



**PENGARUH LATIHAN *DRILL - SPIKE* TERHADAP HASIL KETEPATAN
SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

BAGAS IMRON

NIM : 171201006

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2024



**PENGARUH LATIHAN *DRILL - SPIKE* TERHADAP HASIL KETEPATAN
SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keolahragaan (S.Or)

Disusun Oleh :

BAGAS IMRON

NIM : 171201006

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul :

**PENGARUH LATIHAN *DRILL - SPIKE* TERHADAP HASIL KETEPATAN
SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Oleh :

BAGAS IMRON

NIM : 171201006

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
Diperkenankan untuk diujikan:

Ungaran, 1 November 2024

Pembimbing



Ika Nilawati, S.Si., M.Or

NIDN. 0628099101

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :
**PENGARUH LATIHAN *DRILL - SPIKE* TERHADAP HASIL KETEPATAN
SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Oleh :
BAGAS IMRON
NIM : 171201006

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu
Keolahragaan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo
Hari : JUM'AT
Tangga. : 15 November 2024

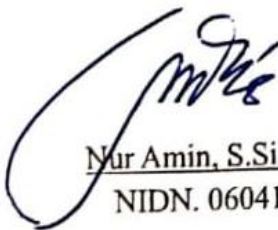
Tim Penguji :
Ketua Penguji



Aristyanto, S.Si., M.Pd
NIDN. 0601038601

Anggota/Penguji 1

Anggota/Penguji 2



Nur Amin, S.Si., M.Gizi
NIDN. 0604118902



Ika Nilawati, S.Si., M.Or
NIDN. 0628099101

**Ketua Program Studi Ilmu
Keolahragaan**



Guntur Herdinata, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0631038002



Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Bagas Imron
NIM : 171201006
Program Studi : S1 Ilmu Kcolahragaan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* berjudul "**PENGARUH LATIHAN *DRILL - SPIKE* TERHADAP HASIL KETEPATAN SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 28 Oktober 2024

Pembimbing



Ika Nilawati, S.Si., M.Or
NIDN. 0628099101

Pembuat Pernyataan



Bagas Imron
NIM. 171201006

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Bagas Imron
NIM : 171201006
Program Studi : SI Ilmu Keolahragaan
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *Drill - Spike* Terhadap Hasil Ketepatan Smash Pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo

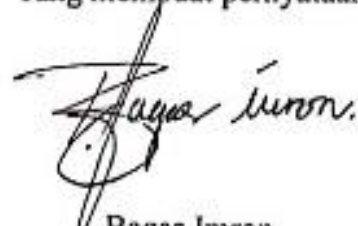
Dengan ini saya bersedia untuk :

1. Saya selaku penulis karya ilmiah memberi hak bagi pihak Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan dan mengarsipkan hasil karya saya tanpa persetujuan dan pencantuman nama dari saya.
2. Saya selaku penulis karya ilmiah memberikan hak bebas pemungutan dana untuk pihak Universitas Ngudi Waluyo demi kemajuan pengetahuan generasi penerus.
3. Saya selaku penulis karya ilmiah bersedia menerima sebuah sanksi hukuman dan tuntutan apabila hasil karya saya ini melanggar hak cipta orang lain.

Demikian surat kesediaan publikasi saya ini, saya buat dengan keadaan sehat dan sadar.

Ungaran, 28 Oktober 2024

Yang membuat pernyataan



Bagas Imron

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Bagas Imron

Tempat, Tanggal Lahir : Kab. Semarang, 28 November 1997

Jenis Kelamin : Laki - laki

Agama : Islam

Warga Negara : Indonesia

Alamat : Jl. Penggaron Dsn. Kalilateng Barat
Kel. Mluweh Kec. Ungaran Barat
Kab. Semarang

Riwayat Pendidikan

1. RA Mluweh : Tahun 2002 – 2003
2. MI Mluweh : Tahun 2003 - 2010
3. MTS Mujahidin Mluweh : Tahun 2010 - 2013
4. SMK Bina Nusantara : Tahun 2013 - 2017
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2020 - 2024

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Kesehatan
Skripsi/Karya Tulis Ilmiah, 15 November 2024
Bagas Imron
171201006

LATIHAN *DRILL – SPIKE* BERPENGARUH TERHADAP HASIL KETEPATAN SMASH PADA ATLET UNIT KEGIATAN MAHASISWA BOLA VOLI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Abstrak

