

**PENGARUH LATIHAN PASSING BAWAH
MENGUNAKAN MEDIA DINDING DENGAN MEMAKAI
SASARAN GARIS LURUS TERHADAP KEMAMPUAN
PASSING BAWAH PADA KLUB BOLA VOLI PUPUT
KECAMATAN PRAMBON**

SKRIPSI



**Moh. Wahyudi Firnanda
NIM 175900180**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2021**

**PENGARUH LATIHAN PASSING BAWAH
MENGUNAKAN MEDIA DINDING DENGAN MEMAKAI
SASARAN GARIS LURUS TERHADAP KEMAMPUAN
PASSING BAWAH PADA KLUB BOLA VOLI PUPUT
KECAMATAN PRAMBON**

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

**Moh. Wahyudi Firnanda
NIM 175900180**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh

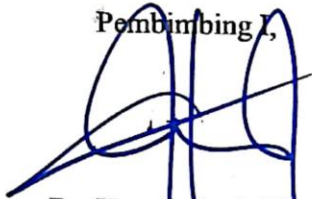
Moh. Wahyudi Firnanda
NIM 175900180

Judul Skripsi

Pengaruh Latihan Passing Bawah
Menggunakan Media Dinding Dengan
Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap
Kemampuan Passing Bawah Pada Klub Bola
Voli Puput Kecamatan Prambon Sidoarjo

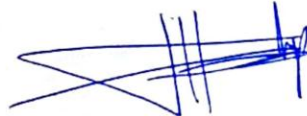
Surabaya, 30 Januari 2021

Pembimbing I,



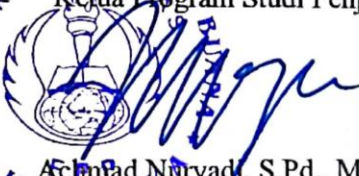
Dr. Hayati, dr., M.Kes.
NIDN 0030087007

Pembimbing II,




Shandy Pieter P., S.Pd., M.Pd.
NIDN 0729058804

Mengetahui,
Ketua Program Studi Penjas



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



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh Moh. Wahyudi Firnanda dengan judul Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding Dengan Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pada Klub Bola Voli Puput Kecamatan Prambon Sidoarjo telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 10 Febuari 2021

Dewan Penguji:

1. Dr. Hayati, dr., M.Kes.

Ketua



2. Shandy Pieter P, S.Pd., M.Pd.

Anggota



3. Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.

Anggota

Mengesahkan

Dekan FPP



Dr. Santika Rentika Hade, M.Kes.

Mengetahui

Ketua Program Studi,



Achmad Nuryani, S.Pd., M.Pd.

Lampiran 1 Surat Pernyataan Keaslian Tulisan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : **Moh. Wahyudi Firnanda**
NIM : **175900180**
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, 30 Januari 2021

Yang Membuat Pernyataan



Moh. Wahyudi Firnanda

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"... dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir."

Kita masih diberikan napas, berarti disitu akan selalu ada harapan. Jika kita merasa sangat sulit menghadapi tantangan dalam hidup, maka harapan itu akan datang kepada mereka yang percaya. Tetap berusaha yang terbaik disertai doa, itulah cara terbaik dalam menghadapi tantangan. (Surat Yusuf ayat 87).

PERSEMBAHAN

Hasil karya perjuangan penulis ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna istimewa bagi kehidupan penulis, mereka adalah kedua orang tuaku, yang selalu sabar membimbing dengan penuh kasih sayang yang tak terhingga, inilah anakmu yang kini sudah menyelesaikan skripsinya demi kebahagiaan kalian berdua.

KATA PENGANTAR

Semangat PAGI!!!!

Alhamdulillah hirobbila'alamin, segala puji bagi penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya berupa kekuatan fisik maupun mental, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik. Dan tidak lupa juga sholawat serta salam tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya ke jalan yang terang benerang yaitu AD-Dinul Islam.

