

PENGARUH LATIHAN PASSING BERPASANGAN, PASSING BEBAS TERHADAP KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLAVOLI ANAK SMP DI DUSUN TUGU CERME GRESIK

Ahmad Nur Hadi

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
ahmad.17060484167@mhs.unesa.ac.id

Andun Sudijandoko

S1 Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya
andunsudijandoko@unesa.ac.id

Abstrak

Minimnya pengetahuan akan teknik dasar passing yang baik dan benar yang mengakibatkan semangatnya anak SMP dalam bermain bolavoli terasa kurang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dan perbedaan antara pemberian latihan passing berpasangan dengan passing bebas terhadap kemampuan passing bawah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-test and Post-test Design Group. Hasil Penelitian dengan melihat hasil dari pengujian paired sample t-test atau uji-t dengan taraf 0,05. Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini perbedaan pret test dan posttest dengan paired sampel t-test, nilai signifikan kelompok eksperimen pretest – posttest diperoleh sebesar $0,00 < 0,05$ maka hasil pretest eksperimen dan posttest sesudah mengalami perubahan/perbedaan yang signifikan. sedangkan nilai signifikan kelompok kontrol pretest – posttest diperoleh p-value $0,076 > 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan signifikan rata-rata pretest dan posttest pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa pemberian treatment hasilnya tidak berbeda. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara latihan berpasangan dengan latihan bebas yang signifikan terhadap kemampuan passing bawah bolavoli.

Kata Kunci: Bolavoli, Passing Bawah, Latihan Berpasangan.

Abstract

The aim of this study is to find out whether there is an effect and difference between giving paired passing practice and free passing on the ability to pass down. The method used in this research is a quasi-experimental method with a quantitative approach. The research design used was the Pre-test and Post-test Design Group. Research results by looking at the results of the paired sample t-test or t-test with a level of 0.05. The results obtained in this study were the difference between pret test and posttest with paired sample t-test, the significant value of the experimental group pretest - posttest was obtained at $0.00 < 0.05$, so the results of the experimental pretest and posttest after experiencing changes / differences significant. while the significant value of the control group pretest - posttest obtained p-value $0.076 > 0.05$ so it can be concluded that there is no significant difference in the average pretest and posttest in the control group. This shows that without treatment the results are not different. From the results of this study, it can be concluded that there is a significant difference between pair training and free practice on the ability to pass down volleyball.

Keywords: Volleyball, Bottom Passing, Pair Training

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai peran penting dalam rutinitas individu sehari-hari. Di zaman atau keadaan sekarang ini, orang tidak bisa meninggalkan latihan olahraga, baik untuk mengisi waktu luang maupun untuk mengejar ketertinggalan ataupun kebutuhan dalam menjaga daya tahan tubuh, karena memang dalam kondisi pandemi karena virus covid 19 yang mana salah satu bentuk pencegahannya adalah dengan berolahraga agar daya tahan tubuh kita lebih kuat dan tentunya akan terhindar dari penyakit. Terdapat banyak olahraga yang dapat dilakukan masyarakat, olahraga ringan diantaranya yaitu jalan kaki, jogging, lari, bersepeda, dan olahraga berat seperti sepakbola, voli, badminton dan masih banyak lagi. Yang tujuannya untuk meningkatkan daya tahan tubuh ataupun hanya untuk mengisi waktu luang. Salah satu permainan melelahkan yang biasanya dilakukan individu untuk mengisi waktu luang mereka.

Bolavoli adalah salah satu permainan beregu yang disukai dan banyak dimainkan dimulai dari kalangan anak-anak sampai dengan dewasa. Karena bolavoli adalah olahraga yang menyenangkan, cukup membutuhkan 12 orang, net, bola dan lapangan kosong maka olahraga bolavoli dapat dimainkan. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor semakin terkenalnya sehingga banyak masyarakat yang melakukan olahraga bolavoli yang mana permainan bolavoli bisa dibuat ajang untuk mencari keringat ataupun hanya untuk mencari kesenangan sekaligus olahraga di tengah kesibukan yang masing-masing individu punya atau hanya untuk mengisi waktu luang (Nuril Ahmadi, 2007).

