

**PENGARUH METODE LATIHAN BERPASANGAN TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH ATLET
BOLA VOLI PUTRI *CLUB* PADANG ADIOS**

SKRIPSI

*Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH:

RURY OKI PRATIWI

18087331/2018

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

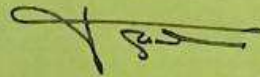
Judul : Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bolavoli Putri *Club* Padang Adios

Nama : Rury Oki Pratiwi
Nim/BP : 18087331/2018
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2023

Disetujui Oleh:

Ketua Departemen



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd
NIP. 197207 199803 1 004

Pembimbing



Romy Mardela, S.Pd, M.Pd
NIP. 19850305 2012 12 1 001



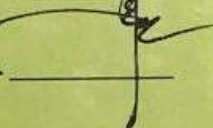
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Rury Oki Pratiwi
NIM : 18087331/2018

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan
Passing Bawah Atlet Bolavoli Putri Club Padang Adios**

Padang, Juni 2023

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Romi Mardela, S.Pd, M.Pd	1. 
2. Anggota : Drs. Winarsyah, M.Pd	2. 
3. Anggota : Dr. Yendrizar, M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Pengaruh Metode Latihan Berpasangan terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club Padang Adios*", adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, November 2022
Yang membuat pernyataan



Rury Oki Pratiwi
Nim. 18087331

ABSTRAK

Rury Oki Pratiwi, 2022 : Pengaruh Metode Latihan Berpasangan terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club Padang Adios*

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri Padang Adios ini masih rendah. Penelitian ini yang bertujuan untuk melihat hasil metode latihan berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri Padang Adios.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi pada penelitian ini adalah keseluruhan atlet yang terdaftar pada klub bola voli putri Padang Adios dan ikut aktif mengikuti latihan di Padang Adios yang berjumlah keseluruhan 78 orang. Penarikan sampel diambil dengan teknik *proposive sampling*, sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 orang. Instrument penelitian menggunakan tes kemampuan *passing* bawah. Teknik analisis data statistik menggunakan uji normalitas *liliefors* dan uji-t dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian ini yaitu, Terdapat pengaruh metode latihan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bola voli Padang Adios. Hal ini terbukti Hasil uji homogenitas menunjukkan hasil $F_h 1,31 < F_t 3,18$, maka dapat disimpulkan bahwa data Homogen, dan hal ini terbukti secara signifikan dimana setelah dilakukan uji “t” diperoleh hasil $t_{hitung} = 3,60 > t_{tabel} = 1,833$.

Kata Kunci : Metode Latihan Berpasangan; Kemampuan *Passing* Bawah

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club* Padang Adios”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Alnedral, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ketua Departemen Dr. Donie, S.Pd, M.Pd beserta seluruh dosen Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah banyak membimbing penulis selama penulis menimba ilmu.
3. Bapak Romi Mardela, [S.Pd., M. Pd](#) selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak [Drs. H. Witarsyah, M.Pd](#) dan Bapak [Dr. Yendrizar, M.Pd](#) selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.
5. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua saya, ayahanda dan ibunda yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
7. Kepada teman-teman dan atlet *Club Adios Padang* yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, November 2022

Rury Oki Pratiwi

**PENGARUH METODE LATIHAN BERPASANGAN TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH ATLET BOLA VOLI PUTRI
*CLUB PADANG ADIOS***

SKRIPSI

*Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:
RURY OKI PRATIWI
18087331/2018

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club* Padang Adios**
Nama : Rury Oki Pratiwi
NIM : 18087331
Pogram Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2022

Disetujui Oleh :

Ketua Departemen
Kepelatihan

Pembimbing

Dr. Donie, S.Pd, M.Pd

NIP. 197207 199803 1 004

Romi Mardela, S. Pd., M. Pd

NIP. 198503 052012121 001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pengaruh Metode Latihan Berpasangan terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club* Padang Adios”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi

akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini,
serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, November 2022
Yang membuat pernyataan

