

ABSTRAK

IKMAL ABDUL JALAL. 2024. **Perbandingan Pengaruh Latihan Menggunakan Sasaran ke Dinding Dengan Latihan Berpasangan Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalya.

Tujuan dari penelitian adalah untuk memperoleh informasi tentang perbandingan pengaruh latihan menggunakan sasaran ke dinding dengan latihan berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Bayongbong. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dan instrumen dalam penelitian adalah tes *passing* dalam bola voli. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler BolaVoli SMP Negeri 2 Bayongbong sebanyak 24 dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan uji normalitas, homogenitas, dan uji-t, pada taraf signifikan 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan berpasangan lebih berpengaruh daripada latihan dengan menggunakan sasaran ke dinding terhadap keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Bayongbong.

Kata Kunci : berpasangan, latihan, passing, sasaran,

ABSTRACT

IKMAL ABDUL JALAL. 2024. *Comparison of the Effect of Exercise Using Goals Against the Wall with Pair Exercises on Bottom Passing Skills in Volleyball Games.* Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalya.

The purpose of the research was to obtain information about the comparative effect of training using a target against a wall with partner training on down passing skills in extracurricular volleyball students at SMP Negeri 2 Bayongbong. The research method used is the experimental method and the research instrument is the passing test in volleyball. The population and sample in this study were 24 volleyball extracurricular students at SMP Negeri 2 Bayongbong using a saturated sampling technique. The data analysis technique used is normality, homogeneity and t-test, at a significance level of 5%. The results of the study showed that pair training was more influential than training using a target against a wall on down-passing skills in volleyball in volleyball extracurricular students at SMP Negeri 2 Bayongbong.

Keywords: pairs, practice, passing, target,