



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING* BAWAH
DENGAN DINDING DAN BERPASANGAN MENGGUNAKAN
RINTANGAN TALI TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*
BAWAH DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA
ATLET CLUB SBV ASRI KALIJAMBE
TAHUN 2021**

SKRIPSI

**Oleh:
DEDY KUNCORO
NIM. D0217036**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2022**

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING* BAWAH
DENGAN DINDING DAN BERPASANGAN MENGGUNAKAN
RINTANGAN TALI TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*
BAWAH DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA
ATLET CLUB SBV ASRI KALIJAMBE
TAHUN 2021**

Oleh:
DEDY KUNCORO
NIM. D0217036

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

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

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Passing* Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021”, karya:

Nama : Dedy Kuncoro

NIM : D0217036

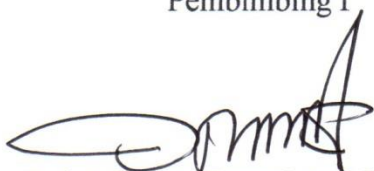
Prodi : Pendidikan Keplatihan Olahraga

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

Surakarta, Januari 2022

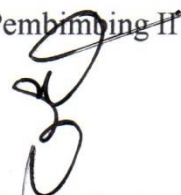
Disetujui,

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Rendra Agung Prabowo, S.Pd, M.Or
NIDN. 0615078402

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Passing* Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021”, karya:

Nama : Dedy Kuncoro

NIM : D0217036

Prodi : Pendidikan Keplatihan Olahraga

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

Pada hari : Rabu

Tanggal : 09 Februari 2022

Dewan Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Iwan Arya Kusuma, S.Pd., M.Or

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

Anggota II : Rendra Agung P, S.Pd., M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

MOTTO

“Allah akan mengganti semua luka yang pernah engkau rasakan dengan kebahagiaan yang tak pernah terduga”

“Jangan pernah putus asa saat merasa dalam kesulitan, sebab Allah menyertakan kemudahan setelah kesulitan”

“Bersyukur itu perlu terus latihan. Jangan hanya rasa syukur hanya saat memiliki sesuatu”

(KH. Bahauddin Nur Salim)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Teman-teman sepejuanganku
Almamaterku FKIP PKO UTP Surakarta

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 yang terhormat:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or, Selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or, sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Rendra Agung P, S.Pd, M.Or, sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Pelatih dan Atlet Putra Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 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 2022

D.K

ABSTRAK

Dedy Kuncoro. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Passing* Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Januari 2022.

Penelitian bertujuan : 1) Untuk mengetahui hasil perbedaan pengaruh metode latihan *passing* bawah dengan dinding dan berpasangan menggunakan rintangan tali terhadap kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021. 2) Untuk mengetahui latihan mana yang lebih baik pengaruhnya antara latihan *passing* bawah dengan metode latihan *passing* bawah dengan dinding dan berpasangan menggunakan rintangan tali terhadap kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 dengan jumlah 30 atlet. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil kemampuan *passing* bawah dengan latihan latihan *passing* bawah dengan dinding dan latihan berpasangan menggunakan rintangan tali sebagai variabel bebas serta hasil keterampilan *Shooting* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan *passing* bawah menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Departemen Pendidikan Nasional (1999:8). Metode analisis data penelitian menggunakan SPSS.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Latihan *passing* bawah dengan dinding memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 dengan persentase peningkatan sebesar 6,9%. (2)Latihan berpasangan menggunakan rintangan tali memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 dengan persentase peningkatan sebesar 2,4%. (3) Peningkatan hasil kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli Pada Atlet Club SBV Asri Kalijambe Tahun 2021 perbedaan selisih persentase peningkatan sebesar t hitung 2.340 dan t tabel 2,262 dan persentase peningkatan sebesar 5%.

Kata Kunci : Latihan *Passing* Bolavoli

ABSTRACT

Dedy Kuncoro. Differences in the Effect of the Lower *Passing* Exercise Method with Walls and Pairs Using Rope Obstacles on Lower *Passing* Ability in Volleyball Games at Club SBV Asri Kalijambe Athletes in 2021 Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, January 2022.

The research aims: 1) To find out the results of the differences in the effect of the downward *passing* practice method with walls and pairs using rope barriers on the ability to pass down in volleyball games at the Athlete Club SBV Asri Kalijambe in 2021. 2) To find out which exercise has a better effect between *passing* exercises using the bottom-*passing* exercise method with a wall and in pairs using a rope obstacle to the bottom-*passing* ability in the volleyball game at the SBV Asri Kalijambe Athlete Club in 2021.

