

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS MENGGUNAKAN SASARAN
BAN TERHADAP KETEPATAN *PASSING* ATAS
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

**(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 6
Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**GUGUN SETIAWAN
152191039**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2019**

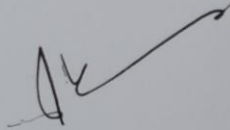
**PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS MENGGUNAKAN SASARAN
BAN TERHADAP KETEPATAN *PASSING* ATAS
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

**(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 6
Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)**

**GUGUN SETIAWAN
152191039**

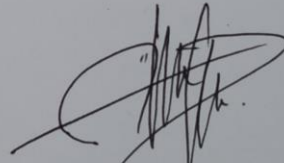
Disahkan oleh

Pembimbing I



**Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd.
NIP 196304091989111001**

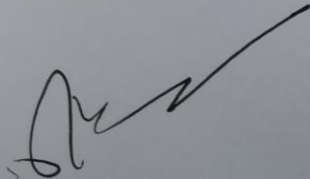
Pembimbing II



**Ari Priana, S.Pd., M.Pd.
NIDN 0004018801**

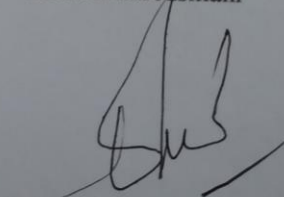
Disetujui oleh

Dekan FKIP
Universitas Siliwangi,



**Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd.
NIP 19630409 198911 1 001**

Ketua Jurusan
Pendidikan Jasmani



**Drs. H. Abdul Narlan, M.Pd.
NIDN 0415116301**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Latihan *Passing* Atas Menggunakan Sasaran Ban terhadap Ketepatan *Passing* Atas dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)”**, beserta seluruh isinya adalah sepenuhnya karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung konsekuensi atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.

Tasikmalaya, Agustus 2019
Yang Membuat Pernyataan,



GUGUN SETIAWAN
NPM. 152191039

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS MENGGUNAKAN SASARAN
BAN TERHADAP KETEPATAN *PASSING* ATAS
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

Gugun Setiawan¹⁾, H. Cucu Hidayat²⁾, Ari Priana³⁾

¹⁾ Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

²⁾ Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

³⁾ Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Siliwangi Tasikmalaya

e-mail: gugunsetiawan728@gmail.com¹⁾, cucuhidayat@unsil.ac.id²⁾,

aripriana@unsil.ac.id³⁾

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh latihan *passing* atas menggunakan sasaran ban terhadap ketepatan *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dan instrumen dalam penelitian ini adalah tes *passing* atas bola voli. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019 sebanyak 20 orang dengan menggunakan teknik *random sampling*. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistik, ternyata secara empirik latihan *passing* atas menggunakan sasaran ban berpengaruh secara berarti terhadap ketepatan *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019.

Kata Kunci : latihan, sasaran, passing atas, bola voli

ABSTRACT

ABSTRACT

The purpose of this study was to obtain information about the effect of passing exercises using the target tire on the accuracy of passing over in volleyball games on volleyball extracurricular students at SMP Negeri 6 Tasikmalaya City in the 2018/2019 school year. The research method used is an experimental method and the instrument in this study is a volleyball passing test. The population and sample in this study were volleyball extracurricular students at SMP Negeri 6 Tasikmalaya City in the 2018/2019 school year as many as 20 people using random sampling techniques. Based on the results of data processing with statistical tests, it turns out that empirically the above passing exercises using the tire target significantly influence the accuracy of the top passing in volleyball games on volleyball extracurricular students at SMP Negeri 6 Tasikmalaya City 2018/2019 school year.

Keywords: training, target, passing over, volleyball

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke Hadirat Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan rencana yang ditentukan. Skripsi yang penulis susun ini berjudul **“Pengaruh Latihan *Passing* Atas Menggunakan Sasaran Ban terhadap Ketepatan *Passing* Atas dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik materi maupun cara penyajiannya. Namun meskipun demikian, semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan pikiran serta manfaat khususnya bagi penulis, umumnya bagi semua pembaca.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai kendala dan hambatan yang dapat melemahkan semangat, namun atas dorongan, bimbingan, dan arahan dari para dosen pembimbing segala hambatan tersebut dapat penulis atasi. Untuk itu pada kesempatan ini dengan rasa tulus dan kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang

telah membantu penulis baik moril maupun material selama penyusunan skripsi ini.

