

**PENGARUH METODE LATIHAN BERMAIN TERHADAP KETEPATAN  
SMASH BOLAVOLI**

*(Studi Ekspirimen pada Atlet Bolavoli SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan)*

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim penguji Skripsi Jurusan Kepeleatihan Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarajana Strata(S1)*



**Oleh :**

**PRAYOGA APREDO PUTRA  
NIM : 1303267/2013**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul** : Pengaruh Metode Latihan Bermain terhadap Ketepatan  
*Smash* Bolavoli (Studi Eksperimen pada Atlet Bolavoli  
SMAN 7 Bengkulu Selatan)  
**Nama** : Prayoga Apredo Putra  
**BP/NIM** : 1303267/2013  
**Jurusan** : Kepeleatihan  
**Program Studi** : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
**Jurusan** : Kepeleatihan  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2018

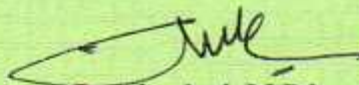
Disetujui:

Pembimbing I



Drs. Hermanzoni, M.Pd  
NIP. 19610414 198603 1 007

Pembimbing II



Dr. Alnedral, M.Pd  
NIP. 19600430 198602 1 001

Mengetahui:

Ketua Jurusan Kepeleatihan



Dr. Umar, M.S, AIFO  
NIP. 19610615 198703 1 003

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Prayoga Apredo Purta  
NIM : 1303267/2013

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan Kepelatihan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul**

**Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli  
(Studi Eksperimen Pada Atlet Bolavoli SMAN 7 Bengkulu Selatan)**

Padang, Januari 2018

**Tim Penguji**

1. Ketua : Drs. Hermanzoni, M.Pd
2. Sekretaris : Dr. Alnedral, M.Pd
3. Anggota : Drs. Witarsyah, M.Pd
4. Anggota : Dr. Argantos, M.Pd
5. Anggota : Dr. Donie, S.Pd, M.Pd

**Tanda Tangan**

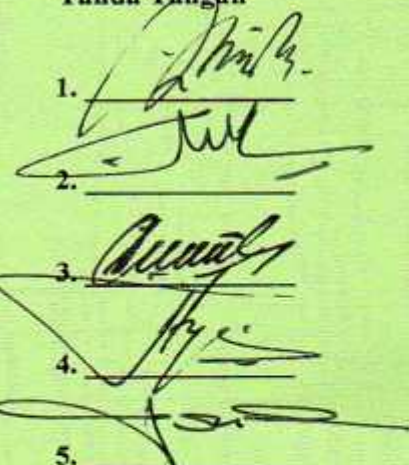
1.

2.

3.

4.

5.



Dengan menyebut nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sesungguhnya urusan yang lain dan hanya kepada Tuhanmu lah hendaknya berharap” (Qs. Al insyiriah: ayat 6-8)

Puji syukur ku panjatkan padamu Ya ALLAH atas rahmat dan karunia MU sehingga saya bisa melewati segala tantangan dan rintangan, meskipun putus asa seringkali menyertai semangatku. Terima kasih ya ALLAH engkau telah memebrikan cinta,..cinta dari keluargaku,telah memebrikan rezeki kepada kedua orang tua saya, sehingga saya bisa menyelesaikan amanah dari orang tua saya.

#### KEDUA ORANG TUA TERCINTA

Sebagai tanda bakti dan hormat saya,dan saya ucapkan terimakasih yang tak terhingga..yang tak lelah memberikan cinta dan kasih sayang,motivasi, semangat, dan selalu mendoakan saya.semua ini belum sebanding dengan keringat dan jerih payah yang bapak dan ibu keluarkan demi anakmu ini.

Mak dengan Bak,..!!! Alhamdulillah berkat doa mak dengan bak aku pacak ngudimkah kuliah ku..ame bukan mak dengan bak ,mungkin aku nide kah pacak luk ini, terime kasih mak dengan bak atas segale dukungan ye lah di njukah selame ini..semoge segale jeghi payah mak dengan bak selame ini pacak aku balas di kemudian aghi..

#### Ading tercinta

Gilang,semoge kaba di berikah selalu kesehatan Amin, dan semoga saje kakang kaba ni,pacak jadi jeme.Ading-ading ,kakang sepupu,pak aura (ovy),bang midun,dang tama,keken,dev ,maf nide pacak disebutkah gale.terimekasih atas segale doa nye selame ini..

#### UNTUK KEDUA PEMBIMBING

Terime kasih pak Drs.Hermanzoni, M.Pd. dan Dr. Alnedra, M.Pd selaku pembimbing saya,terime kasih atas segale bimbingannya selame ini.mpuk rajin di coreti skripsi aku,itu karena pak ingin kah skripsi aku jadi lebih baik agi,berkat bimbingan pak aku pacak ngudimkah skripsi.

