

ABSTRAK

Riko Akbar. 2015. "Pengaruh Metode Latihan Permainan Target terhadap Keterampilan *Passing* Atas pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Negeri 38 Merangin Provinsi Jambi". Padang: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penurunan prestasi tim bolavoli salah satunya disebabkan menurunnya kemampuan teknik bermain bolavoli khususnya pada kemampuan *Passing* atas. Disebabkan kurangnya variasi metode latihan yang digunakan dalam latihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan permainan target terhadap *passing* atas pada siswa putra peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 38 Merangin Provinsi Jambi.

Jenis penelitian ini adalah *one group pre test and post test design*. Populasi penelitian ini dilakukan dengan subjek yang berjumlah 20 siswa putra. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes keterampilan *passing* atas (widiastuti, 2017:240). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *one sample t test* (uji t) .

Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara *pre test* dan *post test* pengaruh metode latihan permainan target terhadap keterampilan *passing* atas, yang memiliki nilai t hitung 5.128, t tabel 2.101, (df = 24) pada taraf signifikansi 0.05, karena t hitung lebih besar dari t-tabel maka ada perbedaan yang signifikan. Dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata *pre test* = 29.25 dan nilai rata-rata *post test* = 33.15, karena nilai rata-rata *post test* lebih besar dari nilai rata-rata *pre test*, maka pengaruh latihan permainan target terhadap *passing* atas sebesar =3.90 atau 13.33 %.

Kata kunci : *Passing* Atas, Latihan Permainan Target, Ekstrakurikuler