Bola Voli merupakan jenis permainan tim yang dimainkan oleh enam orang, dengan tujuan menjatuhkan bola ke area lawan yang dimulai melalui pukulan servis. Teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola voli adalah smash, yang memerlukan penguasaan serta ketepatan yang baik, yang dapat dikembangkan melalui latihan *drill – spike*. Identifikasi masalah yang ada bahwa Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo dalam melakukan smash masih dalam kategori kurang, yang didukung dengan fakta di lapangan. Penelitian menggunakan desain *cross – sectional*, Jenis studi yang diterapkan yaitu pengaruh latihan *drill - spike* terhadap hasil ketepatan smash pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo. Pengumpulan informasi yang diperoleh peneliti berupa *Pre – test, Treatment, dan Post – test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketepatan smash pada atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo tes awal (*Pre – test*) memiliki hasil ketepatan dengan rata – rata 6.9500. Setelah diberikan *treatment* berupa latihan *Drill – spike (Post – test)* terdapat peningkatan hasil ketepatan smash dengan rata – rata 18.1500, dan terjadi peningkatan ketepatan smash sebesar 161.1%. Kesimpulan ini didasarkan pada hasil *Uji T – Test* yang menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $.000 < 0.05$ yang berarti terdapat pengaruh. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak, dan H_1 diterima pada tingkat kepercayaan 95%.

Kata Kunci : *Drill – spike*, Ketepatan, Smash

Ngudi Waluyo University
Sports Science Study Program, Faculty of Health
Thesis/Scientific Paper, November 15, 2024
Bagas Imron
171201006

***Drill – Spike Training Has An Effect On Smash Accuracy
Results In Volleyball Student Activity Unit Athletes At
Ngudi Waluyo***

Abstract

Volleyball is a type of team game played by six people, with the aim of dropping the ball into the opponent's area starting with a serve. The basic technique that must be mastered in playing volleyball is the smash, which requires good mastery and precision, which can be developed through drill - spike training. Identify the existing problem that Ngudi Waluyo University Volleyball Student Activity Unit athletes in smashing are still in the deficient category, which is supported by facts on the field. The research used a cross-sectional design. The type of study applied was the effect of drill - spike training on smash accuracy results in athletes from the Volleyball Student Activity Unit at Ngudi Waluyo University. The collection of information obtained by researchers is in the form of Pre-test, Treatment, and Post-test. The results of the research showed that the smash accuracy of athletes from the Volleyball Student Activity Unit at Ngudi Waluyo University in the initial test (Pree-test) had an average accuracy result of 6.9500. After being given treatment in the form of Drill - spike training (Post - test), there was an increase in smash accuracy results with an average of 18.1500, and there was an increase in smash accuracy of 161.1%. This conclusion is based on the results of the T – Test which shows the Sig value. (2-tailed) of $.000 < 0.05$ which means there is an influence. This shows that H_0 is rejected, and H_1 is accepted at the 95% confidence level.

Keywords : Drill-spike, Accuracy, Smash

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas petunjuk, rahmat, dan hidayah-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini guna mendapatkan gelar sarjana (S1) tanpa ada halangan apapun sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Peneliti menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Guntur Ratih Prestifa Herdinata, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Aristyanto, S.Si., M.Pd selaku Penguji Satu dalam sidang skripsi peneliti.
5. Nur Amin, S.Si., M.Gizi selaku penguji Dua dalam sidang skripsi peneliti.
6. Ika Nilawati, S.Si., M.Or selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
7. Untuk semua pihak yang terlibat dan sudah membantu dalam proses penelitian.
8. Seluruh Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Universitas Ngudi Waluyo yang telah bersedia menjadi responden untuk membantu proses penelitian.
9. Kedua orang tua saya yang merupakan sosok yang luar biasa, selalu memberi semangat dan tak pernah berhenti memberikan dukungan, baik secara moral, moril maupun materil.

10. Untuk rekan - rekan dekat saya terima kasih atas do'a dan dukungan untuk terus melangkah lebih maju dan pantang menyerah.
11. Untuk orang terkasih Devi Puspita Sari, terima kasih atas do'a dan dukungan yang telah diberikan, serta telah menjadi penyemangat dan pengingat bagi peneliti dalam segala hal.

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
<i>Abstrak</i>	viii
<i>Abstract</i>	ix
PRAKATA.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I <u>PENDAHULUAN</u>	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II <u>TINJAUAN PUSTAKA</u>	7
A. Tinjauan Teoritis	7
1. Bola Voli.....	7
2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	11
3. Ketepatan (<i>accuracy</i>)	29
4. Penelitian relevan	29
B. Kerangka Teoritis.....	31
C. Kerangka Berfikir	31
D. Hipotesis	32
BAB III <u>METODE PENELITIAN</u>	33
A. Desain Penelitian	33
B. Lokasi Penelitian.....	35
C. Subjek Penelitian	35
D. Definisi Operasional	35
E. Pengumpulan Data.....	36

F. Pengolahan Data	41
G. Analisis Data	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	43
B. Hasil Dan Pembahasan	44
C. Keterbatasan Peneliti	48
BAB V PENUTUP.....	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52

