

ABSTRAK

BAYU NURHUDAYA (2124220012). Skripsi ini berjudul “Perbedaan Pengaruh Latihan Fisik Sebelum Dan Sesudah Penerapan *Drill Smash* Terhadap Peningkatan Hasil Smash Dalam Permainan Bola Voli” Di bawah bimbingan Bapak Gani Kardani, M.Pd. selaku Pembimbing I dan Ibu Isna Daniyati Nursasih, M.Pd., selaku Pembimbing II.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh penerapan metode latihan *drill smash* terhadap peningkatan hasil pukulan *smash* bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Rancah. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan kelompok tunggal tes awal dan tes akhir (*one-group pretest-posttest design*). Populasi penelitian mencakup seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel menerapkan teknik sampling jenuh (*total sampling*), sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 orang siswa laki-laki. Pengumpulan data menggunakan instrumen tes ketepatan *smash* bola voli terstandar dari Nurhasan. Hasil penelitian menunjukkan adanya kenaikan rerata skor dari tes awal (*pretest*) sebesar 17,00 menjadi 27,15 pada tes akhir (*posttest*) setelah diberikan perlakuan latihan sebanyak 16 kali pertemuan, dengan peningkatan rerata sebesar 10,15 poin. Pengujian hipotesis menggunakan Uji t Berpasangan (*paired sample t-test*) melalui program SPSS versi 26 menghasilkan nilai *t-hitung* mutlak sebesar 41,672 yang melampaui nilai *t-tabel* (2,093) serta nilai signifikansi *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini membuktikan bahwa penerapan metode latihan *drill smash* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil pukulan *smash* bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Rancah.

Kata Kunci: *Drill Smash*, Hasil *Smash*, Bola Voli, Ekstrakurikuler.