



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING* ATAS *DRILLING*  
*CONTINYU* DAN *INTERVAL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN  
*PASSING* ATAS DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA ATLET  
PUTRA USIA 15-17 TAHUN KLUB BOLAVOLI VOLENZA  
KEBAKKRAMAT KARANGANYAR TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**ARI WIBOWO LEKSONO PUTRO**

**D0219014**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA**

**2023**

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING* ATAS *DRILLING*  
*CONTINYU* DAN *INTERVAL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN  
*PASSING* ATAS DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA ATLET  
PUTRA USIA 15-17 TAHUN KLUB BOLAVOLI VOLENZA  
KEBAKKRAMAT KARANGANYAR TAHUN 2022**

**OLEH:  
ARI WIBOWO LEKSONO PUTRO  
D0219014**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN  
SURAKARTA  
2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Passing Atas *Drilling Continyu* Dan *Interval* Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Atas Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Ari Wibowo Leksono Putro

NIM : D0219014

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, Juni 2023

Pembimbing 1



**Eriek Satya Haprabu, S.Pd,M.Pd.**  
**NIDN. 0612038301**

Pembimbing 2



**Bagus Kuncoro, S.Pd.,M.Or.**  
**NIDN. 0623088702**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Passing Atas *Drilling Continyu* Dan *Interval* Terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Atas Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Ari Wibowo Leksono Putro

NIM : D0219014

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Senin

Tanggal : 23 Juni 2023

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or

Sekretaris : Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or

Anggota I : Eriek Satya Haprabu, S.Pd,M.Pd.

Anggota II : Bagus Kuncoro, S.Pd.,M.Or.

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



**Dr. Joko Sulistyono, M.Pd**

**NIDK: 8800201019**

## ABSTRAK

Ari Wibowo Leksono Putro. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING* ATAS *DRILLING CONTINYU* DAN *INTERVAL* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN *PASSING* ATAS DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA ATLET PUTRA USIA 15-17 TAHUN KLUB BOLAVOLI VOLENZA KEBAKKRAMAT KARANGANYAR TAHUN 2023.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, juni 2023.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *passing* atas *drilling continyu* dan *interval* terhadap peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *passing* atas *drilling continyu* dan *interval* terhadap peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *porpusive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil keterampilan *passing* atas dengan latihan *passing* atas *drilling continyu* dan *interval* sebagai variabel bebas serta hasil keterampilan *passing* atas variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui keterampilan *passing* atas menggunakan tes keterampilan *passing* atas menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Departemen Pendidikan Nasional (1999:10). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan *passing* atas *drilling continyu* dan *interval* terhadap peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 3.742$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode latihan *passing* atas *drilling continyu* lebih baik pengaruhnya daripada metode latihan *passing* atas *interval* terhadap peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bolavoli Pada Atlet Putra Usia 15-17 Tahun Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Karanganyar Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan keterampilan *passing* atas dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan *passing* atas *drilling continyu*) adalah 23.024% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat latihan *passing* atas *interval*) adalah 22.896%.

Kata kunci : Latihan, Bolavoli, *passing* atas

## **ABSTRACT**

Ari Wibowo Leksono Putro. *THE DIFFERENCE IN THE EFFECT OF DRILLING CONTINUITY AND INTERVAL TOP PASSING TRAINING METHODS ON IMPROVING TOP PASSING SKILLS IN VOLLEYBALL GAMES IN MALE ATHLETES AGED 15-17 YEARS OF VOLENZA VOLLEYBALL CLUB KEBAKKRAMAT KARANGANYAR IN 2023*. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, June 2023.

*The purpose of the study was to determine the difference in the effect of drilling continuity and interval upper passing training methods on improving upper passing skills in the game of volleyball in 15-17 year old male athletes of Volenza Volleyball Club Kebakkramat Karanganyar in 2022, and if there is a difference then to find out which is better between drilling continuity and interval upper passing training methods on improving upper passing skills in the game of volleyball in 15-17 year old male athletes of Volenza Volleyball Club Kebakkramat Karanganyar in 2022.*

*The research sample was the Volenza Volleyball Club Athletes Kebakkramat Karanganyar with a total of 30 students. Sampling using purposive sampling technique. The variables of this study are the results of upper passing skills with continuous and interval drilling upper passing training as independent variables and the results of the dependent variable upper passing skills. The research design uses a pretest-posttest design. The test to determine the upper passing skills using the upper passing skills test using the test implementation instructions from the Ministry of National Education (1999: 10). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using a short formula.*

