

ABSTRAK

Kriswinner Simanjuntak (NIM. 6213121011), “Pengaruh Latihan Teknik *Passing* Bawah Menggunakan Tongkat Dan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Hasil *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Akral V.c Tahun 2025”.

(Pembimbing : Yan Indra Siregar)

Skripsi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan 2025.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan dasar *passing* bawah atlet Club Akral V.C, yang ditandai dengan kesalahan mekanika gerak serta kurangnya variasi dalam proses latihan. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerapan metode latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat dan metode *passing* bawah berpasangan terhadap peningkatan hasil *passing* bawah atlet.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dan sampel penelitian adalah seluruh atlet putri Club Akral V.C yang berjumlah 12 orang, yang ditentukan melalui teknik *total sampling*⁴. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data adalah tes kemampuan *passing* bawah yang dilakukan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) perlakuan latihan⁵.

Berdasarkan analisis data dan pengujian hipotesis menggunakan Uji-t, diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 7,304, yang lebih besar dari nilai t_{tabel} sebesar 1,796 pada taraf signifikansi 5%. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan teknik *passing* bawah menggunakan tongkat dan *passing* bawah berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah atlet Club Akral V.C. Metode latihan ini terbukti efektif memperbaiki penguasaan teknik dan hasil *passing* atlet.

Kata Kunci: *Passing* Bawah, Latihan Menggunakan Tongkat, Latihan Berpasangan, Bola Voli⁸.

ABSTRACT

Kriswinner Simanjuntak, (Student Id No. 6213121011). “The Effect Of Underhand Pass Technique Training Using A Stick And Paired Underhand Passing On Underhand Pass Results In The Game Of Volleyball At Akral V.c Club In 2025”.

(Mentor : Yan Indra Siregar)

Thesis : Sport Coacing Education, Faculty Of Sport Science, Medan State University 2025.

This research is motivated by the low basic underhand passing ability of athletes at Club Akral V.C., characterized by errors in movement mechanics and a lack of variation in the training process. The primary objective of this study is to determine the effect of applying underhand passing technique training using sticks and paired underhand passing methods on improving the athletes' underhand passing results.

This research is an experimental study utilizing a One-Group Pretest-Posttest Design. The population and sample consisted of all 12 female athletes from Club Akral V.C., selected using the total sampling technique. The instrument used for data collection was an underhand passing ability test conducted before (pre-test) and after (post-test) the training treatment.

Based on data analysis and hypothesis testing using the t-test, a calculated t-value t_{count} 7.304 was obtained, which is greater than the t-table value t_{table} of 1.796 at a 5% significance level. These results indicate that the hypothesis is accepted, meaning there is a significant effect of underhand passing technique training using sticks and paired underhand passing on the improvement of underhand passing abilities in Club Akral V.C. athletes. These training methods are proven effective in improving technical mastery and the athletes' passing results.

Keywords: Underhand Passing, Stick Training, Paired Training, Volleyball.