Untuk seseorang (????) terime kasih juge atas segale dukungan dan doanya selame ini..semoga saje secepatnye nyusul..

Untuk rekan-rekan seperjunagn kepelatihan 2013 terima kasih atas kebersamaan selame ini,atas segala dukungannya,untuk yang belum jangan samapai putus

dijalan tetap semangat..dan untuk abang-abang terimakasih juga atas segala bantuan nya selama ini,,

Rembow kost: tek dodi(eyang rembo) ,viki,bobi,didi,adi,Guntur,bang dede,terime kasih atas segale dukungannya selama ini...

Ippm semaku : dang sukri,dang anton,dang yolán,cef(septo).afen, eko.debi,aji,ijal yayat,iil,budi,candara,dang ves ,afrizen maaf ndik pacak disebutlah gale,terimekasih atas dukungan selama ini,terime kasih telah me

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli” (Studi Eksperimen Pada Atlet Bolavoli SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan) adalah hasil karya saya sendiri
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2018  
Yang Membuat Pernyataan



PRAYOGA APREDO PUTRA  
NIM. 1303267/2013

## ABSTRAK

### **Prayoga Apredo Putra. 2017. Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Ketepatan *Smash* Bolavoli (Studi Eksperimen Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan)**

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya ketepatan *smash*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan bermain terhadap ketepatan *smash* bolavoli (Studi Eksperimen Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan).

Jenis Penelitian ini adalah eksperimen semu. Penelitian ini dilaksanakan pada 19 juni – 27 Juli 2017 di Lapangan Voli SMA N 7 Bengkulu Selatan. Populasi dalam penelitian adalah semua atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan yang mengikuti latihan bolavoli yang berjumlah 23 orang terdiri dari 18 orang putra dan 5 orang putri. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet bolavoli Putra SMA N 7 Bengkulu Selatan yang berjumlah 18 orang, Teknik pengambilan sampel ini adalah secara *total sampling* yaitu atlet putra yang berjumlah 18orang.Instrumen penelitian ini adalah tes ketepatan *smash Diagonal* dan *Frontal*.. Teknik analisa data yaitu menggunakan uji t.dengan taraf signifikan = 0,05

Hasil penelitian mengungkapkn bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari metode latihan bermain terhadap ketepatan *smash* ditunjukan dengan nilai  $t_{hitung} > t_{tabel} = 4.009 > 1.743$  artinya Metode latihan bermain berpengaruh terhadap ketepatan *smash* pada atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan. Hipotesis dapat diterima karena metode latihan bermain berpengaruh terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.

## KATA PENGANTAR



Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“PENGARUH METODE LATIHAN BERMAIN TERHADAP KETEPATAN SMASH BOLAVOLI (Studi Eksperimen Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan)**

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari pembimbing. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd Pembimbing I dan Bapak Dr. Alnedral M.Pd Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini sangat jauh dari kesempurnaan dan harapan, hal ini disebabkan oleh keterbatasan penulis sendiri untuk itu penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Bapak Drs. Witarsyah, M.Pd Penguji I, Bapak Dr. Argantos, M.Pd Penguji II dan Bapak Dr. Donie. S.Pd, M.Pd Penguji III yang telah banyak memberikan saran dan masukan yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam penulisan skripsi penulis juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan sampai selesainya skripsi ini.



Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Teristimewa kepada kedua orang tua yang tercinta Ayahanda Aprianto dan Ibunda Ekmita Sari yang telah memberikan dorongan, semangat serta do'a sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Dr. Umar, MS.AIFO Ketua Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dalam setiap urusan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
4. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
5. Rekan –rekan di Kost yang sangat penulis sanyangi yaitu: Dodi, Bobi, Didi, viki,Adi yang telah memberikan dukungan semangat dan motivasi.

Akhirnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh serta diridhoi oleh Allah SWT dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. KajianTeori.....	7
1. Ketepatan Smash.....	7
2. Latihan.....	12
3. MetodeLatihanBermain.....	21
B. Penelitian Yang Relevan.....	24
C. Kerangka Konseptual.....	25
D. Hipotesis Penelitian.....	25
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. DesainPeneltian.....	26
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel.....	28
D. Prosedur Penelitian.....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
F. Teknik Analisa Data.....	30

<b>BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	31
B. Uji Persyaratan Analisis.....	34
C. Pengujian Hipotesis.....	35
D. Pembahasan.....	35
<b>BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	38
B. Saran.....	39
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>41</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>43</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Gerakan Teknik <i>Smash</i> Dan Posisi Badan Saat Memukul Bola ...	9
Gambar 2 Langkah Awalan Dalam <i>Smash</i> .....	10
Gambar 3 Gerakan Memukul Bola Saat Melayang Diudara .....	11
Gambar 4 Bentuk Tes Ketepatan <i>Smash</i> .....	30
Gambar 5 Histogram Hasil Ketepatan <i>Smash</i> Sebelum Metode Latihan Bermain .....	32
Gambar 6 Histogram Hasil Ketepatan <i>Smash</i> Sesudah Metode Latihan Bermain .....	34

