

SARI

Ragil Priyanto, 2011. *Pengaruh Latihan Passing Atas Menggunakan Sasaran Tembok Dan Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Atas Dalam Permainan Klub Bola Voli Putri VOPAS Semarang.* Skripsi jurusan PKLO, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan penelitian : 1) apakah ada pengaruh latihan Passing Atas menggunakan sasaran Tembok terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang?, 2) apakah ada pengaruh latihan Passing Atas Berpasangan terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang?, 3) Manakah yang lebih baik antara latihan Passing Atas menggunakan sasaran Tembok dan Berpasangan terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang?. Tujuan Penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan Passing Atas menggunakan sasaran Tembok terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang, 2) Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan Passing Atas Berpasangan terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang, 3) Untuk mengetahui latihan manakah yang lebih baik antara latihan Passing Atas menggunakan sasaran Tembok dan Berpasangan terhadap kemampuan Passing Atas dalam permainan klub bola voli putri VOPAS Semarang.

Penelitian eksperimen ini menggunakan populasi pemain klub bola voli putri VOPAS Semarang tahun 2011 yang berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling. Variabel penelitian ini meliputi : Latihan Passing Atas menggunakan sasaran Tembok sebagai variable bebas serta kemampuan Passing Atas Berpasangan sebagai variable terikat. Pengumpulan data penelitian menggunakan metode eksperimen. Analisis data penelitian menggunakan uji t.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil passing atas antara kelompok pemain yang mengikuti latihan passing atas dengan sasaran tembok dan passing atas secara berpasangan. Setelah mengikuti latihan passing atas dengan sasaran tembok diperoleh rata-rata hasil passing atas sebesar 4,4 yang sebelumnya 2,9 atau mengalami peningkatan 51,72%, sedangkan setelah mengikuti latihan passing atas secara berpasangan dengan rata-rata sebesar 3,4 yang sebelumnya 3,0 atau meningkat 13,33%. Perbedaan tersebut dibuktikan dari hasil uji t dengan diperoleh $t_{hitung} = 3,87 > t_{tabel} (2,0)$. Perbedaan hasil passing atas ini disebabkan karena hasil pantulan sasaran tembok lebih stabil daripada secara berpasangan, sehingga lebih mudah mengontrol bola pada saat melakukan passing atas. Disarankan kepada pelatih untuk memberikan latihan passing atas menggunakan sasaran tembok sebagai alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan passing atas pada permainan bola voli.