

ABSTRAK

Brema maklorin sitepu. 2024. Pengaruh Modifikasi Latihan Terhadap Keterampilan *Smash* di Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Katolik 2 Kabanjahe Tahun Pelajaran 2023/ 2024. Program Studi POR, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Quality Berastagi. Dosen Pembimbing: (I) Bapak Rizki Bastanta B, Manal S.Pd., M.Pd. Pembimbing (II) Ibu Deasyi Natalia Sitepu S.Pd.,M.Pd

Pendidikan adalah langkah awal untuk menyiapkan peserta didik yang berkualitas melalui proses pembelajaran. Guru sangat berperan penting dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan Pendidikan. Namun, sering kali ditemukan bahwa siswa dan guru tidak berhasil mencapai tujuan pembelajaran yang disebabkan kurangnya variasi metode pembelajaran yang dilakukan guru. Tujuan dari penelitian ini adalah ntuk mengetahui seberapa tinggi keterampilan *smash* di Ekstrakurikuler bola voli di SMA Katolik 2 Kabanjahe Tahun Pelajaran 2023/ 2024, dengan pemberian pendekatan modifikasi latihan.

Metode Penelitian ini adalah metode kuantitatif, dan dilakukan di SMA Katolik 2 Kabanjahe dan populasinya seluruh siswa yang megikuti ekstrakurikuler sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu siswa yang mengikuti kegiatan Ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 20 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan observasi, *pre test*, serta dokumentasi.

Hasil uji normalitas didapat nilai *asympt. Sig pre test* dan *post test* lebih besar dari 0,5, yang berarti hipotesis diterima. Dalam uji homogenitas didapat hasil signifikasi hitung sebesar 1,755 lebih besar dari 0,5, yang berarti hipotesis diterima. Hasil ujit hitung -6,929 lebih kecil dari 0,05; maka hhipotesis diterima.

Kata kunci: Metode Kuantitatif, Modifikasi Bola Gantung Untuk Keterampilan *Smash*.



ABSTRACT

Brema machlorin sitepu. 2024. The Effect of Training Modifications on High School Skills in Extracurricular Volleyball at Catholic High School 2 Kabanjahe Academic Year 2023/2024. POR Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Quality University Berastagi. Supervisors: (I) Mr. Rizki Bastanta B, Manal S.Pd., M.Pd. Supervisor (II) Mrs. Deasyi Natalia Sitepu S.Pd., M.Pd.

Education is the first step to preparing quality students through the learning process. Teachers play a very important role in the learning process to achieve educational goals. However, it is often found that students and teachers do not succeed in achieving learning goals due to a lack of variety in learning methods used by teachers. The aim of this research is to find out how high the smash skills are in extracurricular volleyball at Kabanjahe 2 Catholic High School for the 2023/2024 academic year, by providing a modified training approach.

This research method is a quantitative method, and was carried out at Kabanjahe 2 Catholic High School and the population was all students who took part in extracurricular activities, while the sample in this research was students who took part in volleyball extracurricular activities, totaling 20 students. The sampling technique uses observation, pre-test and documentation.

The normality test results obtained asymp values. The sig of the pre test and post test is greater than 0.5, which means the hypothesis is accepted. In the homogeneity test, the calculated significance result was 1.755, greater than 0.5, which means the hypothesis was accepted. The calculated t test result -6.929 is smaller than 0.05; then the hypothesis is accepted.

Keywords: Quantitative Method, Hanging Ball Modification for Smash Skills.

