

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN DAN
PASSING BAWAH DENGAN DINDING TERHADAP PENINGKATAN
KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH DALAM PERMAINAN
BOLA VOLIPADA ATLET PUTRA CLUB BOLA VOLI
JIVI-C KARANGANYAR TAHUN 2020/2021**

Elva Yesi Anjani Sari¹, Drs. Herywansyah², Muh. Ikhwan Iskandar³

elva060798@gmail.com

¹²³Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah : (1) untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021. (2) untuk mengetahui metode latihan yang lebih baik pengaruhnya untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen *pretest* dan *post-test*. Penelitian dilaksanakan untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli. Subyek penelitian ini adalah atlet putra club bola voli JIVI-C Karanganyar yang berjumlah 32 atlet. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan tes keterampilan *passing* bawah. Analisis data menggunakan uji prasyarat analisis data (uji normalitas dan uji homogenitas) dan uji perbedaan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh hasil latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra club bola voli JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021, hasil nilai signifikan uji t sebesar 0,034 lebih kecil dari 0,05 maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap hasil penelitian kedua kelompok setelah diberikan perlakuan. Hasil analisis latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah mempunyai pengaruh yang berbeda. Presentase rata-rata peningkatan latihan *passing* bawah berpasangan lebih baik pengaruhnya dari pada latihan *passing* bawah dengan dinding, dengan perbedaan rata-rata sebesar 3,438 (8,06%). Kesimpulan penelitian ini adalah ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* bawah berpasangan dan latihan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0,034$ lebih kecil dari pada Sig. (2-tailed) = 0,05 dan latihan *passing* bawah berpasangan lebih baik pengaruhnya daripada latihan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan

keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra club bola voli JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021.

Kata Kunci : Latihan *Passing* Bawah Berpasangan, Latihan *Passing* Bawah dengan Dinding, Keterampilan *Passing* Bawah, Bola Voli.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang sangat populer di dunia. Olahraga bola besar ini sangat digemari banyak orang, khususnya masyarakat Indonesia. Permainan ini dapat dimainkan oleh semua kalangan mulai dari tingkat anak-anak sampai orang dewasa, baik putra maupun putri. Pada awal mulanya bermain bola voli bertujuan rekreasi untuk mengisi waktu luang atau sebagai selingan setelah lelah bekerja atau belajar. Selain tujuan-tujuan tersebut banyak orang berolahraga khususnya bermain voli untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani atau kesehatan. Kemudian berkembang ke arah tujuan yang lain, seperti tujuan prestasi yang tinggi untuk meningkatkan prestasi diri, mengharumkan nama daerah, bangsa, dan negara (Asep Kurnia, 2007: 14).

Apabila bermain bola voli bertujuan untuk memperoleh prestasi, maka dalam bermain harus dilakukan sungguh-sungguh dan dibutuhkan koordinasi gerak yang baik dari setiap pemain. Untuk menciptakan suatu koordinasi dan kerjasama yang baik melalui kombinasi teknik, setiap tim bola voli membutuhkan latihan organisasi tim yang sesuai dengan taktik dan strategi yang diterapkan.

Selanjutnya untuk memperoleh hasil yang memuaskan dalam permainan bola voli, diperlukan penguasaan teknik dasar. Sarumpaet (1991: 133) menyatakan bahwa penguasaan teknik dasar bola voli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya regu dalam pertandingan. Oleh karena itu teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai lebih dahulu agar dapat mengembangkan untuk pertandingan lancar dan teratur. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari taktik permainan yang baik pula. Teknik dasar bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah *service*, *passing*, *smash*, dan *blocking*.

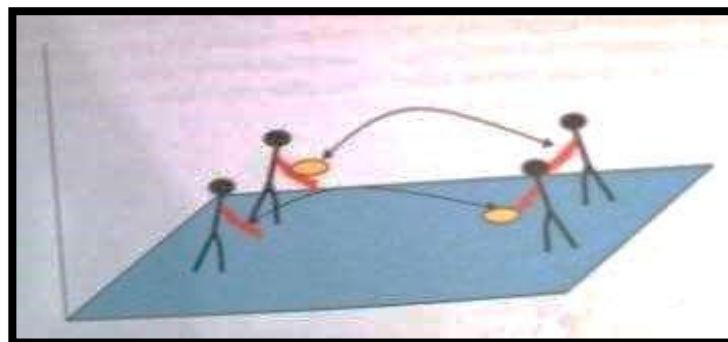
Keempat teknik dasar tersebut merupakan modal dasar yang harus dipelajari dan dilatih bagi pemain pemula jika ingin berprestasi. Banyak atlet pemula yang mengabaikan teknik tersebut dan maunya hanya berlatih *smash* saja, padahal dari teknik yang ada tersebut semuanya saling berkaitan dari teknik yang paling sederhana yaitu teknik dasar *passing* sampai teknik yang paling sulit yaitu *blocking*. Tentu hal itu harus pula di dukung dengan

