



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN METODE *PASSING* BAWAH
PROGRESIF DAN *PASING* BAWAH *REPETITIF* TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH DALAM PERMAINAN
BOLAVOLI PADA ATLET PUTRA USIA 14-18
TAHUN KLUB BOLA VOLI VIAR
SUMBERLAWANG SRAGEN**

SKRIPSI

**OLEH:
ILHAM KUS PAMBUDI
NIM. D0221067**

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

2025

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN METODE *PASSING* BAWAH
PROGRESIF DAN *PASING* BAWAH *REPETITIF* TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH DALAM PERMAINAN
BOLAVOLI PADA ATLET PUTRA USIA 14-18
TAHUN KLUB BOLA VOLI VIAR
SUMBERLAWANG SRAGEN**

**OLEH:
ILHAM KUS PAMBUDI
NIM. D0221067**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Olahraga

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

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Metode *Passing* Bawah *Progresif* dan Pasing Bawah *Repetitif* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen”, karya:

Nama : Ilham Kus Pambudi

NIM : D0221067

Prodi : Pendidikan Keplatihan Olahraga

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

Surakarta, Maret 2025

Pembimbing I

Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

Pembimbing II

Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or
NIDN. 0619068401

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Metode *Passing* Bawah Progresif dan Pasing Bawah Repetitif Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen”, karya:

Nama : Ilham Kus Pambudi

NIM : D0221067

Prodi : Pendidikan Keplatihan 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 : 26 Mei 2025

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

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

Penguji I : Yudi Karisma Sari, S.Si., M.Or

Penguji II : Drs. Slamet Sudarsono, M.Pd

Disahkan Oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Pt. Dekan,

Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or

NIDN. 0619068401



MOTTO

*“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”*

(QS. Al-Insyirah: 5-6)

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.
Dia mendapat (pahala)dari (kebijakan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa)
dari (kejahatan)yang diperbuatnya”*

(QS. Al-Baqarah:286)

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. Prof. Dr. Dra. Winarti, M.Si selaku Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta
2. Kodrad Budiyo, S.Pd.M.Or selaku Plt Dekan dan Pembimbing II Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Vilar Sumberlawang Sragen 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, Maret 2025

Ilham Kus Pambudi

ABSTRAK

Ilham Kus Pambudi. Perbedaan Pengaruh Latihan Metode *Passing* Bawah *Progresif* Dan Pasing Bawah *Repetitif* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola Voli Viar Sumberlawang Sragen. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Maret 2025.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan Metode *Passing* Bawah *Progresif* dan Pasing Bawah *Repetitif* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Metode Latihan Metode *Passing* Bawah *Progresif* dan Pasing Bawah *Repetitif* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen.

Sampel penelitian adalah Atlet Bolavoli Viar Sumberlawang dengan jumlah 30 atlet dan Jumlah populasi 127 atlet. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil tes dan pengukuran kemampuan *Passing* bawah dengan Metode Latihan Metode *Passing* Bawah *Progresif* dan Pasing Bawah *Repetitif* sebagai variabel bebas serta hasil ketepatan *service* atas *floating* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan *Passing* bawah menggunakan tes dan pengukuran kemampuan *Passing* bawah Departemen Pendidikan Nasional (1999:14). 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 menggunakan metode *Passing* bawah *progresif* dan menggunakan metode *Passing* bawah *repetitif* terhadap hasil Kemampuan *Passing* bawah dalam permainan bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.269$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode *Passing* bawah *repetitif* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *Passing* bawah *progresif* terhadap hasil Kemampuan *Passing* bawah dalam permainan bolavoli pada Atlet Putra Usia 14-18 Tahun Klub Bola voli Viar Sumberlawang Sragen. Berdasarkan persentase hasil Kemampuan *Passing* bawah dalam permainan bola voli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan metode *Passing* bawah *progresif*) adalah $5.55\% <$ kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan menggunakan metode *Passing* bawah *repetitif*) adalah 6.54% .