Bolavoli tidak lepas dengan yang namanya teknik dasar. Mengenai teknik dasar penting bolavoli, olahraga bolavoli memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, teknik dasar diantaranya yaitu passing, smash, service, dan block. Dengan memahami prosedur dasar adalah teknik untuk mencapai tujuan tertentu dengan baik sesuai aturan yang tepat untuk mencapai hasil terbaik atau hasil ideal. Dari kedua definisi di atas, kita dapat menduga bahwa prosedur bola voli adalah salah satu cara untuk bermain bolavoli yang efisien dan efektif untuk hasil yang terbaik (M. Yunus 1992: 68). Dengan melihat pernyataan di atas permainan Bolavoli tidak lepas dari yang namanya teknik dasar, karena teknik dasar adalah modal awal tim agar dapat menciptakan permainan beregu yang baik dan kompak. Karena Mengingat permainan bolavoli

merupakan permainan beregu, artinya kerjasama antar pemain, saling menghormati antar pemain, saling percaya, dan kemauan untuk saling melengkapi kekurangan satu sama lain dalam kesatuan tim harus diperlukan (Nuril Ahmadi 2007: 20). Selain teknik dasar, passing dalam olahraga bolavoli dibagi menjadi dua yaitu passing bawah dan passing atas. Teknik dasar passing bawah dikatakan sangat penting dikuasai karena passing bawah adalah fondasi yang kuat untuk mengoper bola dengan benar ke teman untuk membangun serangan awal yang baik. Oleh karena itu, teknik dasar Sangat penting bagi pemain untuk belajar bermain bola voli dengan benar dan benar. Jika teknik dasar dapat dikuasai secara benar dan mempertimbangkan semua hal, dalam permainan tidak akan sulit untuk mengembangkan berbagai jenis perkembangan. Kemampuan dalam bermain secara efektif setiap pemain merupakan strategi penting dalam pertandingan bolavoli dan untuk dapat menerapkan dan menguasai teknik dasar ini, penting untuk berlatih secara terstruktur dan sungguh-sungguh untuk dapat menguasai teknik bolavoli secara efektif dan efisien (M Yunus, 1992: 79).

Salah satu upaya dalam membangun itu semua yaitu dengan menguasai teknik dasar passing. Passing adalah upaya pemain untuk memanfaatkan teknik atau strategi tertentu yang sepenuhnya bertujuan untuk memberikan bola ke rekan setimnya sebagai fondasi untuk membangun strategi serangan yang akan diberikan kepada lawan.

Dalam latar belakang kita melihat kondisi permainan bolavoli ini adalah suatu permainan yang sangat digemari didunia khususnya Indonesia. Dengan memperhatikan hal ini, peneliti memandang kondisi yang sekarang ini, bahwa teknik dasar passing merupakan hal yang vital dalam melakukan 3 persoalan, yang pertama yaitu bagaimana cara mengalirkan bola untuk diberikan teman seregu dengan mudah dan enak, yang kedua bagi pengumpan/tosser jikalau bola yang dialirkan bagus itu dapat dengan mudah untuk melakukan umpan yang kemudian akan diakomodir teman seregu untuk melakukan sebuah proses penyerangan, kemudian yang ketiga, passing adalah hal dominan untuk dilakukan dari sisi pertahanan. Berkaitan dengan penelitian ini, maka peneliti mencoba mendalami untuk melakukan sebuah pendekatan melalui sebuah penelitian yaitu tentang keberadaan passing bawah bagi anak usia SMP yang berada di Dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik.

Dengan melihat pernyataan diatas, memperhatikan bahwa anak-anak usia SMP ini setiap sore hari sering melakukan sebuah latihan dilapangan desa akan tetapi minimnya ilmu pengetahuan akan teknik dasar yang baik dan benar sehingga menyebabkan peneliti memperhatikan dan melihat kondisi teknik dasar passing yang belum baik. Berlandaskan pernyataan sebelumnya maka diambil penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Passing Berpasangan, Passing Bebas Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bolavoli Anak Usia SMP di Dusun Tugu Cerme Gresik”. Yang mana rencana pemecahan masalahnya sendiri dengan memberikan latihan dan mengajarkan bagaimana cara melakukan teknik dasar passing bawah bolavoli yang baik dan benar.

