

**PENGARUH LATIHAN KELINCAHAN MELALUI MODA  
DARING TERHADAP KETERAMPILAN BOLA VOLI SMA  
Dr. SOETOMO SURABAYA**

**SKRIPSI**



**Eduardus Nandi  
NIM. 185900158**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS PEDADOGI DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

**2022**

**PENGARUH LATIHAN KELINCAHAN MELALUI MODA  
DARING TERHADAP KETERAMPILAN PASING ATAS  
BOLA VOLI SMA Dr. SOETOMO SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Pada  
program Studi Pendidikan Jasmani

**Nama : Eduardus Nandi**

**Nim : 185900158**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Penyusun : Eduardus Nandi

NIM : 185900158

Judu : Pengaruh Latihan Kelincahan Melalui Moda Darling terhadap Keterampilan Passing atas Permainan Bola Voli SMA Dr.

Soetomo Surabaya

Surabaya, 18 – 1 - 2022

Mengetahui,






## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh "Eduardus Nandi" dengan judul " Pengaruh latihan kelincahan melalui moda daring terhadap keterampilan passing atas ekstra kulikuler bola voli SMA Dr. Soetomo Surabaya telah

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27- 1- 2022

Dewan Penguji:

- |                                  |        |  |
|----------------------------------|--------|--|
| 1. Dr.Santika Rentika Hadi,M.Kes | Ketu   |   |
| 2. Dr. Ujang Rohman, M.Kes.      | Angota |   |
| 3. Dr. H. Harwanto, M.Pd         | Angota |  |






## HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi oleh "Eduardus Nandi" dengan judul " Pengaruh latihan kelincahan melalui moda daring terhadap keterampilan passing atas ekstra kulikuler bola voli SMA Dr. Soetomo Surabayatelah

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27- 1- 2022

Dewan Penguji:

- |                                 |        |   |
|---------------------------------|--------|---|
| 1 Dr.Santika Rentika Hadi,M.Kes | Ketu   |  |
| 2 Dr. Ujang Rohman, M.Kes.      | Angota |  |
| 3. Dr. H. Harwanto, M.Pd        | Angota |  |

Mengetahui Dekan  
  
Dr.Santika Rentika Hadi, M.Kes  
NIP:1967020919923310

Mengetahui Ketua Program studi  
  
Achamad Nuryadi, S.Pd.,M.,Pd  
NIP:1302623

### HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh”Eduardus Nandi” dengan judul “ Pengaruh latihan kelincahan melalui moda daring terhadap keterampilan passing atas ekstra kulikuler bola voli SMA Dr. Soetomo Surabayatelah

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 27- 1- 2022

Dewan Penguji:

1 Dr.Santika Rentika Hadi,M.Kes Ketua

2 Dr. Ujang Rohman, M.Kes. Anggota

3 Dr. H. Harwanto.M.Pd Anggota

Mengetahui Dekan  
  
Dr.Santika Rentika Hadi, M.Kes  
NIP:1967020919928310

Mengetahui Ketua Program studi  
  
Achamad Naryadi, S.Pd.,M.,Pd  
NIP:1302623

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eduardus Nandi

NIM : 185900158

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat. Surabaya,  
26 Februari 2021





## **MOTO**

“Jangan Pernah menunda – nundakan sebuah pekerjaan yang harus dikerjakan”

## **PERSEMBAHAAN**

Kupersembahkan karya tulis ini kepada :

- ✦ Kedua orang tua saya Bapak Donatus Jehadun dan Mama Maria Makdelena Muliati yang selalu memberi saya dukungan dan Doa sepenuh hati.
- ✦ Kakak serta adikku yang selalu memberi motivasi dan pengarahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
- ✦ Teman dekat dan kerabatku yang memotivasiku dalam menyelesaikan skripsi ini.
- ✦ Teman-teman penjas angkatan 2018 kelas D yang selalu membantu dan mengarahkan menyelesaikan skripsi ini

Penulis hanya dapat memohon, semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan kebaikan kepada pihak-pihak tersebut. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu masukan berupa saran dan kritik sangat diharapkan demi perbaikan skripsi ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan masyarakat penggemar olahraga pada khususnya.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa berkat rahmat dan bimbingannya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Pengaruh Latihan Kelincahan Melalui Moda Darling terhadap Keterampilan Passing atas Bola Voli SMPA Dr. Soetomo Surabaya**” dengan lancar. skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan serata satu program studi pendidikan jasmani Adi Buana Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini tak lepas dari bantuan dan dukungan yang diberikan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, M.S., Selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. Dekan FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
3. Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. Kaprodi Penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
4. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. selaku dosen pembimbing skripsi ini.
5. Bapak Dr. Ujang Rohman, M.Kes. Bapak Dr. H. Harwanto, M.Pd. Bapak Dr.Santika Rentika Hadi,M.Kes selaku penguji skripsi.
6. Bapak/Ibu Dosen sudah membimbing saya studi di Universitas

PGRI Adi Buana Surabaya

7. Seluruh Dosen penjas Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah membimbing saya agar menjadi guru yang sebenarnya.
8. Sekolah SMA Dr. Soetomo Surabaya yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian
9. Kedua orang tua dan saudara – saudari, terima kasih atas doa dan dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. eman – temn pendidikan jasmani angkatan 2018 yang memberikan bantuan demi terselesainya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu saran dan keritikan yang sifatnya membangun sangatlah diharapkan sebagai upaya penyempurnaan dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis.

## DAFTAR ISI

Halaman Juduli .....	i
Halaman Persetujuan .....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Halaman pernyataan .....	vi
Abstrak .....	vii
Abstract .....	ix
Halaman Moto .....	xi
Persembahan .....	xii
Kata Pengantar.....	xiii
Daftar Isi .....	xv
DaftarTabel .....	xvii
DaftarGambar .....	xviii
Daftar Lampiran .....	xix

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup dan dan pembatasan masalah .....	4
C. Rumusan Masalah.. .....	5
D. Tujuan Penelitian... .....	5
E. Variabel Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7

### BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka .....	9
-------------------------	---

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	23
C. Kerangka konsep tual .....	26
D. Hipotesis Penelitian .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	29
B. Populasi dan Sampel .....	31
C. Metode pengumpulan data .....	32
D. Teknik analisis data .....	34
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Penyajian data .....	36
B. Interpretasi ( pembahasan ) .....	44
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	47
B. Saran .....	47
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

2.6 KerangkaKonseptua .....	26
4.1 Tabel <i>Pre-Test Passing</i> Atas 60 Detik .....	37
4.2 Program Latihan .....	39
4.3 Deskriptif Statistika Datan Pretest dan protes .....	40
4.4 Uji Normalitas .....	41
4.5 Uji Homogenitas .....	42
4.6 Uji t – test .....	43

## DAFTAR GAMBAR

2.1 Siswa melakukan passing atas .....	14
2.2 Siswa melakukan passing bawah .....	16
2.3 Siswa melakukan servis atas .....	17
2.4 Siswa melakukan servis bawah .....	18
2.5 Latihan ladder drill .....	21
Siswa melakukan Passing atas sebelum diberikan pengaruh .....	49
Siswa melakukan ladder drill .....	50
Siswa melakukan Passing atas sesudah diberikan pengaruh .....	50
Ladder drill dan Bla .....	50
Surat penelitian .....	51
Surat balasan penelitian .....	52