*The results of data analysis then the conclusion is obtained: (1) There is a significant difference in the effect between the drilling continuity and interval upper passing training methods on improving upper passing skills in volleyball games in 15-17 year old male athletes of Volenza Kebakkramat Karanganyar Volleyball Club in 2022. This is evidenced by the results of the calculation of the final test of each group, namely  $t_{count} = 3.742$  greater than  $t_{table} = 2.145$  with a significance level of 5%. (2) The drilling continuity upper passing training method has a better effect than the interval upper passing training method on improving upper passing skills in volleyball games for 15-17 year old male athletes of Volenza Kebakkramat Karanganyar Volleyball Club in 2022. Based on the percentage of improvement in upper passing skills in volleyball games, it shows that group 1 (the group that received treatment with the drilling continuity upper passing training method) was 23.024% > group 2 (the group that received interval upper passing training) was 22.896%.*

*Keyword : Exercise, volleyball, overhead passing*

## **MOTTO**

*.''Masa depan itu dilihat bagaimana nanti,  
Masa depan itu bagaimana?''  
''jika orang lain bisa,maka aku belum tentu bisa''*

(Ari Wibowo Leksono Putro)

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta  
Saudara-saudaraku tersayang  
Almamaterku tercinta



## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Eriek Satya Haprabu, S.Pd,M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Bagus Kuncoro, S.Pd.,M.Or. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Klub Bolavoli Volenza Kebakkramat Tahun 2022 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Januari 2023

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
JUDUL .....	i
PENGAJUAN .....	ii
PERSETUJUAN .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
MOTTO .....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Perumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II. LANDASAN TEORI.....	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Hakikat Permainan Bola Voli .....	7
2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli .....	11
3. Hakikat Kemampuan Bermain Bola Voli .....	15
4. Hakikat <i>Passing</i> atas .....	15
5. Hakikat Latihan.....	18
6. Hakikat Latihan <i>Passing</i> atas metode <i>Drilling Continyu</i> .....	20

7. Hakikat Latihan <i>Passing</i> atas metode <i>Interval</i> .....	23
B. Penelitian Yang Relevan.....	24
C. Kerangka Berpikir.....	26
D. Pengajuan Hipotesis.....	28
BAB III. METODE PENELITIAN .....	29
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel .....	31
D. Pengumpulan Data .....	32
E. Analisis Data .....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	37
A. Deskripsi Data .....	37
B. Uji Reliabilitas .....	38
C. Pengujian Persyaratan Analisis .....	38
1. Uji Normalitas .....	39
2. Uji homogenitas.....	39
D. Hasil Analisis Data .....	40
1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan.....	41
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan .....	44
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	46
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	48
A. Simpulan .....	48
B. Implikasi .....	48
C. Saran .....	49
DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	52

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Ukuran lapangan bola voli .....	9
Gambar 2. Bola voli standar FIVB .....	9
Gambar 3. Teknik Passing Atas .....	17
Gambar 4. <i>Passing</i> Atas metode <i>interval</i> .....	24
Gambar 5. Bagan Kerangka Berpikir.....	28
Gambar 6. <i>Two Group Pretest-Post-test Design</i> .....	31
Gambar 7. Bagan Pengelompokan dengan <i>Ordinal Pairing</i> .....	32
Gambar 8. Tes <i>Passing</i> Atas .....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2 .....	37
Tabel 2	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal .....	38
Tabel 3	<i>Range</i> Reliabilitas .....	38
Tabel 4.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data .....	39
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data .....	39
Tabel 6.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1 .....	40
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2 .....	40
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2 .....	41
Tabel 9.	Rangkuman Hasil uji perbedaan presentase tes akhir pada kelompok 1 dan 2 .....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Tes Keterampilan <i>Passing</i> dalam Permainan Bola Voli .....	52
Lampiran 2. Program Latihan <i>Passing</i> dalam Permainan Bola Voli.....	54
Lampiran 3. Data Hasil Tes Awal <i>Passing</i> Atas.....	64
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil <i>Passing</i> Atas .....	66
Lampiran 5. Menghitung Reliabilitas Dengan Anava .....	72
Lampiran 6. Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil <i>Passing</i> Atas.....	78
Lampiran 7. Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors .....	79
Lampiran 8. Uji Homogenitas.....	81
Lampiran 9. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok .....	82
Lampiran 10. Menghitung Nilai Peningkatan <i>Passing</i> Atas Dalam Persen Pada Kelompok 1 Dan Kelompok 2.....	85
Lampiran 11. Distribusi T table.....	86
Lampiran 12. Tabel Nilai-Nilai <i>Chi</i> -Kwadrat.....	87
Lampiran 13. Tabel Distribusi F.....	88
Lampiran 14. Tabel Nilai-Nilai t .....	93
Lampiran 15. Tabel Lilliefors .....	94
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian.....	95
Lampiran 17. Surat Ijin Penelitian .....	96
Lampiran 18. Surat Balasan Penelitian .....	97