MateraiRp. 10,000,-

Rury Oki Pratiwi
Nim. 18087331

ABSTRAK

Rury Oki Pratiwi, 2022 : Pengaruh Metode Latihan Berpasangan terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri Club Padang Adios

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri Padang Adios ini masih rendah. Penelitian ini yang bertujuan untuk melihat hasil metode latihan berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri Padang Adios.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi pada penelitian ini adalah keseluruhan atlet yang terdaftar pada klub bola voli putri Padang Adios dan ikut aktif mengikuti latihan di Padang Adios yang berjumlah keseluruhan 78 orang. Penarikan sampel diambil dengan teknik *proposive sampling*, sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 orang. Instrument penelitian menggunakan tes kemampuan *passing* bawah. Teknik analisis data statistik menggunakan uji normalitas *liliefors* dan uji-t dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian ini yaitu, Terdapat pengaruh metode latihan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bola voli Padang Adios. Hal ini terbukti

Hasil uji homogenitas menunjukkan hasil $F_h 1,31 < F_t 3,18$, maka dapat disimpulkan bahwa data Homogen, dan hal ini terbukti secara signifikan dimana setelah dilakukan uji “t” diperoleh hasil $t_{hitung} = 3,60 > t_{tabel} = 1,833$.

Kata Kunci : Metode Latihan Berpasangan; Kemampuan *Passing* Bawah

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan

skripsi dengan judul: “Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet bola voli Putri *Club* Padang Adios”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

8. Bapak Prof. Dr. H. Alnedral, M.Pd selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Ketua Departemen Dr. Donie, S.Pd, M.Pd beserta seluruh dosen Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah banyak membimbing penulis selama penulis menimba ilmu.
10. Bapak Romi Mardela, [S.Pd., M. Pd](#) selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Bapak [Drs. H. Witarasyah, M.Pd](#) dan Bapak [Dr. Yendrizar, M.Pd](#) selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, nasehat dalam penyelesaian skripsi penulis.
12. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
13. Kepada kedua orang tua saya, ayahanda dan ibunda yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya

yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

14. Kepada teman-teman dan atlet *Club Adios Padang* yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, November 2022

Rury Oki Pratiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	10
1. Hakikat Permainan bola voli.....	10
2. Hakikat <i>Passing</i>	12
3. Hakikat <i>Passing</i> Bawah	13
4. Latihan <i>Passing</i> Berpasangan	15
5. Hakikat Metode Latihan	18
6. Prinsip Latihan	18
B. Penelitian Relevan.....	22

C. Kerangka Konseptual	24
D. Hipotesis Penelitian	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel	27
1. Populasi.....	27
2. Sampel	27
D. Definisi Operasional.....	27
E. Jenis dan Sumber Data	28
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	28
G. Teknik Analisis Data.....	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	33
1. <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	33
2. <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	34
B. Pengujian Persyaratan Analisis	35
C. Pengujian Hipotesis	36
D. Pembahasan	37
E. Keterbatasan Penelitian	40

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44

DAFTAR PUSTAKA.....	45
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	59
2. Distribusi Frekuensi <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	33
3. Distribusi Frekuensi <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	34
4. Rangkuman Uji Normalitas	36
5. Uji Homogenitas	36
6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Langkah-langkah <i>Passing</i> Bawah	14
2. <i>Passing</i> Berpasangan.....	17
3. Kerangka Konseptual	25
4. Grafik Frekuensi Hasil <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	34
5. Grafik Frekuensi Hasil <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	35
6. Peneliti Memberi Arahan Sebelum Melakukan <i>Pre Test</i> Kemampuan Kemampuan <i>Passing</i> Bawah dan Latihan	73
7. <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	74
8. Latihan Berpasangan	74
9. <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	74
10. Alat Penelitian	75
11. Foto Bersama	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Latihan.....	56
2. Data Mentah <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	61
3. Tabulasi Data <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	62
4. Tabulasi Data <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	63
5. Kelas Interval dengan Skala 5.....	64
6. Uji Normalitas Sebaran Data <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	65
7. Uji Normalitas Sebaran Data <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	66
8. Uji Homogenitas	67
9. Analisis Pengujian Hipotesis	68
10. Tabel Uji Liliefors.....	69
11. Tabel Luas Di Bawah Lengkungan Normal standar dari o ke z.....	70
12. Nilai Persentil untuk Distribusi t	71
13. Nilai Persentil untuk Distribusi F	72
14. Foto Dokumentasi.....	73
15. Surat Izin Penelitian	76
16. Surat Balasan Penelitian.....	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola voli merupakan olahraga yang sudah populer di masyarakat, baik di Indonesia maupun di dunia. Tujuan dari pembinaan dan pengembangan olahraga bola voli di Indonesia adalah untuk meningkatkan prestasi, maka untuk dapat mengejar prestasi puncak hendaknya ditempuh melalui pendekatan secara ilmiah.