Latihan berpasangan adalah pemain berhadapan dengan rekan latihannya kemudian melaksanakan passing bawah berpasangan. Dengan sikap awalan yaitu berdiri berhadapan kemudian melakukan passing bawah secara berulang-ulang dan jangan sampai bola jatuh dan arah bola tidak stabil. Lakukan latihan dengan membuat program latihan agar latihan dapat terstruktur dan tersusun. Akan tetapi, mengharuskan passing sesuai dengan posisi pasangannya adalah hal yang penting dilakukan yang biasa dimaksud dengan *feel the ball* atau dengan menggunakan hati. Banyak hal yang penting yang harus dilakukan pada saat latihan salah satunya adalah, peningkatan efisiensi dan efektivitas gerak, konsentrasi, koordinasi gerak tubuh yang bagus antara gerakan lengan, gerakan badan, dan gerakan kaki. Pola gerak yang sederhana agar terhindar dari cedera dan lebih mudah untuk dipelajari. Sedangkan Latihan perorangan disini berbeda dengan latihan berpasangan, yang mana setiap pemain melakukan latihan passing yang sifatnya mandiri.

Beberapa hasil penelitian yang relevan sebelumnya diantaranya adalah: (1) Terdapat Pengaruh dari Latihan Passing Bawah Berpasangan terhadap Ketepatan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli Pada Klub PERVODAC (Tuti Sarwita, 2017). (2) Terdapat pengaruh latihan berpasangan dan juga latihan passing perorangan akan tetapi terdapat perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan passing bawah bolavoli (Okta Vanesia Putri, Witasryah, 2019). (3) Adanya pengaruh dari latihan base passing kombinasi tetap dan ada pengaruh dari latihan base passing berpasangan bergilir terhadap ketepatan passing

base, namun aktivitas passing base berpasangan bergilir lebih disukai dilakukan daripada aktivitas base passing kombinasi tetap. dalam Pengerjaan Kemampuan paasing bawah Pada Atlet Bolavoli Klub Putri Citra Serasi Kabupaten Semarang Tahun 2015 (Seto Wiji Hartanto, 2015).

Adapun tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu untuk melihat seberapa besar pengaruh pemberian latihan passing berpasangan dan passing bebas terhadap kemampuan passing bawah bolavoli pada anak usia SMP di Dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik. Dan harapan yang ingin di dapat adalah agar anak usia SMP di Dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik dapat menguasai dan minimal tahu akan teknik dasar passing bawah permainan bolavoli yang kemudian ilmu yang didapat dapat bermanfaat dan dapat diimplementasikan dalam permainan selanjutnya.

METODE

Menurut (Nasir, 2003) Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian kuantitatif dengan pendekatan Eksperimen Semu (Quasi Eksperimen), yang artinya penelitian yang mendekati perlakuan sungguhan yang mana tidak mungkin mengadakan kelas kontrol, karena peneliti tidak dapat mengontrol seluruh variable yang ada dalam penelitian itu.

Dalam penelitian ini membutuhkan metode yang dapat mendukung kegiatan tersebut sehingga penelitian ini bisa tersusun secara terstruktur. Desain penelitian ini menggunakan desain Pre-test dan Post-test Design Group. Yang mana desain penelitian ini digunakan sebagai pedoman penelitian.

Dalam desain penelitian ini, pemberian pre-test tes awal yang tujuannya untuk melihat kemampuan awal dengan melaksanakan tes sebelum dilakukan latihan atau perlakuan pada masing-masing kelompok, sedangkan post-test diberikan bertujuan untuk melihat dan mengetahui ada apa tidaknya pengaruh kemampuan peserta didik sebelumnya dan seberapa jauh dalam memahami materi yang disampaikan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dan apakah ada akibat sesudah melaksanakan latihan atau diberikan perlakuan.

Waktu yang digunakan selama penelitian ini dilaksanakan selama 16 kali pertemuan selama 1 bulan dan setiap minggunya dilakukan 4 kali pertemuan. Pada minggu pertama dan kedua skipping dilakukan selama 10 menit. Pada minggu ketiga dan

keempat dilakukan penambahan intensitas latihan selama 20 menit oleh masing-masing anak yang diberikan treatment.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak laki-laki usia SMP di Dusun Tugu Desa Jono Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik yang berjumlah 12 anak. Dalam Penelitian ini teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasinya. Alasan tehnik ini dipilih karena jumlah populasi relative kecil dan penelitian membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil (Sugiyono, 2016).

