**PENGARUH CIRCUIT TRAINING TERHADAP KEMAPUAN SMASH PADA PEMAIN BOLA VOLI CLUB AZKA KECAMATAN LAIS**

**ALFONZO DIYANDRA PUTRA**

**2020151019**

**Abstrak**

Masalah yang dihadapi club Azka Kecamatan Lais dalam bermain bola voli adalah kurangnya kemampuan smash yang akurat, untuk itu dibutuhkan sirkuit training sebagai media berlatih. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah pengaruh circuit training terhadap kemampuan smash pada pemain bola voli Club Azka Kec. Lais. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen one group pretest postest desain. Populasi dan sampel berjumlah 14 orang pemain. Teknik pengumpulan data menggunakan tes kemampuan smash. Analisis data menggunakan analisis paired sampel t test program SPSS. Adapun hasil penelitian diterangkan bahwa terjadi perubahan nilai mean dimana sebelum diberikan Latihan hasil tes menunjukan rata-rata kemampuan smash adalah 21,52 mengalami peningkatan sebesar 25,42. Hasil uji hipotesis menunjukan ada pengaruh yang signifikan sirkuit training terhadap kemampuan smash dimana thitung > ttabel (5,355 > 1,753).