1. Bapak Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya beserta stafnya, sekaligus sebagai dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan kemudahan penyelesaian berbagai administrasi untuk kelancaran pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Drs. H. Abdul Narlan, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya, yang selalu memotivasi, membimbing, dan memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan studi dengan sebaik-baiknya.
3. Bapak Ari Priana, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu di sela-sela kesibukannya untuk memberikan bimbingan, arahan, pikiran dan pandangannya serta turut membantu pelaksanaan pengambilan data sampai data penelitian ini terhimpun sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Dosen di lingkungan Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan olahraga, wawasan, kepedulian, komitmen dan ketulusannya.
5. Ibu Dra. Nina Nartalina, M.Pd., selaku Kepala SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya telah memberikan dorongan/motivasi kepada penulis serta bantuan dan kerja sama yang harmonis sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini dengan lancar.

6. Ayahanda Masun dan Ibunda Apoh tercinta yang selalu memberikan doa restu, dorongan, dan bantuan moril maupun material.
7. Rekan-rekan mahasiswa seperjuangan, Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya, dan semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan di sini satu per satu, yang telah membantu penulis baik berupa moril maupun material.

Hanya kepada Allah penulis memohon semoga amal baik semua pihak mendapat imbalan yang berlipat ganda dari Allah SWT. sebagai amal saleh.

Tasikmalaya, Agustus 2019
Penulis,

G S

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Definisi Operasional	6
D. Tujuan Penelitian	7
E. Kegunaan Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORETIS	
A. Kajian Teori	9
1. Konsep Latihan.....	9
a. Pengertian Latihan	9
b. Tujuan Latihan	11
c. Prinsip Latihan	12
1) Prinsip Beban Latihan (<i>Overload Principle</i>).....	13

	Halaman
2) Prinsip Individualisasi.....	15
3) Kualitas Latihan	16
4) Variasi Latihan	17
2. Konsep Permainan Bola Voli	18
a. Pengertian Permainan Bola Voli	18
b. Teknik-teknik Permainan Bola Voli	20
3. Teknik <i>Passing</i> Atas Bola Voli	24
4. Hakikat Ketepatan	28
5. Alat Bantu	29
a. Pengertian Alat Bantu	29
b. Prinsip-prinsip Alat Bantu	30
c. Manfaat Alat Bantu	32
6. Latihan <i>Passing</i> Atas Menggunakan Alat Bantu Sasaran Ban	32
B. Penelitian yang Relevan	35
C. Anggapan Dasar	37
D. Hipotesis.....	37

BAB III PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	39
B. Variabel Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian	40
1. Populasi Penelitian	40

	Halaman
2. Sampel Penelitian	41
D. Desain Penelitian.....	42
E. Langkah-langkah Penelitian.....	42
F. Teknik Pengumpulan Data	43
G. Instrumen Penelitian.....	44
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	46
I. Waktu dan Tempat Penelitian	49
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	51
B. Pengujian Persyaratan Analisis	52
1. Hasil Pengujian Normalitas Data	52
2. Hasil Penghitungan Homogenitas	53
C. Pengujian Hipotesis	53
D. Pembahasan Hasil penelitian.....	54
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	56
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
DAFTAR LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Deskripsi Hasil Tes Awal dan Akhir (Tes <i>Passing Atas</i>)	51
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi, dan Varians dari Setiap Tes	52
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Normalitas Data	52
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas Data dari Masing-masing Data	53
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Hipotesis	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Tangga	14
Gambar 2.2 Sikap Tangan saat Perkenaan Bola pada <i>Passing Atas</i>	25
Gambar 2.3 Posisi Siap Setengah Jongkok pada <i>Passing Atas</i>	26
Gambar 2.4 Sikap Perkenaan Bola <i>Passing Atas</i>	26
Gambar 2.5 Sasaran Ban	34
Gambar 2.6 Latihan <i>Passing Atas</i> Menggunakan Sasaran Ban	35
Gambar 3.1 Desain Eksperimen	42
Gambar 3.2 Lapangan Tes <i>Passing Atas</i>	45
Gambar 3.3 Tes <i>Passing Atas</i>	46