Penelitian tidak lepas dari bantuan instrumen. Instrumen adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam membantu untuk mengumpulkan data dan memfasilitasi penelitian mereka dan mengumpulkan data agar penelitiannya lebih mudah dan mendapatkan hasil yang maksimal (Suharsimi Arikunto, 2006:239). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur keakuratan atau ketepatan passing bawah adalah Brumbach forearms pass wall-volley test.

Teknik analisis data pada penelitian ini antara lain: Uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas data dan uji homogenitas data, dilanjutkan dengan uji hipotesis yang terdiri dari uji Paired t-test dan independent t-test

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dengan judul pengaruh latihan passing berpasangan, passing bebas terhadap kemampuan passing bawah bolavoli anak SMP di dusun Tugu Cerme Gresik yang berdasarkan persentase penilaian diketahui dengan melihat table hasil penelitian di bawah ini:

Tabel 1 Data hasil Penelitian

Descriptive Statistics				
Data	Min	Maks	Mean	Std. Deviasi
Pre-test Eksperimen	8	25	16.0000	5.93296
Post-test Eksperimen	16	28	21.8333	4.57894
Pre-test Kontrol	10	20	15.3333	4.27395
Pre-Test Kontrol	10	21	15.3333	4.30891

Data yang diperoleh dari tes dapat dilihat dari Tabel 1 untuk variabel kemampuan passing dari peserta penelitian yang memiliki jumlah sampel

sebanyak 12 sampel diperoleh nilai minimum = 8, nilai maksimum= 28, rata-rata (mean) kelompok eksperimen yaitu pre-test = 16.0000 dan post-test = 21.8333, sedangkan rata-rata (mean) kelompok kontrol yaitu pre-test = 15.3333 dan post-test = 15.3333, kemudian standar deviasi kelompok eksperimen yaitu pre-test = 5.93296 dan post-test = 4.57894, sedangkan standar deviasi kelompok kontrol yaitu pre-test = 4.27395 dan post-test = 4.30891.

Diagram 1 hasil penelitian kelompok eksperimen.

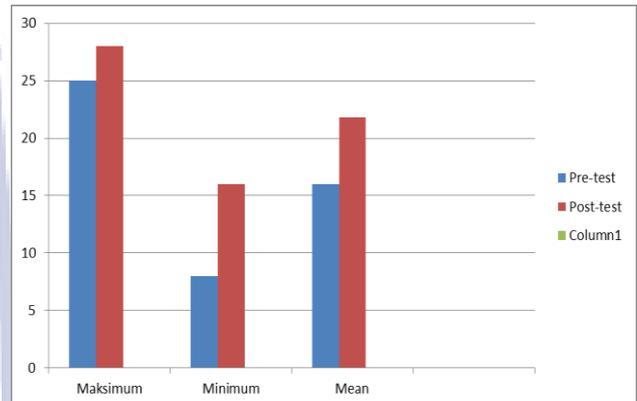
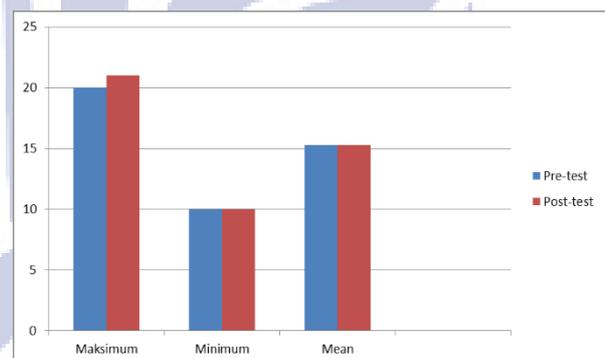


Diagram 2 hasil penelitian kelompok kontrol.



