

ABSTRAK

Andriansyah Maiza Putra (1303127) : Pengaruh Rangkaian Latihan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bolavoli Putra Klub Padang Adios

Masalah dalam penelitian ini rendahnya kemampuan passing bawah atlet bolavoli Putra Klub Padang Adios. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan passing bawah tersebut, diantaranya metode latihan yang digunakan. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh rangkaian latihan terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bolavoli Putra Klub Padang Adios.

Jenis penelitian adalah eksperimen. Populasi penelitian ini yaitu seluruh atlet bolavoli putra klub Padang Adios berjumlah 21 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. dimana anggota sampel dipilih secara khusus berdasarkan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini yang dijadikan sampelnya adalah atlet bolavoli putra klub padang Adios berjumlah 11 orang. Yaitu sampel berumur 12 – 19 tahun atau pelajar yang masih aktif dan rutin latihan. Instrument tes yang digunakan berupa passing bawah ke dinding. Data dianalisis dengan statistik deskriptif dan inferensial dengan rumus uji t sampel terikat.

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa rangkaian latihan passing bawah tidak berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing bawah atlet bolavoli Putra Klub Padang Adios, dengan nilai t analisis atau $t_{hitung} 2,17 < t_{tabel} 2,22$.

Kata Kunci :Rangkaian Latihan, dan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bolavoli Putra Klub Padang Adios