

ABSTRAK

Heru Pratama Putra : Pengaruh Latihan Variasi terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Klub Bolavoli AMKOS Salimpaung Kabupaten Tanah Datar

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi peneliti yaitu rendahnya Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Klub Bolavoli AMKOS Nagari Salimpaung Kabupaten Tanah Datar. Hal ini disebabkan oleh kurang bervariasinya bentuk latihan *passing* bawah yang diberikan pelatih, penelitian ini bertujuan untuk melihat Pengaruh Latihan Variasi *Passing* bawah terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Klub Bolavoli AMKOS Salimpaung Kabupaten Tanah Datar.

Penelitian menggambarkan rancangan One Grub Pretest - Posttest Design. Populasi penelitian ini adalah Pemain Klub Bolavoli AMKOS Salimpaung Kabupaten Tanah Datar yang berjumlah 15 orang. Penarikan sampel menggunakan tes *passing* bawah dilakukan dengan *Total Sampling*, maka sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 orang. Cara pengambilan data dari *passing* bawah menggunakan tes *passing* bawah yang dilakukan selama 1 kali 60 detik, Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *t dependent variable*.

Dari hasil uji *t*, penelitian ini menunjukkan terdapat Pengaruh Variasi Latihan *passing* bawah terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Klub Bolavoli AMKOS Nagari Salimpaung Kabupaten Tanah Datar, hal ini dibuktikan dengan hasil uji $t_{h}=24,03 > t_{c}=2,145$

Kata Kunci : Variasi *Passing* Bawah dan Kemampuan *Passing* Bawah