

**PENGARUH LATIHAN VARIASI *DRILL PASSING* BAWAH
TERHADAP KEMAMPUAN *DEFENSE PASSING* BAWAH
BOLA VOLI**

SKRIPSI



**Muhammad Iqbal Baihaki
175900199**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

**PENGARUH LATIHAN VARIASI *DRILL PASSING BAWAH*
TERHADAP KEMAMPUAN *DEFENSE PASSING BAWAH*
BOLA VOLI**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagai
Sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

Muhammad Iqbal Baihaki
175900199

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal Peneliti Oleh : Muhammad Iqbal Baihaki
175900199
Judul Proposal Penelitian : Pengaruh Latihan Variasi *Drill*
Passing Bawah Terhadap
Kemampuan *Defense Passing*
Bawah Bola Voli

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Mengetahui
Keprosdi Pendidikan Jasmani



Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd
NIDN 0724097301

Surabaya, 5 Februari 2021
Pembimbing,



Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd
NIDN 0724097301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Muhammad Iqbal Baihaki dengan judul “Pengaruh Latihan Variasi *Drill Passing* Bawah Terhadap Kemampuan *Defense Passing* Bawah Bola Voli” telah di pertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 17 February 2021

Dewan Penguji:

1. Achmad Nuryadi,S.Pd.,M.Pd.

.Ketua



2. Dr.Ujang Rohman,M.Kes.

Anggota



3. Dr.Hayati, dr.,M.Kes.

Anggota

Mengesahkan
Dekan FRP


UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
KULIAH PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI

Dr. Santika Rentika Hadi.,M.Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi,


UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FPP SURABAYA

Achmad Nuryadi,S.Pd.,M.Pd

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Iqbal Baihaki

NIM : 175900199

Fakultas : 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, 5 Februari 2021
Yang membuat pernyataan ini,



Muhammad Iqbal Baihaki

ABSTRAK

Iqbal, Muhammad B. 2021. *Pengaruh Latihan Variasi Drill Pasing Bawah Terhadap Kemampuan Defense Pasing Bawah Bola Voli*. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: Meningkatkan Hasil Latihan *Defense* Bola Voli.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Variasi *Drill* Pasing Bawah Terhadap Kemampuan *Defense* Pasing Bawah Bola Voli.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tes pengukuran, yaitu untuk mengetahui kemampuan atlet dalam melakukan *defense* pasing bawah bola voli, penelitian ini masuk dalam bentuk penelitian *one grup pretest-posttest design*, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bola voli yang mengikuti latihan bola voli. *Sampling* menggunakan *Random Sampling*, dengan mengambil 20 atlet putra yang mengikuti latihan bola voli di puput academy voli ball club secara acak. Instrumen yang digunakan adalah tes *defense* dengan teknik analisis data menggunakan uji-t.

Hasil analisis menunjukkan bahwa: Data *pretest* memiliki rata-rata 11.2778 dan data *posttest* rata-rata mencapai 14.4444. Hasil uji-t dapat dilihat bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($6.693 > 2.09302$) dengan nilai signifikan p sebesar (.000). Hal ini menunjukkan bahwa ada Pengaruh Latihan Variasi *Drill Passing* Bawah Terhadap Kemampuan *Defense Passing* Bawah Bola Voli mempunyai perubahan yang dapat dilihat dari perbedaan rata-rata

MOTTO

Pendidikan Merupakan Senjata Paling Ampuh
Yang Bisa Kamu Gunakan Untuk Merubah Dunia
(Nelson Mandela)

Nikmati Proses Yang Ada, Ikuti Arusnya
Terkait Hasil Serahkan Kepada Yang Maha Kuasa
(Penulis)

