>
- Fernandes, M. R., & Sin, T. H. (2019). Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolavoli Putri Klub Reger SMPN 3 X Koto Singkarak Kabupaten Solok. *Jurnal JPDO*, 2(1), 95–102. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/198>
- Fitriadi, S., & Barlian, E. (2019). Pengaruh latihan drilling lob dan strokes lob berpola terhadap peningkatan kemampuan pukulan lob atlet bulutangkis putra Pb. Illverd Kota Padang. *Jurnal Patriot*, 1(1), 77–82.
- Ifwandi, Munizar, & Razali. (2016). Kontribusi Power Otot Tungkai Dan Power Otot Lengan Terhadap Pukulan Smash Pada Pemain Bola Voli Club Himadirga Fkip Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 2(1), 26–38.
- Indonesia, R. (2022). *Undang-undang (UU) nomor 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan. 1.*
- Irwanto, E., & Nuriawan, R. (2021). Passing, pengumpan dan serangan pada permainan bolavoli. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)*, 4(1).
- Isnanto, B. (2023). Pengaruh Power Otot Tungkai, Kelentukan Otot Punggung Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bolavoli Klub Mustank Kota Pekanbaru. *Detikproperti*, 7, 119–121.

- Isyani, I. P., Mulyani, S. E., Hariyanto, F. A., & Susilawati, I. (2021). Pelatihan Senam Olahraga Tradisional Pada Guru MA AL Ijtihad Danger Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Cahaya Mandalika (Abdimandalika) e-ISSN 2722-824X*, 2(2 (Desemb), 186–189.
- Karey. (2022). *UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SMASH BOLA VOLI MENGGUNAKAN MEDIA BOLA GANTUNG DI SMK NEGERI 2 PALOPO*. *Iv*, 1–11.
- Lubis, I. N., & Mulyana, N. (2024). *Survey Kemampuan Smash Quick dalam Permainan Bola Voli di Klub Bina Prestasi Kab . Brebes Tahun 2023*. 1(4).
- Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 63–70.
- Mukholid, A. (2004). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani dan Prinsip-Prinsip Penerapannya*. Direktorat Jendral Olahraga.
- Nurmutmainnah. (2019). *PADA BKMF BOLAVOLI FIK UNM The Influence of Legs Explosive Power , Trunk Flexibility , and Eyes-Hands Coordination on Smash Skills in Volleyball of BKMF Volleyball in FIK UNM*.
- Pardiman, Aden Wijaya, & Siti Euis Kartika. (2021). Studi Literatur Latihan Vertical Jump Terhadap Teknik Block Pada Permainan Bola Voli. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 6(2), 42–51.
<https://doi.org/10.54438/sportif.v6i2.266>

- Puput Widodo. (2022). Pengaruh Metode Latihan Drill Smash Depan terhadap Ketepatan Smash Permainan Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli MTs Sultan Agung Kalipoh. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 4920–4927.
- Putra. (2024). *Permainan bola voli adalah suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (di-volley) di udara bolak balik di atas net (jaring), dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan untuk mendapatkan poin dan memenangkan pert.*
- Putri, S. A. J., Fachrezzy, F., & Maslikah, U. (2024). Pengembangan Model Latihan Teknik Hakdari Soegi pada Atlet Poomsae Taekwondo Prabu. *Mutiara: Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 2(5), 83–98.
- Romi Mardela. (2020). *PENGARUH LATIHAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN SMASH*. 2(2017), 898–906.
- Saharullah, D. R. (2018). *KOMPONEN LATIHAN FISIK*. UPT Pepustakaan.
- Saharullah, H. (2019). *Dasar - Dasar Ilmu Kepelatihan*.
- Saharullah, S. (2020). *Dasar-Dasar Ilmu Kepelatihan*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Siagian, M. A., & Dewi Maya Sari. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Circuit Training Terhadap Keterampilan Servis Pendek Dalam Permainan Bulu Tangkis Pada Atlet SMP Sabila Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 1(2), 42–46. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v1i2.614>
- Sinurat, R., Putra, R., & Yolanda, H. P. (2023). Pengaruh Latihan Memukul Bola

- Gantung Terhadap Ketepatan Smash Bola Voli. *Jurnal Muara Pendidikan*, 8(1), 158–163. <https://doi.org/10.52060/mp.v8i1.1072>
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Syaiuddin, A., & Indardi, N. (2023). Pengaruh Metode Latihan Drill Smash terhadap Ketepatan Smash Atlet Bulutangkis Putra PB Ksatria Demak. *E-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 4(1), 78–88. <https://doi.org/10.31539/e-sport.v4i1.7998>
- Syamuel, M. F., Darni, D., Syafruddin, S., & Pitnawati, P. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Ketepatan Smash. *Jurnal JPDO*, 6(4), 142–148.
- Trianto. (2017). Bab II kajian teori. *BAB 2 Kajian Teori*, 1, 16–72.
- Wijaya, F. C., Haryanto, J., & Setiawan, Yogi, yogi arnaldo. (2024). *Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola Voli PVC Padang Contribution of Leg Muscle Explosive Power and Hand Eye Coordination to the Smashing Ability of PVC Padang Volleyball Athletes. 1*.
- Yasriuddin, Y., Hasanuddin, H., Husain, H., & Adil, A. (2024). PENGARUH MODEL LATIHAN BOLA GANTUNG DAN MODEL LATIHAN DRILL SMASH TERHADAP KETERAMPILAN SMASH PESERTA EKSTRAKURIKULER SMAN 1 JENEPONTO. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(2), 5690–5695.