

## ABSTRAK

**ZAINAL ABIDIN . Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Dengan Menggunakan Metode Latihan *Receive Smash* Pada Atlet Junior Putra PBVSI Kabupaten Langkat ( Usia 17 -18 Tahun )Tahun 2013 / 2014  
(Pembimbing : ZULFAN HERI )  
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013 / 2014**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan hasil *passing* bawah atlet Junior Putra PBVSI Kabupaten Langkat (Usia 17 – 18 Tahun ) Tahun 2013 /2014 dengan menggunakan Metodol latihan *Receive Smash* Untuk menganalisis data dalam penelitan ini dan untuk mengetahui hasil peningkatan *passing* bawah dilihat dari ketercapaian target hasil latihan secara individu dan kelompok.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK ) dalam Kepelatihan Olahraga *Passing* bawah ke dinding dan dilanjutkan dengan program latihan Metode Latihan *Receive Smash* .

Berdasarkan hasil *pre-test* sebelum diberi perlakuan Metode Latihan *Receive Smash* pada atlet Junior Putra PBVSI Kabupaten Langkat (Usia 17 -18 Tahun ) 2013 /2014. Dari 12 atlet hanya 2 atlet mencapai target hasil latihan dengan nilai rata-rata keseluruhan 73,9%. Kemudian pada hasil *post-test* siklus I setelah diberikan perlakuan Metode latihan *Receive smash* dari 12 atlet terdapat 5 atlet (41.7%) yang mencapai target hasil latihan dan 7 atlet (58.3%) tidak mencapai target hasil latihan dengan nilai rata-rata keseluruhan 79.3%, dari data tersebut tingkat ketercapaian target hasil latihan belum tercapai maka dilanjutkan siklus II. Pada *post-test* siklus II setelah dilakukan perbaikan dari siklus I, dari 12 atlet terdapat 11 atlet (91.6%) yang mencapai target hasil latihan dan 1 atlet (8.4%) tidak mencapai target hasil latihan dengan nilai rata-rata keseluruhan 88.8% sehingga mencapai tingkat ketercapaian target hasil latihan.

Dalam hal ini terdapat peningkatan nilai rata-rata atlet dari *post-test* siklus I dan *post-test* siklus II sebesar 9.5% dan peningkatan ketercapaian kelompok sebesar 50%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa Metode latihan *Receive Smash* dapat meningkatkan hasil *passing* bawah atlet Junor Putra PBVSI Kabupaten Langkat (Usia 17-18 Tahun ) Tahun 2013 / 2014 .