

ABSTRAK

SITI HALIMAH SA'ADIAH. Upaya Meningkatkan Proses Latihan Teknik *Passing* Bawah Bola Voli dengan menggunakan Metode Latihan *Drill* Pada Atlet Bola Voli Puteri Klub TVRI Medan Tahun 2013.

(Pembimbing Skripsi : ZULFAN HERI).

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan proses latihan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli melalui metode latihan *Drill* pada atlet bola voli klub TVRI Medan Tahun 2013. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet bola voli klub TVRI Medan dengan jumlah atlet 15 orang yang akan diberikan tindakan berupa latihan melalui metode latihan *Drill* terhadap proses latihan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, yang terdiri dari 1 siklus. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus I peneliti melakukan tes awal untuk mengetahui letak kesulitan pada latihan *passing* bawah bola voli, kemudian dilakukan latihan dan tindakan menggunakan metode *Drill* dan diakhiri dengan pemberian tes siklus I dan dengan instrumen tes *passing* kedinding dan lembar pengamatan tes proses latihan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan lembar portofolio.

Setelah data terkumpul dan dilakukan analisis maka diperoleh hasil analisisnya : (1) dari data tes awal latihan diperoleh 2 orang (13.3%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 13 orang (86.7%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan. dengan nilai rata - rata adalah 61.6 (2) dari data hasil tes siklus I diperoleh 13 orang (86.7%) yang telah tercapai tingkat keberhasilan latihan, sedangkan 2 orang (13.3%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan, dengan nilai rata-rata adalah 88.3. dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata - rata hasil latihan atlet dari tes awal 13.3% ke siklus I 86.7% yaitu peningkatan keberhasilan secara klasikal sebesar 69%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa dengan menggunakan metode *Drill* meningkatkan proses latihan *passing* bawah bola voli pada atlet bola voli puteri klub TVRI Medan Tahun 2012.