Setelah mengumpulkan data hasil penelitian selanjutnya gunakan rumus peningkatan presentase untuk mengetahui seberapa besar peningkatan kemampuan passing anak usia SMP dalam penelitian ini, rumusnya sebagai berikut:

Tabel 2 Persentase Peningkatan

Research Variables.	Mean Pre-test.	Mean Post-test.	Diff	Perc
Eksperimen	16.0000	21.8333	5.8333	36,45%
Kontrol	15.3333	15.8333	0.5	3,26%

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 di atas diperoleh persentase peningkatan kemampuan passing bawah bolavoli anak usia SMP dusun Tugu desa Jono sebesar 36,45% Sedangkan hasil penelitian peningkatan kemampuan passing bawah bolavoli anak usia SMP dusun Tugu desa Jono tanpa diberi latihan sebesar 3,26%.

Uji normalitas data yaitu salah satu uji yang bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut yang ada didalam penelitian tersebut terdistribusi secara normal atau tidak normal. Data berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 atau (Sig.>0,05), sebaliknya jika data lebih kecil dari 0,05 atau (Sig.<0,05) maka data dikatakan tidak normal. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov Smirnov. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 3

Tabel 3 Data Hasil Uji Normalitas

Data	Statistik	Kesimpulan
Pre-test Kelompok Eksperimen	0,978	Normal
Post-test Kelompok Eksperimen	0,989	Normal
Pre-test Kelompok Kontrol	0,975	Normal
Post-test Kelompok Kontrol	0,989	Normal

Dari data Tabel dapat dikatakan bahwa nilai Sig dari pre-test dan post-test kelompok eksperimen dan kelompok kontrol semuanya lebih besar dari 0,05 atau nilai Sig > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data kedua kelompok tersebut berdistribusi normal

Uji homogenitas yaitu uji yang digunakan untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Uji homogenitas dimaksudkan menguji kesamaan varian antara setiap latihan. Uji homogenitas pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji Levene Test. Data Uji homogenitas data adalah salah satu uji yang digunakan untuk mengetahui kesamaan varian populasi penelitian. Uji Homogenitas Data ini dilakukan dengan bantuan SPSS. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai Sig > 0,05 atau t hitung < t tabel, berarti sampel tersebut homogenitas.

Tabel 4 Data Hasil Uji Homogenitas

Test	df1	df2	Levene	P	Keterangan
Pre Test	1	10	0,762	0,403	Homogen
Post Test	1	10	0,237	0,637	Homogen

Uji Hipotesis Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji-t. Ada dua jenis uji-t yang dilakukan, yaitu Paired t-test dan independent sample t-test.

Tabel 5 Paired Sample Test

Paired Sample T-Test Pair	Sig. (2-tailed)	
Pair 1	Pre-test Eksperimen	0.000
	Post-Test Eksperimen	
Pair 2	Pre-test kontrol	0.076
	Post-test Kontrol	

Berdasarkan tabel 5 pada uji paired sample test diperoleh hasil Sig. (2-tailed) kelompok eksperimen adalah 0,000 dan hasil Sig. (2-tailed) kelompok kontrol adalah 0,076. Dengan hasil tersebut maka kedua kelompok tersebut memiliki nilai Sig. < 0,05 dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian latihan passing berpasangan dengan latihan passing bebas terhadap kemampuan passing bawah bolavoli pada anak SMP di dusun Tugu Cerme Gresik.

Uji independent sample t-test Uji ini dilakukan untuk mengetahui sebuah perbedaan rata-rata dari masing-masing kelompok data yang independen. untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan. Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. independent sample test Pre-test

	Mean	Df	Std. Deviasi	Sig. (2-Tailed)
Pre-test Eskperimen dan Kontrol	16.000	10	5.9329	0.828
	15.333		4.2739	

Dengan melihat tabel diatas, hasil uji independent sample test dapat diketahui bahwa nilai signifikansi atau p-value 0,828 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan rata rata pretest pada kelompok

eksperimen dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan awal tidak berbeda.

Tabel 7 Uji Independet Sample Test

	Mean	Df	Std. Deviasi	Sig. (2-Tailed)
Post-test	21.833	10	4.5789	0.042
Eskperimen dan Kontrol	15.333		4.3089	

Dengan melihat tabel diatas, hasil uji independent sample test dapat diketahui bahwa nilai signifikansi atau p-value $0,042 > 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada perbedaan rata-rata posttest pada kelompok eksperimen dan kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa dengan kemampuan awal tidak berbeda setelah diberikan treatment pada kelompok eksperimen menunjukkan hasil yang berbeda dan lebih baik, sehingga treatment yang diberikan memberikan pengaruh hasil yang lebih baik.

