

ABSTRAK

Okta Vanesia Putri (2019) Pengaruh Bentuk Latihan *Passing* Bawah Perorangan Dan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bolavoli KTC Pakandangan Kabupaten Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah tim masih belum menunjukkan prestasi yang memuaskan, dimana dalam beberapa pertandingan yang telah dilaksanakan atlet tersebut masih kurang biasa mengontrol bola yang datang dengan *Passing* bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode latihan perorangan dan berpasangan terhadap *passing* bawah atlet KTC Pakandangan Kabupaten Padang Pariaman.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen, yang di lakukan pada tanggal Januari – Februari 2019 terhadap atlet Bolavoli KTC Pakandangan Kabupaten Padang Pariaman. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Bolavoli KTC Pakandangan Kabupaten Padang Pariaman yang berjumlah 22 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu sampel putra yang berjumlah 12 orang. Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Brady Wall Volleys Test*, sedangkan teknik analisis data statistik menggunakan uji normalitas dan uji-t.

Hasil penelitian ini adalah 1) Terdapatnya peningkatan secara nyata dari perlakuan yang diberikan dengan metode latihan perorangan terhadap kemampuan *Passing* bawah, dengan demikian terdapat pengaruh metode latihan *Passing* bawah perorangan terhadap Kemampuan *Passing* bawah secara signifikan terlihat dari hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 2,99 > t_{tabel} = 2,015$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. 2) Terdapatnya peningkatan secara nyata dari perlakuan yang diberikan dengan metode latihan berpasangan terhadap kemampuan *Passing* bawah, dengan demikian terdapat pengaruh metode latihan *Passing* bawah berpasangan terhadap Kemampuan *Passing* bawah secara signifikan terlihat dari hasil yang diperoleh $t_{hitung} = 4,56 > t_{tabel} = 2,015$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, 3) Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan *Passing* bawah perorangan dengan *Passing* bawah berpasangan dengan $t_{hitung} = 3,13 > t_{tabel} = 2,015$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$