Olahraga Prestasi seperti yang dijelaskan dalam UU RI No. 11 Tahun 2002 pasal 20 ayat 2 dan 3 bahwa :“Olahraga Prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan, dan potensi untuk mencapai prestasi. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan teknologi keolahragaan.”

Untuk mencapai prestasi yang optimal diperlukan suatu latihan yang terprogram dengan baik. Latihan juga membentuk atau mengubah respon fisiologis, di samping elemen fisik yang terlibat dalam latihan untuk menjadi seorang pembina atau pelatih dan oleh atlet itu sendiri, misalnya faktor – faktor di atas.

Di Indonesia olahraga bola voli dikelola oleh induk organisasi pengurus besar persatuan bola voli seluruh Indonesia (PB.PBVSI).PB.PBVSI terus berupaya meningkatkan prestasi bola voli dengan mengadakan berbagai kompetisi secara bertahap dan berjenjang seperti Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV), Pekan Olahraga Nasional (PON) bahkan Internasional.

Namun sangatlah mengecewakan PBVSI Sumatera Barat tidak banyak memiliki pemain bola voli yang diandalkan. Hal ini terbukti dari hasil PON, Tim bola voli Sumbar belum pernah mendapatkan prestasi terbaik PON. Artinya PBVSI

Sumatera Barat belum berhasil memperoleh prestasi maksimal. Mungkin banyak faktor yang menyebabkan kegagalan dalam mencapai prestasi yang membanggakan. Faktor-faktor tersebut adalah kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Semua faktor tersebut sangatlah diperlukan dalam permainan bola voli. Salah satu faktor yang penting adalah program latihan teknik yang diterapkan kurang baik. Perolehan angka dalam permainan bola voli diperoleh dari hasil kerjasama pemain dalam memantikan bola di daerah lawan dan tim yang melakukan gerakan *passing* atas *passing* bawah *smash*, dan *block* merupakan pondasi atau dasar bagi seorang untuk dapat bermain bola voli dengan baik.

Teknik *Passing* bawah dapat digunakan sebagai pertahanan menerima servis yang akan menentukan jalannya pertandingan dan menerima *smash* dari lawan yang dapat pula saat setelah pengambilan *block* atau pantulan bola dari net. Dalam permainan bola voli sering terjadi kesalahan *passing* yang dilakukan oleh pemain kurangnya konsentrasi, posisi tangan yang salah, sudut tangan saat menerima yang kurang tepat, pengembalian dengan *passing* bawah yang kurang terarah saat menerima bola dari lawan, ketepatan pemberian bola kepada toser sering meleset sehingga latihan *passing* bawah sangat diperlukan untuk pondasi kuat tim bola voli agar dapat mengarahkan bola kepada teman dengan tepat untuk membangun serangan awal dengan tepat untuk membangun serangan awal dengan baik perlu dilakukan latihan *passing* bawah dengan sungguh-sungguh.