penanganan seorang pelatih yang baik dan kerja keras atlet yang selalu menjunjung tinggi kedisiplinan dalam berlatih. Penanganan tersebut perlu dilakukan sejak awal misalnya dengan membentuk club-club bola voli di daerah. Sebab, club-club tersebut akan memunculkan bibit-bibit pemain bola voli yang handal.

Club bola voli putra JIVI-C Karanganyar merupakan salah satu club bola voli yang menyelenggarakan kegiatan pelatihan bola voli yang bertujuan untuk menghasilkan tim bola voli yang tangguh dan berprestasi. Namun di club bola voli putra JIVI-C Karanganyar dalam proses pelatihan masih dijumpai beberapa permasalahan, antara lain *passing* bawah atlet kurang baik, atlet masih kurang percaya diri saat melakukan *passing* bawah, dalam melakukan *passing* bawah atlet sering mengabaikan teknik dasar yang baik dan benar, saat menerima bola servis dan smash dari tim lawan terjadi bola luncas sehingga bola tidak akan memantul ke arah seperti yang diharapkan dan kurangnya variasi latihan yang dilakukan selama kegiatan latihan rutin bola voli tersebut.

Passing bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding adalah bentuk latihan keterampilan untuk meningkatkan kemampuan dasar *passing* bawah bola voli. Dengan bentuk latihan ini kemungkinan akan membuat atlet bola voli JIVI-C Karanganyar mengalami peningkatan dalam melakukan *passing* bawah. Sehingga diharapkan akan memberi dampak positif bagi atlet untuk giat dalam melakukan *passing* bawah.

Passing bawah berpasangan untuk latihan menggunakan 2 buah petak yang berhubungan, masing-masing yang berukuran 3x3 meter. Tiap anak pasangan berdiri berhadapan dalam petak masing-masing dibatasi oleh garis tali/net yang dibentangkan tinggi, setinggi 3 meter. Pada aba-aba mulai salah seorang dari pasangan itu melemparkan bola kearah temannya dan yang menerima bola itu kemudian mengembalikan bola dengan *passing* bawah lengan ganda normal dan seterusnya hingga latihan itu selesai. Setiap melakukan *passing* lambungan bola harus melewati net setinggi 3 meter.



Gambar 1. *Passing* Bawah Berpasangan
Sumber : M.Muhyi Faruq. 2009.

Latihan *passing* bawah kesasaran dinding digunakan untuk menyempurnakan kemampuan menaksir arah bola, dan dapat dilakukan secara bergantian dua orang atau lebih. Cara pelaksanaannya bola dilambungkan kemudian di *passing* bawah kesasaran dinding berketinggian 2,30 meter untuk putra, setelah itu barisan depan geser kebelakang dan barisan belakang maju kedepan melakukan *passing* bawah setelah itu kembali kebelakang begitu seterusnya. Dalam penerimaan anak bebas bergerak dalam petak sesuai dengan pantulan arah bola. Pukulan dihitung baik apabila setiap kali anak mempassing kembali ketembok.

Menurut M.Muhyi Faruq (2009:076) pertama diawali dengan berdiri di depan dinding ambil posisi melempar dan siap menerima *passing* bola setelah terpantul, kedua tangan menerima bola dengan meluruskan kedua lengan. Kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut agak ditekuk persis melakukan *passing* bawah. Kedua kaki harus bisa menyesuaikan hasil pantulan bola yang terpantul di dinding. Bila pemasing dapat mengimbangi pantulan bola dan bisa mengendalikan pantulan bola tersebut dapat diperkirakan bisa mempunyai kemampuan *passing* yang baik, meskipun itu baru tahap awal.