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1 Kerangka Konseptual .....	25
Tabel 2 Distribusi Rata-rata Ketepatan <i>Smash</i> Sebelum Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bola Voli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	31
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Ketepatan <i>Smash</i> Sebelum Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	32
Tabel 4 Distribusi Rata-rata Ketepatan <i>Smash</i> Sesudah Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	33
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Ketepatan <i>Smash</i> Sesudah Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	33
Tabel 6 Uji Normalitas Ketepatan <i>Smash</i> Sebelum dan Sesudah Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	34
Tabel 7 Uji T Perbedaan Ketepatan <i>Smash</i> Sebelum dan Sesudah Metode Latihan Bermain Pada Atlet Bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan .....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Program Latihan .....	42
Lampiran 2	Data Tes Awal ( <i>Pre Test</i> ) Ketepatan Smas Atlet Bolavoli SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan .....	74
Lampiran 3	Data Tes Akhir ( <i>Post Test</i> ) Ketepatan Smas Atlet Bolavoli SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan .....	75
Lampiran 4	Data Gabungan Tes Awal <i>Pre Test</i> ) dan Tes Akhir ( <i>Post Test</i> ) Ketepatan Smas Atlet Bolavoli SMA Negeri 7 Bengkulu Selatan.....	76
Lampiran 5	Uji Normalitas pree-tes.....	77
Lampiran 6	Uji normalitas post-tes.....	78
Lampiran 7	Distribusi Frekuensi.....	79
Lampiran 8	Analisa Uji T.....	80
Lampiran 9	Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors.....	83
Lampiran 10	Luas Dibawah LengkunganNormal Standar Dari 0 Ke Z.....	84
Lampiran 11	Tabel Uji T.....	85
Lampiran 12	Dokumentas Penelitian.....	86

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan olahraga saat ini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Olahraga telah memasuki semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, dan pendidikan. Indonesia merupakan salah satu negara yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan di segala bidang. Salah satu bidang diantaranya adalah pembangunan dibidang olahraga.

Salah satu langkah maju yang dibuat bangsa Indonesia adalah dengan dilahirkannya Undang-Undang no 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Tujuan pemerintah dalam bidang olahraga 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, dapat dikemukakan bahwa salah satu bidang pembangunan yang ingin dicapai oleh bangsa Indonesia adalah munculnya prestasi-prestasi nasional diberbagai cabang olahraga. Tercapainya tujuan keolahragaan nasional maka diharapkan akan tumbuh generasi yang sehat jasmani dan rohani, bugar, berkualitas, bermoral dan berakhlak mulia, sportif, disiplin, yang nantinya akan berdampak positif terhadap pembangunan nasional dibidang-

bidang lainnya. Agar hal tersebut dapat tercapai, dibutuhkan totalitas dan kerjasama yang baik antara pemerintah, masyarakat dan pelaku olahraga.

Cabang olahraga yang mendapat perhatian dan pembinaan tingkat daerah sampai tingkat nasional. Dari sekian banyak cabang-cabang olahraga prestasi yang dikembangkan salah satunya adalah cabang olahraga bolavoli. Permainan bolavoli menjadi salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat kota sampai masyarakat desa, dari anak-anak, remaja sampai orang tua baik pria maupun wanita.

Erianti (2004:2) mengemukakan“Ide dasar permainan bolavoli adalah memasukan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net untuk memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan”. Bolavoli merupakan suatu cabang olahraga permainan beregu yang menuntut kerjasama tim dan menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sportifitas, dan disiplin. Permainan bolavoli merupakan olahraga yang tidak langsung kontak badan, karena dibatasi oleh jaring atau net yang secara langsung menjadi tantangan bagi pemain untuk melewatkan dan mematikan bola ke daerah lawan tanpa menyentuh jaring atau net.

Untuk meraih dan mencapai prestasi yang tinggi dalam suatu cabang olahraga, perlu dilakukan kerjasama yang terarah dan memperhatikan segala aspek yang ikut mendukung tercapainya prestasi tersebut. Kegiatan olahraga yang dilaksanakan harus dilakukan secara terprogram, terarah dan berkesinambungan, serta penerapan disiplin diri dalam melakukan dan menekuni suatu cabang olahraga.