Pembahasan

Dengan melihat serangkaian uji di atas, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang besar terhadap kemampuan atau ketepatan passing bawah anak usia SMP di Dusun Tugu, Desa Jono, Kecamatan Cerme, Kabupaten Gresik setelah diberikan perlakuan. Hal ini dapat ditunjukkan dari tingkat hasil ujian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan dan dibuktikan dengan posttest dan pretest. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 36,45% sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan.

Pada hasil yang senada dengan penelitian (Erwin, 2019) yang mana hasil penelitian latihan teknik passing bawah metode drill berpengaruh secara signifikan terhadap hasil passing bawah dalam permainan bola voli, skor pre-test dengan hasil rata-rata 11.5 meningkat menjadi 3.5 pada post-test dengan hasil rata-rata 15, dengan hasil statistik menunjukkan pada thitung $18.520 > t_{tabel} 1.89$. dalam hasil ini juga terdapat perbedaan pengaruh yang mana latihan teknik passing bawah berpasangan dan metode drill yaitu hasil statistik thitung $6.110 > t_{tabel} 1.76$. dan besar mean dari latihan teknik passing bawah berpasangan lebih besar dari mean metode drill yaitu $17.5 > 15$, menunjukkan latihan passing bawah berpasangan lebih efektif.

Selaras dengan penelitian (Deden, Rebut, 2018) Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan pengaruh pembelajaran passing melalui bimbingan pemandu dan berpasangan terhadap keterampilan passingbawah dalam permainan bola voli siswa kelas V SD Negeri 3 Cipedes, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah diuraikan sebagai berikut: (1)Berdasarkan hasil pengujian statistic dengan uji t diperoleh t hit $(20,861) > t_{daf} (2,68)$, maka terima H1 artinya terdapat pengaruh pembelajaran passing melalui bimbingan berpasangan terhadap keterampilan passingbawah dalam permainan bola voli siswa kelas V SD Negeri 3 Cipedes.(2) Berdasarkan hasil pengujian statistik dengan uji t diperoleh t hit $(10,236) > t_{daf} (2,68)$, maka terima H1 artinya pengaruh pembelajaran passing melalui bimbingan berpasangan terhadap keterampilan passingbawah dalam permainan bola voli siswa kelas V SD Negeri3 Cipedes pada taraf kepercayaan (α) 0,05dapat diterima.

Dan juga selaras dengan penelitian (Seto Wiji Hartanto, 2015) yang mana hasilnya adalah adanya pengaruh dari latihan base passing kombinasi tetap dan ada pengaruh dari latihan base passing berpasangan bergilir terhadap ketepatan passing base, namun aktivitas passing base berpasangan bergilir lebih disukai dilakukan daripada aktivitas base passing kombinasi tetap. dalam Pengerjaan Kemampuan paasing bawah Pada Atlet Bolavoli Klub Putri Citra Serasi Kabupaten Semarang Tahun 2015.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi kemampuan passing bawah siswa dalam permainan bolavoli tergolong kurang. Faktor pertama adalah kinerja metode latihan pelatih/guru yang selalu monoton dengan metode ceramah dan penjelasan (tanpa latihan gerakan), hanya memberikan tugas (siswa bermain sendiri), dan yang kedua adalah kurangnya pemahaman teori siswa atau kurangnya pemahaman dan penguasaan keterampilan dan faktor yang ketiga adalah siswa tidak terlalu mau berlatih sendiri, karena kurangnya pemahaman yang mengakibatkan kesulitan untuk berlatih dalam permainan bola voli.