Gambar 15. *Passing* Bawah dengan Dinding

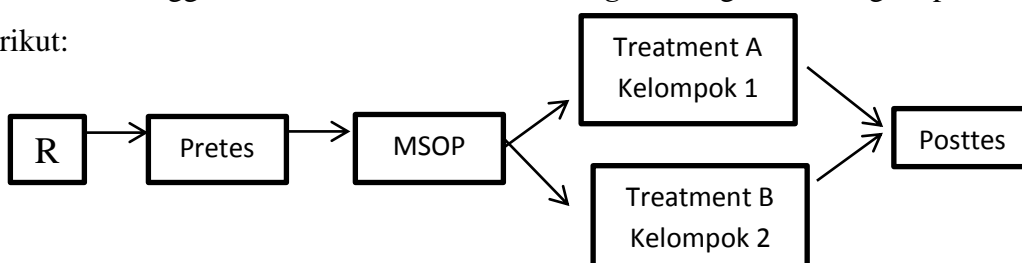
Sumber : (M.Muhyi Faruq, 2009:076)

Keuntungan latihan ini adalah mudah mengantisipasi bola karena tidak terpancang oleh teman pasangannya dan mudah diarahkan bola pantulannya. Sedangkan kelemahannya karena dinding benda mati maka bila sudut datangnya bola tidak tepat maka hasil pantulannya juga tidak tepat.

Dalam pelaksanaan latihan *passing* bawah berpasangan dan dengan dinding, atlet melakukan *passing* bawah sebanyak 10 kali tiap set dengan diselingi istirahat selama 4-6 menit atau diselingi teman yang lain secara terus menerus sesuai dengan program latihan. Latihan yang dilakukan selama 6 minggu akan memberikan pengaruh terhadap keterampilan *passing* bawah.

METODOLOGI PENELITIAN

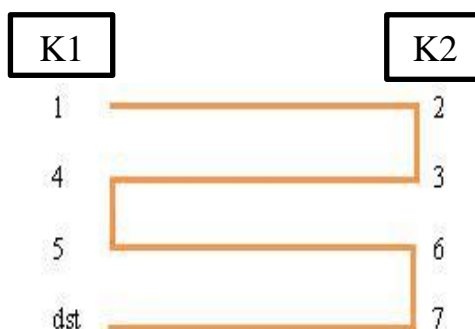
Penelitian ini dilaksanakan di Club bola voli JIVI-C Karanganyar. Waktu penelitian ini dilakukan mulai dari tanggal 18 Desember 2020 sampai 10 Februari 2021 dengan tiga kali perlakuan dalam satu minggu. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Senin, Rabu, dan Jumat. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, Desain penelitian menggunakan “*Pretest-Posttest Design*” dengan rancangan penelitian sebagai berikut:



Gambar 3. Rancangan Penelitian Sumber : (Sugiyono, 2017: 72).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 32 atlet dengan menggunakan total sampling. Pembagian kelompok eksperimen didasarkan pada *tes keterampilan passing bawah* pada tes awal. Setelah hasil tes awal diranking, kemudian subjek yang memiliki keterampilan setara dipasang-pasangkan ke dalam kelompok 1 (K1) dan kelompok 2 (K2). Dengan demikian kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan merupakan kelompok yang sama. Dari 32 atlet yang dijadikan sampel penelitian, selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan cara ordinal pairing. Kelompok 1 sebanyak 16 atlet mendapat perlakuan latihan *passing bawah* berpasangan. Kelompok 2 sebanyak 16 atlet mendapat perlakuan latihan *passing bawah* dengan dinding.

Adapun “teknik pembagian kelompok secara Ordinal Pairing” menurut (Mia Kusumawati, 2017:83) sebagai berikut:



Gambar 4. Bagan pengelompokan dengan *ordinal pairing* (Mia Kusumawati, 2017: 83)

HASIL PENELITIAN

1. Data *Pretest*

Tes keterampilan awal merupakan tes yang dilakukan untuk mengetahui pengetahuan awal yang dilakukan oleh atlet. Tes keterampilan awal atlet dilakukan sebelum treatment dilakukan. Tes diberikan dalam bentuk *passing* bawah. Analisis terhadap hasil pretest dilakukan dengan memberikan skor kategori baik sekali, baik, cukup, kurang dan kurang sekali.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian Awal (*Pretest*)

Kelompok							
<i>Passing</i> Bawah Berpasangan				<i>Passing</i> Bawah dengan Dinding			
ST	SR	R	S	ST	SR	R	S
49	32	41,19	4,90	49	32	40,69	5,02

Keterangan :

