

## Pemanfaatan Aplikasi Smartphone: Meningkatkan Keterampilan Service Atas Bola Voli

<b>Title</b>	Pemanfaatan Aplikasi Smartphone: Meningkatkan Keterampilan Service Atas Bola Voli
<b>Author Order</b>	3 of 5
<b>Accreditation</b>	3
<b>Abstract</b>	<p>Service merupakan teknik dasar yang sangat penting, karena merupakan teknik dasar yang memulai suatu permainan. Kurangnya keterampilan service atas pada siswa peserta ekstrakurikuler tentunya perlu segera ditangani melalui latihan yang tepat dan juga sesuai dengan karakteristik siswa yang merupakan remaja. Kecenderungan remaja yang sangat erat dengan smartphone merupakan suatu aspek yang perlu dipertimbangkan dan dimanfaatkan untuk menunjang latihan. Tujuan penelitian ini adalah memanfaatkan aplikasi smartphone "Home Workout no Equipment" dalam melatih kekuatan otot lengan guna meningkatkan keterampilan service atas bola voli. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif kuasi eksperimen, desain penelitian menggunakan One Group Pretest Posttest Design. Sampel penelitian sejumlah 20 orang siswa putra peserta ekstrakurikuler bola voli SMPN 1 Ciracap Kabupaten Sukabumi. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes service atas. Penelitian dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan, yang terdiri dari 3 kali dalam 1 minggu. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah paired sample t test. Hasil analisis data menunjukkan nilai signifikansi <math>&lt; 0,05</math> menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan kekuatan otot dengan memanfaatkan aplikasi smarphone terhadap peningkatan keterampilan service atas bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler SMPN 1 Ciracap Kabupaten Sukabumi.</p>
<b>Publisher Name</b>	Pusat Kajian Pendidikan Olahraga, Kesehatan, dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
<b>Publish Date</b>	2020-10-22
<b>Publish Year</b>	2020
<b>Doi</b>	DOI: 10.24036/MensSana.050220.01
<b>Citation</b>	
<b>Source</b>	Jurnal MensSana
<b>Source Issue</b>	Vol 5 No 2 (2020): Jurnal MensSana
<b>Source Page</b>	96-105
<b>Url</b>	<a href="http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/145/132">http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/145/132</a>
<b>Author</b>	ARFIN DERI LISTIANDI, S.Pd, M.Pd