Penulisan Skripsi ini merupakan karya penulis yang dilakukan dengan semaksimal mungkin .Akan tetapi memerlukan adanya perbaikan dan pengembangan pada kegiatan berikutnya. Dalam kegiatan ini banyak pihak yang terlibat didalamnya, untuk itu penulis ingin menghaturkan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Marianus Subandowo, MS. Selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberi kesempatan untuk menimba ilmu di Unipa.
2. Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. Selaku Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya beserta staf, atas kebijakan, perhatian, dorongan dan layanannya sehingga Skripsi ini terwujud.
3. Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd. Selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan arahan.
4. Dr. Hayati, dr., M.Kes., AIFO-K. Selaku Dosen Pembimbing I, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan Skripsi ini.
5. Shandy Pieter P, S.Pd., M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing II, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan

waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan Skripsi ini.

6. Bapak/ibu Dosen Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
7. Ketua, atlet dan pengurus Klub Bola Voli Puput Kecamatan Prambon Sidoarjo. Yang telah membantu, berpartisipasi dengan sepenuh hati sehingga persiapan untuk proses perizinan dan pelaksanaan penelitian dapat dilakukan dengan baik.
8. Kedua Orang Tua saya, dan ibu saya, yang telah menjadi pelecut semangat untuk menyelesaikan Skripsi ini.
9. Teman-teman S1 Pendidikan Jasmani angkatan 2017, yang telah memberi semangat kepada saya dalam menyelesaikan Skripsi.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih atas segala bantuan dan kerjasama yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Dan semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi Program Studi Pendidikan Jasmani. Sebagai penutup, semoga Allah SWT memberi berkat dan anugerah-Nya kepada kita semua.

Surabaya, 30 Januari 2021

Moh. Wahyudi Firnanda
175900180

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Pernyataan Keaslian	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Persembahan/Motto	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	6
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Variabel Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian.....	8

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka	9
1. Pengertian Latihan	9
2. Prinsip-Prinsip Dalam Latihan	12
3. Tujuan Latihan	15
4. Latihan Fisik	15
5. Teknik Dasar Passing Bawah	17
6. Teknik Latihan Passing Bawah	18
7. Kemampuan Passing Bawah	21
B. Penelitian yang Relevan	21

C. Kerangka Konseptual	23
D. Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	25
B. Populasi Sampel dan Sampling.....	26
C. Metode Pengumpulan Data	29
D. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Penyajian Data Penelitian	34
2. Analisis Data Penelitian	37
B. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
1. Saran Pemanfaatan	46
2. Saran Penelitian Lebih Lanjut	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pembagian Kelompok Penelitian	29
Tabel 4.1 Hasil Pre dan Post Test Kelompok Eksperimen	34
Tabel 4.2 Hasil Pre dan Post Test Kelompok Kontrol	35
Tabel 4.3 Klasifikasi Norma Passing Bawah Bola Voli	35
Tabel 4.4 Hasil Persentase Kelompok Penelitian	36
Tabel 4.5 Deskripsi Data Pengukuran Kelompok Penelitian ..	38
Tabel 4.6 Data Uji Normalitas Shapiro Wilk	39
Tabel 4.7 Data Uji Homogenitas One Way Anava	40
Tabel 4.8 Data Korelasi Antar Kelompok	41
Tabel 4.9 Data Komparasi Kelompok Uji <i>Paired t Test</i>	42
Tabel 4.10 Data Uji Beda Kelompok Uji <i>Independent t Test</i> ...	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Posisi Tangan dan Gerakan Passing Bawah	18
Gambar 2.2 Rangkaian Gerakan Passing Bawah	19
Gambar 2.3 Passing Bawah Menggunakan Media Dinding	20
Gambar 2.4 Kerangka Konseptual	23
Gambar 3.1 Desain penelitian	26
Gambar 3.2 Wall Volley After One Bounce	30
Gambar 4.1 Perbedaan Selisih Berdasarkan Kelompok	36
Gambar 4.2 Perbedaan Klasifikasi Berdasarkan Kelompok	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pernyataan Keaslian Tulisan	52
Lampiran 2. Berita Acara Bimbingan Skripsi	53
Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian	54
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian	55
Lampiran 5. Daftar Sampel Penelitian	56
Lampiran 6. Hasil Data Penelitian	57
Lampiran 7. Program Latihan	58
Lampiran 8. Hasil Ekspor SPSS	59
Lampiran 9. Dokumtasi Penelitian	62