

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN BOLA STATIS DAN BOLA DINAMIS TERHADAP KEMAMPUAN SMASH KEDENG PEMAIN SEPAK TAKRAW DI KABUPATEN BANYUMAS

Nur Asih Mulyani¹, Rohman Hidayat², Didik Rilastiyo Budi²

Latar Belakang: bahwa *smasher* ketika melakukan *smash* mereka kurang dapat melakukan *smash* dengan baik seperti melakukan beberapa kesalahan *smash* diantaranya bola yang keluar dari lapangan dan juga *smash* menyangkut di net hal ini akan menguntungkan bagi pihak lawan dan kita kehilangan skor. Oleh karena itu penelitian ini akan membahas mengenai pengaruh latihan bola *statis* dan bola *dinamis* terhadap kemampuan *smash* kedeng pemain sepak takraw serta untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengaruh dari latihan bola *statis* dan bola *dinamis* terhadap kemampuan *smash* kedeng pemain sepak takraw di Kabupaten Banyumas.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan *two group pretest posttest design* dilaksanakan pada dua kelompok pembanding yaitu latihan bola *statis* dan bola *dinamis*. Penentuan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 16 pemain laki-laki. Pengujian dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 25 dengan Uji asumsi klasik menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis menggunakan *uji paired sample t test* dan *uji independent sample t test*.

Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji *t* kemampuan *smash* kedeng sepahtakraw menunjukkan bahwa Latihan bola *statis* dan bola *dinamis* terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan hasil *smash* kedeng sepak takraw. Selain itu, hasil analisis menggunakan uji *independent sample t test* kemampuan *smash* kedeng sepak takraw terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok Latihan bola *statis* dan bola *dinamis*. Dengan uji *t* kelompok bola *statis* sebesar 11,225 lebih besar dibandingkan kelompok bola *dinamis* yaitu sebesar 2,376.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat pengaruh Latihan Bola *Statis* dan Bola *Dinamis* terhadap peningkatan kemampuan *smash* kedeng. Latihan bola *statis* lebih efisien dalam meningkatkan *smash* kedeng dibandingkan latihan bola *dinamis*.

Kata Kunci: *Sepak Takraw, Bola Statis, Bola Dinamis, Smash kedeng.*

Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman
Departemen Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

THE EFFECT OF STATIC BALL AND DYNAMIC BALL TRAINING ON THE ABILITY OF SMASH KEDENG PLAYERS SEPAK TAKRAW PLAYERS IN BANYUMAS DISTRICT

Nur Asih Mulyani¹, Rohman Hidayat². Didik Rilastiyo Budi²

Background: that smashers when doing smash they are less able to smash well such as making several smash errors including the ball coming out of the field and also smash concerning the net, this will benefit the opponent and we lose the score. Therefore, this study will discuss the effect of static ball and dynamic ball training on the ability to smash kedeng sepak takraw players and to find out whether there are differences in the effect of static ball and dynamic ball training on the ability to smash kedeng sepak takraw players in Banyumas Regency.

Methodology: This study used an experimental method with a two group pretest posttest design carried out on two comparison groups, namely static ball training and dynamic ball training. Sample determination using the Total Sampling technique. The sample in this study amounted to 16 male players. The test in this study used SPSS version 25 with the classical assumption test using normality test, homogeneity test, and hypothesis testing using paired sample t test and independent sample t test.

Research Results: Based on the results of data analysis using the t test of smash kedeng sepaktakraw ability, it shows that static ball training and dynamic ball training have a significant effect on the ability of smash kedeng sepak takraw results. In addition, the results of the analysis using the independent sample t test of the ability to smash kedeng sepak takraw there is a significant difference in influence between the static ball and dynamic ball training groups. With the t test the static ball group of 11.225 was greater than the dynamic ball group which amounted to 2.376.

Conclusion: Based on the results of the research conducted, there is an effect of Static Ball and Dynamic Ball Training on improving kedeng smash ability. Static ball training is more efficient in improving kedeng smash than dynamic ball training.

Keywords: Sepak Takraw, Static Ball, Dynamic Ball, Smash kedeng.

Student of Department of Physical Education FIKes Universitas Jenderal Soedirman
Department of Department of Physical Education FIKes Universitas Jenderal Soedirman