Ada empat faktor yang perlu dilatih untuk mencapai prestasi puncak, yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, keempat faktor tersebut saling berkaitan satu sama lain. Menurut Syafruddin (2004:11) mengatakan bahwa: “Olahraga Bolavoli merupakan olahraga permainan yang membutuhkan latihan-latihan yang terarah dan sistematis seperti faktor kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental (psikis)”. Kerjasama keempat faktor ini menentukan prestasi atau ketepatan dalam pertandingan salah satunya faktor teknik.

Berdasarkan kutipan diatas, dapat dikemukakan bahwa teknik merupakan salah satu faktor untuk dapat meningkatkan serta memantapkan pencapaian prestasi puncak suatu cabang olahraga seperti bolavoli. Untuk dapat berprestasi dalam olahraga bolavoli, mereka harus mempunyai teknik yang baik. Teknik merupakan suatu cara untuk melakukan atau melaksanakan sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Dengan demikian teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku. Dalam permainan bolavoli terdapat beberapa macam teknik dasar antara lain, (1) *Servis*, (2) *Passing*, (3) *Umpan*, (4) *Smash* dan (5) *Block*. Salah satu teknik yang dominan digunakan pemain untuk menyerang atau mematikan bola di daerah lawan adalah dengan teknik *Smash*. *Smash* merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bolavoli untuk penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan.

Latihan teknik mempunyai arti yang penting dalam permainan bolavoli. Tanpa teknik yang baik maka taktik permainan tidak bisa dikembangkan secara

bervariasi. Teknik *smash* dalam bolavoli merupakan elemen serangan terpenting, disamping itu *smash* juga merupakan modal untuk mendapatkan *point*. Keberhasilan *smash* tergantung dari lompatan, koordinasi, dan teknik yang benar.

SMA N 7 Bengkulu Selatan merupakan salah satu sekolah yang melakukan pembinaan terhadap permainan bolavoli baik latihan fisik, teknik dan taktik yang dimiliki. Pembinaan ini diharapkan dapat menciptakan pemain yang berkualitas, diperhitungkan dalam setiap kejuaraan yang diikuti dengan tujuan untuk dapat meraih prestasi pada pertandingan antar sekolah di tingkat daerah bahkan tingkat nasional. Frekuensi latihan dilakukan setiap hari Selasa, Kamis, Sabtu. Rata-rata setiap latihan para pemain memiliki durasi latihan 1 sampai 2 jam, dengan waktu latihan mulai pukul 16.00-18.00. Tujuan diadakannya latihan bolavoli ini yaitu untuk dapat meraih prestasi pada pertandingan di tingkat daerah bahkan tingkat nasional.

Prestasi yang pernah dicapai di Kejuaraan Tingkat Pelajar oleh pemain putri SMA N 7 Bengkulu Selatan yaitu menjadi juara 3 pada tahun 2016 sedangkan prestasi pemain putra menjadi juara 4 pada tahun 2016. Ketika melakukan latihan maupun pertandingan masih banyak pemain yang memiliki ketepatan *smash* kurang terarah, tembakan keluar dari lapangan dan mudah dikembalikan oleh lawan.

Rendahnya ketepatan *smash* disebabkan oleh beberapa faktor antara lain, kondisi fisik, bentuk latihan yang diberikan oleh pelatih, metode latihan seperti metode latihan bermain dan metode latihan yang belum optimal. Disamping metode latihan, banyak lagi hal yang mempengaruhi ketepatan *smash* seperti

kurangnya sarana dan prasarana, gizi, ketepatan pelatih dalam memilih model-model latihan, dan program latihan yang diberikan pelatih.

Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian pada pemain bolavoli SMAN 7 Bengkulu Selatan dengan metode latihan bermain sebagai variable bebas dan ketepatan *smash* sebagai variable terikat.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan, maka dapat di identifikasi masalah-masalah berikut:

1. Metode latihan dapat mempengaruhi ketepatan *Smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
2. Teknik dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
3. Taktik dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
4. Mental dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
5. Sarana dan prasarana dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
6. Pelatih yang memiliki bentuk latihan yang dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.
7. Metode latihan bermain dapat mempengaruhi ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas banyak faktor yang mempengaruhi ketepatan *smash* maka penelitian ini dibatasi pada metode latihan bermain berpengaruh terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah penelitian, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu :Apakah pengaruh metode latihan bermain berpengaruh terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maksud dan tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh metode latihan bermain terhadap ketepatan *smash* atlet bolavoli SMA N 7 Bengkulu Selatan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Melalui penelitian ini, peneliti mengharapkan manfaat yang akan diperoleh diantaranya :

1. Sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai informasi, masukan dan pedoman bagi para pelatih dan atlet Bolavoli dalam melatih ketepatan *smash* bolavoli dengan baik.
3. Untuk pustaka sebagai perbendaharaan referensi.

Sebagai informasi, masukan dan pedoman bagi para peneliti selanjutnya.