Ikuti Passion yang kamu miliki
Itu Akan Menuntunmu Ketujuan yang akan kamu gapai
(penulis)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T atas kasih sayang dan rahmat yang telah diberikan sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Variasi *Drill* Pasing Bawah Terhadap Kemampuan *Defense* Pasing Bawah Bola Voli” dapat di selesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Marianus Subandowo, M.S., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes, Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd, ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adibuana Surabaya.
4. Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd, Sebagai dosen pembimbing skripsi, terima kasih atas ilmu yang telah diberikan selama ini..
5. Seluruh Dosen yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
6. Kedua orang tua dan adik saya tercinta yang senantiasa memberikan dukungan dan doa untuk penulis.
7. Keluarga besar yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis.
8. Teman-Teman dari kelas Penjas E 2017, terima kasih atas kebersamaannya.
9. Terima kasih untuk teman saya Afandi, Didin, Yudha, Wahyudi dan Hafid telah memberi dukungan dan membantu berjalannya penelitian.
10. Terima kasih untuk teman saya Bagas, Robet, Erwan, Daus dan Dery yang telah memberi dukungan dan semangat selama berjalannya penelitian.
11. Terima kasih untuk Puput Academi Bola Voli yang telah memberikan ijin tempat untuk penelitian.

12. Untuk mas Puput selaku pemilik club bola voli, yang telah memberikan ijin penelitian dan informasi yang bermanfaat bagi peneliti.
13. Semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari kata sempurna, baik penyusunan maupun penyajian karena disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karna itu segala bentuk masukan dijadikan penulis sebagai motivasi untuk menjadi lebih baik kedepannya. Semoga Tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surabaya, 5 Februari 2021
Penulis,

Daftar Isi

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	v
MOTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Batasan Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Masalah.....	6
E. Variabel Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Dasar Teori.....	7
1. Hakikat Permainan Bola Voli.....	7
2. Variasi <i>Drill</i>	12
3. Kemampuan Dasar Pasing Bawah.....	17
4. Defense Pasing Bawah Bola Voli.....	18
B. Penelitian Yang Relevan.....	19
C. Kerangka Konseptual.....	20
D. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian.....	23
B. Populasi Dan Sampel.....	23
C. Metode Pengumpulan Data.....	24

D. Teknik Analisis Data.....	32
E. Jadwal Penelitian.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Deskripsi Data.....	34
2. Analisis Data.....	35
3. Uji Hipotesis	38
B. Pembahasan	40
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	43
A. Simpulan.....	43
B. Saran.....	44
Daftar Pustaka	45

Daftar tabel

Tabel

3.1 Tabel program latihan.....	26
3.2 Analisis Persentase	30
3.3 Tabel hasil <i>Pretest</i>	31
3.4 Tabel Hasil <i>postest</i>	31
3.5 Tabel hasil <i>Pretest</i> dan <i>postest</i>	31
3.6 Tabel jadwal latihan	33
4.1 Hasil tes Penilaian Defense Pasing Bawah Bola Voli	34
4.2 Hasil Statistic	35
4.3 Deskripsi Statistika <i>pretest</i> dan <i>postets</i>	36
4.4 Deskripsi hasil penelitian <i>pretest</i>	36
4.5 Deskripsi hasil penelitian <i>postets</i>	37
4.6 Uji Tes Normalitas	39
4.7 Uji Tes Homogenitas	39
4.8 Paired Samples Test	40

Daftar Gambar

Gambar

2.1 Passing bawah sendiri sambil berjalan	14
2.2 passing bawah berpasangan	15
2.3 passing bawah berkelompok.....	15
2.4 passing bawah bola diservis pelatih.....	16
2.5 passing bawah pantulan ke tembok.....	17
4.1 Grafik Hasil <i>Pretest</i>	37
4.2 Grafik Hasil <i>postest</i>	38

Daftar lampiran

Lampiran

Surat permohonan izin penelitian	48
surat balasan penelitian.....	49
Lembar Revisi Sidang Skripsi	50
data hasil tes <i>defense</i> pasing bawah.....	53
Hasil deskriptif statistika <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	54
Deskripsi Hasil Penelitian <i>Pretest</i> dan <i>posttest</i>	55
Grafik Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	56
program latihan.....	57
pengambilan data <i>pretest</i>	60
Treatment	62
pengambilan data <i>posttest</i>	64
foto bersama	66

