

ABSTRAK

IQBAL DITONUROHMAN. 2023. PENGARUH VARIASI LATIHAN MENGGUNAAN TARGET TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Cibalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023)

Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh variasi latihan menggunakan target terhadap keterampilan *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 1 Cibalong Tahun Ajaran 2022/2023. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest posttest design*. Penelitian ini dilakukan kepada siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli putra di SMP Negeri 1 Cibalong dengan jumlah populasi 20 siswa. Peneliti menggunakan teknik *sampling* jenuh dengan jumlah sampel 20 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam latihan menggunakan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas dalam permainan bola voli siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 1 Cibalong Tahun Ajaran 2022/2023.

Kata Kunci : bola voli, keterampilan *passing* atas, latihan target