

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