ST = Skor Tertinggi

SR = Skor Terendah

R = Rerata Skor

S = Standar Deviasi

Berdasarkan hasil tes keterampilan awal dapat dijelaskan bahwa rerata yang didapat pada kelas *passing* bawah berpasangan 41,19 sedangkan untuk kelas *passing* bawah dengan dinding 40,69. Nilai tertinggi pada kelas *passing* bawah berpasangan 49 sedangkan pada kelas *passing* bawah dengan dinding juga 49 dan nilai terendah pada kelas *passing* bawah berpasangan 32 sedangkan pada kelas *passing* bawah dengan dinding 32. Besarnya standar deviasi untuk kelas *passing* bawah berpasangan dan kelas *passing* bawah dengan dinding yaitu 4,90 dan 5,02. Data tersebut juga dapat dimunculkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi seperti di bawah ini :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Pretest Passing* Bawah Berpasangan

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen	Kategori
1	46 - 49	3	18.75%	Baik Sekali
2	43 - 45	5	31.25%	Baik
3	39 - 42	4	25.00%	Cukup
4	36 - 38	2	12.50%	Kurang
5	32 - 35	2	12.50%	Kurang Sekali
Total		16	100%	

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Pretest Passing* Bawah dengan Dinding

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen	Kategori
1	46 - 49	3	18.75%	Baik Sekali
2	43 - 45	4	25.00%	Baik
3	39 - 42	4	25.00%	Cukup
4	36 - 38	2	12.50%	Kurang
5	32 - 35	3	18.75%	Kurang Sekali
Total		16	100%	

2. Data *Post-Test*

Tes keterampilan akhir atlet dilakukan untuk mengetahui penguasaan atlet setelah dilakukan treatment. Tes diberikan dalam bentuk *passing* bawah. Analisis terhadap hasil *post-test* dilakukan dengan memberikan skor kategori baik sekali, baik, cukup, kurang dan kurang sekali.

Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian Akhir (*post-test*)

Kelompok							
<i>Passing</i> Bawah Berpasangan				<i>Passing</i> Bawah dengan Dinding			
ST	SR	R	S	ST	SR	R	S
52	38	46,06	4,09	51	35	42,63	4,65

Keterangan :

ST = Skor Tertinggi

SR = Skor Terendah

R = Rerata Skor

S = Standar Deviasi

Berdasarkan hasil tes keterampilan akhir dapat dijelaskan bahwa rerata yang didapat pada kelas *passing* bawah berpasangan 46,06 sedangkan untuk kelas *passing* bawah dengan dinding 42,63. Nilai tertinggi pada kelas *passing* bawah berpasangan 52 sedangkan pada kelas *passing* bawah dengan dinding 51 dan nilai terendah pada kelas *passing* bawah berpasangan 38 sedangkan pada kelas *passing* bawah dengan dinding 35. Besarnya standar deviasi untuk kelas *passing* bawah berpasangan dan kelas *passing* bawah dengan dinding yaitu 4,09 dan 4,65. Data tabel dsitribusi frekuensi hasil tes keterampilan akhir tersebut dapat dilihat di bawah ini :

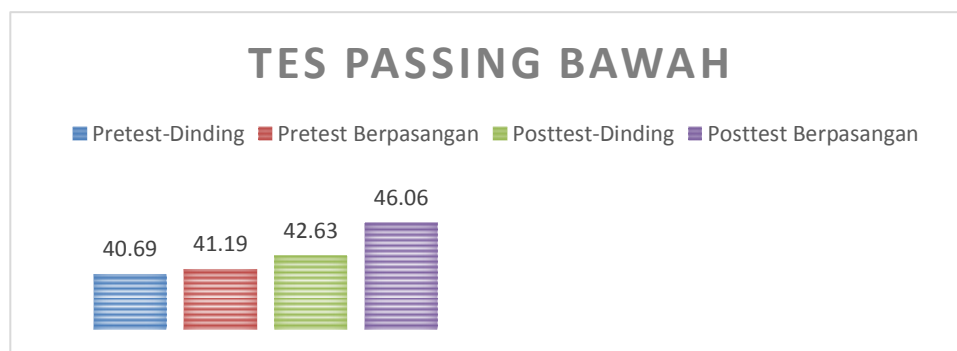
Tabel 5. Distribusi Frekuensi *Post-test Passing* Bawah Berpasangan

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen	Kategori
1	50 - 52	4	25.00%	Baik Sekali
2	47 - 49	6	37.50%	Baik
3	44 - 46	3	18.75%	Cukup
4	41 - 43	1	6.25%	Kurang
5	38 - 40	2	12.50%	Kurang Sekali
Total		16	100%	