Kata Kunci : Bola Voli, Latihan, Kemampuan *Passing*

ABSTRACT

Ilham Kus Pambudi. *Differences in the Effects of Progressive Underhand Passing and Repetitive Underhand Passing Methods on Underhand Passing Ability in Volleyball Games for Male Athletes Aged 14-18 Years at the Viar Sumberlawang Volleyball Club in 2025. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, March 2025.*

The purpose of this study was to determine the Differences in the Effects of Progressive Underhand Passing and Repetitive Underhand Passing Methods on Underhand Passing Ability in Volleyball Games for Male Athletes Aged 14-18 Years at the Viar Sumberlawang Volleyball Club in 2025, and if there were differences, then to determine which was better between the Progressive Underhand Passing and Repetitive Underhand Passing Methods on Underhand Passing Ability in Volleyball Games for Male Athletes Aged 14-18 Years at the Viar Sumberlawang Volleyball Club in 2025.

The research sample was at the Viar Sumberlawang Volleyball Club with a total of 30 students. Sampling using purposive sampling technique. The variables of this study are the results of the test and measurement of the ability of Passing under with the Progressive Under Passing Method and Repetitive Under Passing as independent variables and the results of the accuracy of the service over floating as dependent variables. The research design uses a pretest-posttest design. The test to determine the ability of Passing under uses the test and measurement of the ability of Passing under the Department of National Education (1999:14). The method of analyzing research data uses the t-test formula which is calculated using a short formula.

The results of the data analysis then the conclusion obtained: (1) There is a significant difference in influence between using the Progressive Underhand Passing method and using the Repetitive Underhand Passing method on the results of Underhand Passing Ability in volleyball games in Male Athletes Aged 14-18 Years of the Viar Sumberlawang Volleyball Club in 2025. This is proven by the results of the final test calculations for each group, namely $t_{count} = 3.269$ is greater than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The Repetitive Underhand Passing method has a better effect than the Progressive Underhand Passing method on the results of Underhand Passing Ability in volleyball games in Male Athletes Aged 14-18 Years of the Viar Sumberlawang Volleyball Club in 2025. Based on the percentage of the results of Underhand Passing Ability in volleyball games, it shows that group 1 (the group that received treatment using the Progressive Underhand Passing method) is 5.55% < group 2 (the group that received treatment using the Repetitive Underhand Passing method) is 6.54%.

Keywords: *Volleyball, Training, Passing Ability*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGANTAR JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	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	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Kajian pustaka.....	8
1. Hakikat Permainan Bolavoli	8
2. Hakikat <i>Passing</i> Bawah Permainan BolaVoli.....	16
3. Hakikat Latihan	21
4. Pendekatan Latihan.....	29
5. Hakikat Latihan <i>Passing</i> Bawah <i>Progresif</i>	30
6. Hakikat <i>Passing</i> Bawah Repetitif.....	32
B. Penelitian yang Relevan	34

C. Kerangka Berpikir	36
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Tempat dan Waktu Penelitian	39
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	39
C. Populasi , Sampel Dan Teknik Sampling	42
D. Pengumpulan Data	43
E. Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	47
A. Deskripsi Data.....	47
B. Uji Reliabilitas	48
C. Pengujian Persyaratan Analisis	48
1. Uji Normalitas	48
2. Uji Homogenitas.....	49
D. Hasil Analisis Data.....	50
1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan	50
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	52
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	54
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	57
A. Simpulan	57
B. Implikasi	57
C. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran Lapangan Bolavoli	9
Gambar 2. Bolavoli Standar FIVB	10
Gambar 3. <i>Crouching Underhand Pass</i>	17
Gambar 4. <i>Degree Diagonal Underhand Pass</i>	17
Gambar 5. <i>Underhand Pass Hitting Ball Away</i>	18
Gambar 6. <i>Backward Underhand Pass</i>	18
Gambar 7. <i>Degree Diagonal Backward Underhand Pass</i>	19
Gambar 8. Underhand – Back Pass	19
Gambar 9. Kerangka Berfikir	37
Gambar 10. Desain Penelitian	40
Gambar 11. Bagan Pengelompokan Dengan <i>Ordinal Pairing</i>	41
Gambar 12. Sasaran Tes Ketepatan <i>Passing</i> Bawah	62

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Kelompok 1 Dan Kelompok 2	47
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal	48
Tabel 3. <i>Range</i> Kategori Reliabilitas	48
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data	49
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data	49
Tabel 6. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1)	50
Tabel 7. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2 (K_2)	50
Tabel 8. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)	51
Tabel 9. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)	51