Dengan melihat faktor tersebut maka peneliti mencoba untuk memberikan referensi keterampilan pada siswa yaitu dengan memberikan latihan passing berpasangan secara terstruktur sehingga dapat memberikan peningkatan terhadap kualitas passing bawah bolavoli

PENUTUP

Simpulan

Dengan melihat atau berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti dapat menarik kesimpulan diantaranya:

1. Bahwa ada pengaruh aktivitas passing latihan berpasangan terhadap kemampuan passing bawah bolavoli pada anak SMP di dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik.
2. Dan tidak ada pengaruh latihan bebas terhadap kemampuan passing bawah bolavoli pada anak SMP di dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik.
3. Terdapat perbedaan yang sangat besar atau signifikan antara pemberian latihan dan tanpa memberi aktivitas atau perlakuan pada anak SMP di dusun Tugu Kecamatan Cerme Kabupaten Gresik.

Saran

Dengan melihat hasil dan pembahasan penelitian yang dijelaskan diatas, peneliti ingin memberikan saran Untuk peneliti selanjutnya disarankan lebih memperhatikan kondisi anak-anak didesa, karena banyak potensi anak-anak didesa yang tidak kalah bagus dengan atlet yang setiap harinya berlatih di clubnya masing-masing akan tetapi kurangnya pengetahuan dan juga pemberian latihan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. (2007). Panduan Olahraga Bola Voli. Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga: Era Pustaka Utama

Ari Murti, Nastiti. (2015). Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli (Eksperimen Terhadap Club Bolavoli Putri IVOKAS Kabupaten Semarang tahun 2015). Semarang. Universitas Negeri Semarang.

Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Beutelstahl, Dieter. (2009). Belajar Bermain Bola Volley. Bandung: Pionir Jaya.

Deden R., Ribut W. (2018). Pengaruh Pembelajaran Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli. JUARA: Jurnal Olahraga 3(2) (2018)

Erwin, Hari A., Rahamd S. (2019). Pengaruh Latihan Teknik Passing Bawah Berpasangan dan

Metode Drill Terhadap Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Klub Citra FC Perjuangan Kabupaten Meranti. Jurnal Online Mahasiswa: Pendidikan jasmani Kesehatan dan Rekreasi Vol. 1 No.1.

Janiutarrahmad, F. (2016). Pengaruh Latihan Wall Volley Terhadap Keakurasian Passing Bawah Pada Olahraga Bolavoli (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler SMA PGRI Sumenep. Jurnal Kesehatan Olahraga Vol 05 No 2 Edisi Juli 2016 halaman 8-15

Muhaimi, Ali, Yusuf, P. Muhammad. (2019). Pengaruh latihan passing bawah menggunakan sasaran tembok (wall bounce) dan passing berpasangan menggunakan tali terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli klub putra Montong Baan Lombok Timur Tahun 2019. JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala. Vol. 4. No. 4. Juni 2019.

Mukholid, Agus. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta timur: Yudistira.

Munasifah. (2008). Bermain Bola Voli. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

Nasir, Mohhammad. 2003. Metode Penelitian. Jakarta: Penerbit Ghalia Indonesia

Nuril Ahmadi. (2007). Panduan Olahraga Bola Voli. Surakarta: Era Pustaka Utama.

Putri, O., & -, W. (2018). Pengaruh Bentuk Latihan Passing Bawah Perorangan Dan Passing Bawah Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bolavoli. Jurnal Patriot, 206-219.

Rusli Lutan, dkk. (2000). Dasar-dasar Kepelatihan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Sarwita, Tuti. (2017). Pengaruh Latihan Passing Bawah Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Klub PERVODAC. Jurnal Penjaskesrek, 4(1), 31-3.

Setiawan, Deni. (2018). Pengaruh Latihan Spike Menggunakan Bola Modifikasi Terhadap Keterampilan Spike Dalam Permainan Bolavoli. Journal Of S.P.O.R.T, 2(1), 21-25.

Sugiyono, (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Bandung. IKAPI.

- Sudarmanto, R. Gunawan. (2005). Analisis Regresi Linear Ganda dengan SPSS. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sutrisno Hadi. (2000). Statistika Jilid 2. Yogyakarta: Andi Press.
- Wiji Hartanto, Seto. (2015). Pengaruh Latihan Passing Bawah Berpasangan tetap dan Rotasi Terhadap Kemampuan Passing Bawah pada Atlet Bola Voli Putri Klub Citra Serasi Kabupaten Semarang Tahun 2015. Semarang. Universitas Negeri Semarang