Tabel 6. Distribusi Frekuensi *Post-test Passing* Bawah dengan Dinding

No.	Interval Kelas	Frekuensi	Persen	Kategori
1	49 - 51	2	12.50%	Baik Sekali
2	45 - 48	5	31.25%	Baik
3	42 - 44	4	25.00%	Cukup
4	38 - 41	2	12.50%	Kurang
5	35 - 37	3	18.75%	Kurang Sekali
Total		16	100%	

Dari data keterampilan awal atlet dan keterampilan akhir atlet dengan pendekatan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding yang berupa nilai *pretest* dan *post-test* di atas dapat dibandingkan dalam bentuk histogram berikut ini :

Gambar 5. Histogram *Passing* Bawah

3. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan teknik pengujian yang digunakan untuk mengetahui apakah sebaran skor masing-masing ubahan mempunyai distribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas dikarenakan sample setiap kelompok dihitung dengan menggunakan uji *Lilliefors* dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 25 dengan taraf signifikansi 5%.

Persyaratan data disebut normal jika probabilitas / $p > 0,05$ pada uji normalitas dengan *Lilliefors*. Jika taraf signifikansi (probabilitas) lebih besar dari 0,05 (95%) maka H_0 diterima, sedangkan jika taraf signifikansi (probabilitas) kurang dari 0,05 (95%) maka H_0 ditolak.

Data rangkuman uji normalitas dengan menggunakan uji *Lilliefors* test, disajikan dalam table uji normalitas sebagai berikut :

Tabel 7. Uji normalitas

Data Atlet	Taraf Signifikansi	Kesimpulan
<i>Pretest Passing</i> Bawah Berpasangan	0,834 > 0,1542	Berdistribusi Normal
<i>Pretest Passing</i> Bawah dengan Dinding	0,737 > 0,1542	Berdistribusi Normal
<i>Post-test Passing</i> Bawah Berpasangan	0,505 > 0,1542	Berdistribusi Normal
<i>Post-test Passing</i> Bawah dengan Dinding	0,770 > 0,1542	Berdistribusi normal

- Dari data hasil *pre-test passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding menunjukkan bahwa $p > 0,05$, yakni p sebesar 0,834 dan $0,737 > 0,1542$, sehingga data *pre-test* berdistribusi normal.
- Dari data hasil *post-test passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding menunjukkan bahwa $p > 0,05$, yakni p sebesar 0,505 dan $0,770 > 0,1542$, sehingga data *post-test* berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari populasi yang homogen atau tidak. Homogenitas yang digunakan dengan menggunakan *one-way anova* dengan menggunakan program IBM SPSS versi 25 dengan taraf signifikansi 5%.

Tabel 8. Uji Homogenitas

Data Atlet	df1	df2	Sig.	Kesimpulan
Pretest	1	28	0,969	Varians homogen
Posttest	1	28	0,461	Varians homogen

- Dari data hasil *pre-test* menunjukkan bahwa $p > 0,05$, yakni p sebesar $0,969 > 0,05$, sehingga data *pre-test* memiliki varians homogen.
- Dari data hasil *post-test* menunjukkan bahwa $p > 0,05$, yakni p sebesar $0,461 > 0,05$, sehingga data *post-test* memiliki varians homogen.

Tabel 9. Analisis Uji-T

Hasil Penelitian	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Hasil Pre-Test	0,285	30	0,777	0,500
Hasil Post-test	2,221	30	0,034	3,438

Dari tabel uji t di atas menunjukkan bahwa atlet dapat dilihat :

a. Uji T Pre-test

H_0 : Tidak ada perbedaan (sig. 2 tailed $> 0,05$)

H_a : Ada perbedaan (sig. 2 tailed $< 0,05$)

Dari tabel uji t menunjukkan bahwa nilai signifikasi (sig. 2 tailed) sebesar **0,777** $> 0,05$ maka **H_0 Diterima** sehingga tidak ada perbedaan kemampuan yang signifikan antara *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding, dengan perbedaan rata-rata 0,500.

b. Uji T Post-test

H_0 : Tidak ada perbedaan (sig. 2 tailed $> 0,05$)

H_a : Ada perbedaan (sig. 2 tailed $< 0,05$)

