

ABSTRAK

JONARIANDA SARAGIH. NIM. 6113321031. Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Tahapan *Passing* Bawah Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015.

(Pembimbing Skripsi: YAN INDRA SIREGAR)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil *passing* bawah bola voli dengan pendekatan Tahapan latihan *passing* bawah pada siswa putra ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Pematang Siantar Tahun 2015. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Pematang Siantar dengan jumlah 14 orang yang akan diberikan tindakan berupa tahapan *passing* bawah bola voli terhadap hasil *passing* bawah bola voli.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, yang terdiri dari 1 siklus. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus 1 peneliti melakukan tes awal untuk mengetahui letak kesulitan pada latihan *passing* bawah bola voli, kemudian dilakukan latihan dan tindakan menggunakan tahapan latihan *passing* bawah bola voli, pada siklus 1 selama 18 pertemuan dan diadakan *post-test* 1, dengan instrumen tes *passing* bawah kedinding. Dari 14 siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Pematang Siantar yang mencapai target ketuntasan individu yaitu peningkatan minimal 10% dari kemampuan *pre-test passing* bawah bola voli kedinding atau ketuntasan PPH sebanyak 14 siswa yang tuntas atau 100%.

Bahwasannya dengan melakukan tahapan *passing* bawah bola voli dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil latihan *passing* bawah bola voli dan meningkatkan penguasaan proses *passing* bawah bola voli.