

ABSTRAK

RAIS MAULANASSALAM. 2023. **LATIHAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU TERHADAP PASSING BAWAH BOLA VOLI.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, UniversitasSiliwangi, Tasikmalaya.

Olahraga dapat diartikan sebagai suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur dengan melibatkan berbagai macam gerakan yang dilakukan tubuh untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Ada banyak cabang olahraga yang populer dikalangan masyarakat Indonesia, salah satunya adalah voli. Voli merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang dimainkan dua tim yang terdiri dari 6 orang pemain. Penelitian ini bertujuan untuk untuk menjelaskan bagaimana pengaruh latihan menggunakan alat bantu terhadap *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMPN 18 Tasikmalaya. Sementara itu, penelitian ini dilaksanakan dengan metode eksperimen yang didasarkan pada desain penelitian *pre-test and post-test design*. Dengan desain ini, dilakukan tes awal (*pretest*) terhadap kemampuan *passing* bawah. Kemudian, diberikan treatment dengan menggunakan alat bantu selama 16kali pertemuan. Setelah itu, dilakukan tes akhir (*posttest*) untuk mengetahui peningkatan kemampuan siswa sebagai pengaruh dari *treatment* yang diberikan. Penelitian ini dilakukan kepada siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 18 Tasikmalaya dengan jumlah populasi 20 orang. Kemudian, peneliti memilih teknik *sampling* jenuh dengan jumlah sampel 20 orang. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu tes *passing* bawah. Adapun teknik analisis yang digunakan adalah pendekatan statistik dengan $T_{hitung} \text{ sebesar } 2,78 > T_{tabel} \text{ sebesar } 1,73$. Maka dari itu, diperoleh kesimpulan bahwa latihan menggunakan alat bantu berpengaruh secara signifikan terhadap *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 18 Tasikmalaya.

Kata Kunci: alat bantu, *passing* bawah, bola voli.