The research sample is the Athlete Athlete Club SBV Asri Kalijambe in 2021 with a total of 30 athletes. Sampling using Random Sampling technique. The variables of this research are the results of lower *passing* abilities with lower *passing* exercises with walls and pair exercises using rope obstacles as the independent variable and the results of shooting skills are the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the ability to pass down using the test implementation instructions from the Ministry of National Education (1999:8). The research data analysis method used SPSS.

The results of data analysis, the conclusions obtained are: (1) Under*passing* exercises with walls have a significant effect on the results of lower *passing* abilities in volleyball games at the Athlete Club SBV Asri Kalijambe in 2021 with an increase of 6.9% percentage. (2) Pair training using rope obstacles has a significant effect on the results of the bottom *passing* ability in the volleyball game at the SBV Asri Kalijambe Athlete Club in 2021 with a percentage increase of 2.4%. (3) The improvement of the results of the lower *passing* ability in the volleyball game at the Athlete Club SBV Asri Kalijambe in 2021, the difference in the percentage increase is t count 2,340 and t table 2,262 and the percentage increase is 5%.

Keywords: volleyball *passing* practice

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KERANGKA TEORITIS DAN HIPOTESIS	8
A. Landasan teori	8
1. Hakikat Permainan Bola Voli.....	8
2. Hakikat <i>Passing</i> Bawah Permainan Bola Voli.....	16
3. Hakikat Latihan	21
4. Pendekatan Latihan	29
5. Hakikat Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding.....	30
6. Hakikat Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali	31

B.	Penelitian Yang Relevan	32
C.	Kerangka Berpikir	34
D.	Hipotesis Penelitian	37
BAB III	METODE PENELITIAN	38
A.	Tempat dan Waktu Penelitian	38
B.	Rancangan/Desain Penelitian	38
C.	Populasi Dan Sampel.....	41
D.	Pengumpulan Data.....	41
E.	Analisis Data	43
BAB IV	HASIL PENELITIAN	47
A.	Deskripsi Data	47
B.	Hasil Uji Prasyarat Analisis Data	52
C.	Pengujian Hipotesis	56
D.	Pembahasan Hasil Analisis Data	60
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	63
A.	Simpulan.....	63
B.	Implikasi	63
C.	Saran	64
	DAFTAR PUSTAKA	65
	LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran lapangan bola voli	10
Gambar 2. Bola voli standar FIVB	11
Gambar 3. <i>Crouching underhand pass</i>	17
Gambar 4. <i>Degree Diagonal Underhand Pass</i>	18
Gambar 5. <i>Underhand Pass Hitting Ball Away</i>	18
Gambar 6. <i>Backward Underhand Pass</i>	19
Gambar 7. <i>Degree diagonal backward underhand pass</i>	19
Gambar 8. <i>Underhand – back pass</i>	20
Gambar 9. <i>Passing</i> bawah ke dinding.....	31
Gambar 10. Latihan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli dengan Rintangan Tali.....	32
Gambar 11. Kerangka Berfikir.....	36
Gambar 12. Rancangan Penelitian	39
Gambar 13. Bagan pengelompokan dengan <i>ordinal pairing</i>	40
Gambar 14. Diagram Batang Data Rata-rata <i>Pre-test Post-test</i> dan Peningkatan Kelompok Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding	49
Gambar 15. Diagram Batang Data Rata-rata <i>Pre-test Post-test</i> dan Peningkatan Pada Kelompok Latihan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali	51
Gambar 16. Sasaran Tes Ketepatan <i>Passing</i> Bawah.....	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Hasil Penelitian Kelompok Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding	48
Tabel 2. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian pada Kelompok Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding	49
Tabel 3. Data Hasil Penelitian Kelompok Latihan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali.....	50
Tabel 4. Analisis Statistik Data Hasil Penelitian pada Klompok Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali.....	51
Tabel 5. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal.....	52
Tabel 6. Range Kategori Reliabilitas	52
Table 7. Hasil Uji Normalitas	53
Tabel 8. Hasil Uji Homogenitas.....	54
Tabel 9. Uji-t Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Dalam Permainan Bolavoli Kelompok Latihan Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding	55
Tabel 10. Uji-t Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Dalam Permainan Bolavoli Kelompok Latihan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali	57
Tabel 11. Uji t <i>Post-test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Dalam Permainan Bolavoli Kelompok Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali.....	58
Tabel 12. Perbandingan Kenaikan Persentase Kelompok Latihan <i>Passing</i> Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Menggunakan Rintangan Tali.....	459

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	67
Lampiran 2 Program Latihan	60
Lampiran 3 Data Test Hasil Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	85
Lampiran 4 Olah Data.....	89
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian.....	98
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian	103
Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian	104