Dari tabel uji t menunjukkan bahwa nilai signifikasi (sig. 2 tailed) sebesar **0,034** $< 0,05$ maka **H_0 Ditolak** sehingga ada perbedaan keterampilan yang signifikan antara *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding setelah diberikan perlakuan dengan perbedaan rata-rata sebesar 3,438.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan nyata antara metode latihan *passing* bawah berpasangan dan metode latihan *passing* bawah dengan dinding, yang dilakukan selama 18 kali pertemuan untuk *passing* bawah berpasangan dan 18 kali pertemuan untuk *passing* bawah dengan dinding. *Passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah dengan dinding merupakan kelas yang diberi perlakuan 10 kali *passing* setiap atlet dengan 5 kali pengulangan dalam sekali pertemuannya.

Sebelum diberi perlakuan, terlebih dahulu dilakukan *pre-test* untuk mengetahui keterampilan awal atlet. Setelah itu, proses penelitian dilakukan dengan memberikan perlakuan pada kelompok *passing* bawah berpasangan dan pada kelompok *passing* bawah dengan dinding. Sebelum dilakukan hasil uji perbedaan terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas dengan hasil data bersifat normal dan homogen sehingga analisis dapat dilanjutkan dengan statistic parametrik.

Setelah hasil tes keterampilan awal atau *pre-test* dari 16 atlet pada kelompok *passing* bawah berpasangan rata-rata tes keterampilan awal atlet adalah 41,19 dengan skor terendah 32 dan skor tertinggi 49. Untuk kelompok *passing* bawah dengan dinding didapat rata-rata keterampilan awal atlet sebesar 40,69 dengan skor terendah 32 dan tertinggi 49 .

Setelah proses perlakuan selesai atlet diberi tes hasil perlakuan atau *post-test*. Berdasarkan tes yang telah dilakukan kelompok *passing* bawah berpasangan didapatkan rata-rata hasil perlakuan atlet sebesar 46,06 dengan skor terendah 38 dan tertinggi 52. Untuk kelompok *passing* bawah dengan dinding didapatkan rata-rata hasil perlakuan atlet sebesar 42,63 dengan skor terendah 35 dan tertinggi 51.

Sedangkan setelah melewati uji normalitas dan uji homogenitas maka dilanjutkan dengan melakukan uji t untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara hasil perlakuan yang diperoleh atlet setelah mendapatkan perlakuan. Uji t pertama dilakukan pada data hasil *pre-test* untuk mengetahui apakah kondisi awal atlet dari kedua kelompok memiliki keterampilan yang sama atau berbeda secara signifikan dan hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,777 lebih besar dari 0,05 maka keterampilan awal atlet sebelum diberikan perlakuan adalah sama atau tidak ada perbedaan yang signifikan. Uji t yang kedua digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil perlakuan yang signifikan antara kedua kelompok setelah diberikan perlakuan dengan hasil nilai signifikansi uji t sebesar 0,034 lebih kecil dari 0,05 maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil perlakuan kelompok *passing* bawah berpasangan dan kelompok *passing* bawah dengan dinding setelah diberikan perlakuan dengan perbedaan rata-rata sebesar 3,438 (8,06%) dengan kelompok *passing* bawah berpasangan memperoleh hasil yang lebih baik. Dengan kata lain perlakuan *passing* bawah berpasangan berhasil memberikan dampak yang lebih baik secara signifikan terhadap hasil perlakuan atlet.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* bawah berpasangan dan latihan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra club bola voli JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0,034$ lebih kecil dari pada $Sig. (2-tailed) = 0,05$.

2. Latihan *passing* bawah berpasangan lebih baik pengaruhnya daripada latihan *passing* bawah dengan dinding terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet putra club bola voli JIVI-C Karanganyar tahun 2020/2021.

DAFTAR PUSTAKA

- KONI.2015. *Penataran Pelatih Olahraga*. Jakarta: KONI
- Mia Kusumawati. 2014. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung : Alfabeta
- Mulyono Biyakto Atmojo. 2008. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press.
- Santoso, Slamet. 2015. *Bola Voli Masa Kini*. Surakarta : Universitas Tunas Pembangunan.
- Satriya, J.S. Dikdik & Imanudin Iman. 2007. *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyanto. 1992. *Perkembangan Dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdikbud. Proyek Peningkatan Mutu Guru SD dan Pendidikan Kependudukan.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto. 2015. *Bola voli*. Surakarta: UNS Press.
- Widiastuti. 2015. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.