

ABSTRAK

KIKI SOMANTRI. 2124180070 Pengaruh Latihan Barrier Hops Terhadap Hasil Lompatan Vertical Jump Pada Atlet Bola Voli *Pembimbing I DR. Dede Iman Suhendra, M.Pd. Pembimbing II Hendra Rustiawan, M.Pd.*

Penelitian ingin mengetahui Pengaruh Latihan Barrier Hops Terhadap Hasil Lompatan Vertical Jump Pada Atlet Bola Voli.

Pada penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan menggunakan design penelitian one group pretest-posttest design. Populasi yang digunakan penelitian ini di club bolavoli citra utama kelompok umur 17-21 tahun sampel 20 orang dengan tehnik sampel purposive sampling. Intrumen yang digunakan menggunakan vertikal jump. Dengan analisis data menggunakan uji-t pada hipotesis penelitian ini.

Berdasarkan hasil Diketahui dari analisis independent sample t test. Terlihat nilai signifikansi 2 arah (t-tailed) $0.000 < 0.05$. Sehingga terdapat perbedaan skor point yang berarti antara kelompok kontrol dan perlakuan. Maka ada pengaruh latihan barrier hops terhadap hasil vertical jump.

Kata kunci : Barrier Hops, Bolavoli, Verticak Jump