

ABSTRAK

Desmantri Manurung. “PENGARUH VARIASI LATIHAN *PASSING* BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA PBV JOHAR JUNIOR PUTRI TAHUN 2021”.

(Pembimbing: Dewi Endriani)

Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2021.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada PBV Johar Junior Putri Tahun 2021. Latihan ini memiliki 5 jenis bentuk variasi latihan yang di gunakan di lapangan yaitu variasi latihan huruf L, huruf T, huruf J, huruf Y dan huruf Z dan latihan *passing* ke dinding yang dilakukan di tempat tinggal masing masing. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Populasi adalah seluruh jumlah atlet PBV Johar Putri berjumlah 10 orang dan jumlah sampel ada 10 orang yang diperoleh dengan teknik *Total sampling* dimana pengambilan sampel dengan memilih sampel secara keseluruhan. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan *test* dan pengukuran menggunakan *stop watch* untuk mengukur hasil *passing* bawah ke dinding yang di beri sasaran dan penilaian . Waktu penelitian ini dilaksanakan selama 6 (enam) minggu dimana latihan 3 (tiga) kali di lapangan dan 5(lima) kali latihan mandiri dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh variable bebas maupun terikat digunakan perhitungan uji-*t*. Dengan penelitian ini dapat memberi yang akurat tentang Pengaruh Variasi Latihan *Passing* Bawah Terhadap Hasil *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada PBV Johar Junior Putri Medan Tahun 2021. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan melalui variasi latihan *passing* bawah dapat meningkatkan hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli pada PBV Johar Junior Putri Medan Tahun 2021. dengan analisis hipotesis dari data *pre-test* dan *post-test* hasil *passing* bawah diperoleh t_{hitung} sebesar = 7,74 serta dengan nilai t_{tabel} sebesar = 2,26 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) atau ($7,74 > 2,26$). Hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima.

Kata Kunci: Variasi Latihan *Passing*, Bola Voli.

ABSTRACT

Desmantri Manurung. "INFLUENCE OF VARIATIONS OF DOWN PASSING TRAINING IN VOLLEY BALL GAMES IN JOHAR JUNIOR WOMEN'S PBV IN 2021".

(Supervisor: Dewi Endriani)

Thesis: Faculty of Sports Science UNIMED 2021.

The purpose of this study was to determine the effect of variations in lower passing exercises in volleyball games at PBV Johar Junior Putri in 2021. This exercise has 5 types of exercise variations that are used in the field, namely variations in the letter L, letter T, letter J, letter Y, and the letter Z and the practice of passing to the wall carried out in their respective residences. The research method used in this study is the experimental method. The population is the total number of athletes PBV Johar Putri totaling 10 people and the number of samples there are 10 people obtained by total sampling technique where the sampling by selecting the sample as a whole. The research instrument for collecting data is by testing and measuring using a stop watch to measure the results of passing down to a wall that is given a target and an assessment. The time of this research was carried out for 6 (six) weeks where training was 3 (three) times in the field and 5 (five) independent exercises a week. To see the effect of the independent and dependent variables, the t-test calculation was used. With this research, it is possible to provide accurate information about the Effect of Lower Passing Practice Variations on Lower Passing Results in Volleyball Games at PBV Johar Junior Putri Medan in 2021. From the results of the data analysis that has been carried out, it can be concluded that there is a significant effect through variations in lower passing exercises that can improve the results of under-passing in volleyball games at PBV Johar Junior Putri Medan in 2021. with hypothesis analysis from pre-test and post-test data on passing results. below, it is obtained that t_{count} is = 7.74 and the value of t_{table} is = 2.26 with $\alpha = 0,05$ ($t_{count} > t_{table}$) or ($7.74 > 2.26$). This means that H_0 is rejected, H_1 is accepted.

Keywords: *Passing Practice Variations, Volleyball.*