

## ABSTRAK

### **Perbedaan Pengaruh Latihan Perorangan dan Berpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa SMAN 2 Rengat Barat**

**Oleh : Maghfiroh Putri Wulan Sari/2014**

Penelitian ini dilatar belakangi dari rendahnya kemampuan *passing* bawah pemain bolavoli siswa SMAN 2 Rengat Barat dalam bidang prestasi, hal ini dapat dilihat pada pertandingan bolavoli dimana baris pertahanan dan seringnya bola di *passing* melenceng membuat Tim SMAN 2 Rengat Barat mengalami kegagalan dalam bertanding.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu untuk melihat perbedaan pengaruh latihan perorangan dan berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 2 Rengat Barat. Populasi dalam penelitian ini siswa SMAN 2 Rengat Barat yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 28 orang yang terdiri dari 12 putra dan 16 putri, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling*, maka sampel yang diambil hanya siswa putri saja yang berjumlah 16 orang. Setelah dilakukan *pre-test* seluruh sampel dibagi menjadi dua kelompok melalui teknik *ordinal matching pairing*, yang tiap kelompok tersebut terdiri dari 8 orang. Pelaksanaan penelitian terdiri dari 18 kali perlakuan dalam seminggu latihan dilaksanakan sebanyak 4 kali. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kemampuan *passing* bawah (*Brumbach forearms pass wall-volley test*).

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: (1) Latihan perorangan berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah dapat diperoleh  $mean\ pre\ test\ 39,75 < mean\ post\ test\ 42,12$  (2) latihan berpasangan berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah dapat diperoleh  $mean\ pre\ test\ 39,25 < mean\ post\ test\ 42,37$ , (3) tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok latihan perorangan dan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah dapat diperoleh dari  $t_{hitung}\ (0,14) < t_{tabel}\ (1,89)$ .