

ABSTRAK

SHANDY RAPIDO PANJAITAN. NIM 6192510006. Pengaruh Latihan Variasi *Passing* Bawah Menggunakan Tembok Dan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Pada Bina Putri Club.

(Pembimbing : Deni Rahman Marpaung)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2025

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat perbandingan dari sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan latihan *passing* bawah menggunakan media tembok dan *passing* bawah berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada BINA PUTRI CLUB. Penelitian ini dilaksanakan di BINA PUTRI CLUB. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet dari BINA PUTRI CLUB yang berjumlah 12 orang. Jumlah sampel 12 orang diperoleh dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan tes dan pengukuran yaitu dengan tes *passing* bawah untuk mengukur *passing* bawah dalam bola voli . Penelitian dilakukan selama 6 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan statistik uji-t. Dari hasil pengujian hipotesis I yaitu latihan *passing* bawah menggunakan media tembok terhadap *passing* bawah bola voli diperoleh nilai $\text{sig } 0.012 < 0.05$, dan untuk hipotesis II yaitu latihan *passing* bawah berpasangan terhadap *passing* bawah bola voli diperoleh nilai $\text{sig } 0.002 < 0.05$ dan untuk hipotesis III *passing* bawah bola voli di simpulkan tidak adanya hasil yang signifikan antara *passing* bawah bola voli media tembok dan *passing* bawah bola voli berpasangan . Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara *passing* bawah media tembok dan *passing* bawah berpasangan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka ditarik kesimpulan tidak adanya pengaruh latihan yang signifikan antara *passing* bawah menggunakan media tembo dan berpasangan pada atlet BINA PUTRI CLUB.

Kata kunci : Bola Voli, *Passing* Bawah, Variasi *Passing*

ABSTRACT

SHANDY RAPIDO PANJAITAN. NIM 6192510006. *The Effect of Lower Passing Variation Training Using a Wall and Paired Lower Passing on Increasing Bottom Passing Ability in the Bina Putri Club.*

(Supervisor: Deni Rahman Marpaung)

Thesis: Faculty of Sports Sciences UNIMED 2025

The aim of this research is to see the comparison of before and after the underpassing training treatment using wall media and paired underpassing to increase the underpassing ability at the BINA PUTRI CLUB. This research was carried out at BINA PUTRI CLUB. The research method used in this research is the experimental method. The population in this study were athletes from BINA PUTRI CLUB, totaling 12 people. The total sample of 12 people was obtained using total sampling technique. The research instrument for collecting data was tests and measurements, namely the bottom passing test to measure bottom passing in volleyball. The research was conducted for 6 weeks with a training frequency of 3 times a week. To see the influence of the independent and dependent variables, t-test statistical calculations are used. From the results of testing hypothesis I, namely training in lower passing using a wall on volleyball, a sig value of $0.012 < 0.05$ was obtained, and for hypothesis II, namely training in passing in pairs using lower passing on volleyball, a value of sig was $0.002 < 0.05$ and for hypothesis III, passing under volleyball, it was concluded that there were no significant results between passing under a volleyball on a wall and passing under a volleyball in pairs. These results show that there is a significant difference between passing under the wall media and passing under the pair before and after being given treatment. So it can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted. Based on the results of hypothesis testing and discussion of research results, it is concluded that there is an influence of underhand passing training using tembo media and in pairs on BINA PUTRI CLUB athletes..

Keywords: Volleyball, Underhand Pass, Passing Variations