

ABSTRAK

RAFI KHAIRIL INSAN 2024, **PENGARUH VARIASI LATIHAN *PASSING* ATAS TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* ATAS BOLA VOLI PADA SISWA EKSTRAKURKULER**. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode variasi latihan terhadap keterampilan *passing* atas pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMPN 9 Kota Tasikmalaya. Metode penelitian yang digunakan merupakan penelitian eksperimen, dengan desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-posttest* design. Populasi penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMPN 9 Kota Tasikmalaya sebanyak 20 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi yang di jadikan sampel penelitian yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh. Instrumen yang digunakan tes *passing* atas. Teknik analisis data menggunakan analisis uji t, melalui uji prasyarat uji normalitas, dan uji homogenitas. Hasil penelitian diperoleh t hitung sebesar 4,38 dan nilai t tabel sebesar 1,729. Oleh karena nilai t hitung > t tabel maka dapat disimpulkan bahwa metode variasi latihan dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* atas, pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMPN 9 Kota Tasikmalaya.

Kata kunci : metode, *passing* atas, variasi

ABSTRACT

RAFI KHAIRIL INSAN 2024, THE EFFECT OF VARIATIONS OF PASSING PRACTICES ON VOLLEYBALL PASSING SKILLS IN EXTRACURRICULAR STUDENTS. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

This study aims to determine the effect of the variation method of training on the upper passing skills of students who take extracurricular volleyball at SMPN 9 Tasikmalaya City. This study is an experimental study, with the research method used is One Group Pretest-posttest design. The population of this study were students who took extracurricular volleyball at SMPN 9 Tasikmalaya City as many as 20 students. The sample in this study was the entire population that was used as a research sample totaling 20 students. The sampling technique used saturated sampling. The instrument used was the upper passing test. The data analysis technique used t-test analysis, through the prerequisite test of normality test, and homogeneity test. The results of the study obtained a calculated t of 4,38 and a t table value of 1.729. Therefore, the calculated t value > t table, it can be concluded that the variation method of training can improve the basic technical skills of upper passing, in students who take extracurricular activities at SMPN 9 Tasikmalaya City.

Keywords: method, top passing, variations