Agar mampu melakukan *passing* bawah dengan baik dan benar harus dilakukan latihan yang sistematis dan terprogram. Seorang pelatih harus mampu memilih metode latihan yang mudah dipelajari dan dipahami, salah satunya dengan

menggunakan metode dalam bentuk latihan. Bentuk latihan yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah permainan bola voli yaitu *passing* bawah dengan berpasangan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan *passing* bawah mempunyai fungsi penting dalam permainan bola voli. Untuk dapat menghasilkan kemampuan *passing* bawah yang baik dibutuhkan suatu program latihan yang sistematis. Padang Adios merupakan salah satu tempat pembinaan olahraga bola voli yang cukup representatif di Kecamatan Padang Barat, Kota Padang. Padang Adios bertepatan di jalan Gor. H. Agus Salim, Jl. Rimbo Kaluang, Kec. Padang Barat, Kota Padang Sumatera Barat. Padang Adios memiliki lapangan yang cukup bagus serta pelatih yang cukup berpengalaman. Namun sangat disayangkan prestasi yang dihasilkan belum memuaskan meskipun sudah melakukan pembinaan dari usia tingkat SMP.

Untuk mempelajari teknik-teknik dasar bermain bola voli yang baik, sangat dibutuhkan sekali oleh pemain teknik-teknik penguasaan bola dalam *passing* bawah. *Passing* bawah adalah suatu teknik dasar kemampuan *passing* bola ke daerah lawan atau teman sendiri yang ditujukan agar pemain mempunyai kemampuan untuk mengenali, menguasai dan memainkan bola agar teknik dasar lain dapat dilakukan dengan baik.

Setelah seorang pemain dapat merasakan dan bisa memahami olahraga tersebut dengan keahlian penguasaan bola. Juga dibutuhkan penguasaan teknik bermain bola voli yang baik, karena kemampuan teknik bermain sangat mendukung seseorang pemain dalam meningkatkan kemampuan. Di antara kemampuan dalam permainan bola voli, hal yang penting dalam mengembangkan seorang pemain bola

voli ialah kemampuan *passing*. Ini merupakan kemampuan dasar permainan bola voli yang harus dikembangkan dan dimiliki oleh pemain serta diberikan dalam setiap situasi latihan. Dalam usaha meningkatkan kemampuan *passing* bawah atlet bola voli Padang Adios.

Padang Adios merupakan salah satu klub bola voli di Kota Padang yang melakukan pembinaan terhadap olahraga pemain bola voli baik latihan fisik, teknik, dan taktik. Pembinaan diharapkan akan membentuk atlet yang berkualitas dan berprestasi dalam setiap pertandingan, baik di tingkat daerah maupun nasional. Prestasi yang diraih oleh atlet Padang Adios meliputi Juara 1 di Ivand Cup antar klub se-kota Padang pada tanggal 1 Januari 2022, Juara 3 IPPPK Cup antar klub se-Sumbar di Halaban Payakumbuh pada tanggal 1 Maret 2022, Juara 1 Liga Kota Padang pada tanggal 19 Maret 2022, dan Juara 1 Liga Remaja U17 se-Kota Padang pada tanggal 27 Maret 2022.

Menurut pengamatan penulis di lapangan, olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat disenangi oleh siswa. Sebab olahraga ini merupakan olahraga yang sering membawa nama baik sekolah maupun tingkat kecamatan. Kegiatan olahraga bola voli sudah berjalan dengan baik namun masih banyak juga kendala yang sering terjadi pada pemain pada saat melakukan pertandingan dan diperkuat lagi dari keterangan Jhon Abak selaku pelatih team bola voli di Padang Adios mengatakan kemampuan *passing* bawah pemain bola voli putri di Padang Adios ini masih rendah, hal ini dilihat pada saat pertandingan uji coba *passing* selalu tidak tepat sasaran, dan kurang akurat dalam menerima bola servis dari lawan yang menyebabkan bola melenceng jauh dari pengumpan, sehingga

menyebabkan tim sulit dalam membangun sebuah serangan dan sulit mematikan bola di petak lawan.

Salah satu teknik dasar yang paling mendukung dalam permainan bola voli yaitu *passing* adalah kunci utama dalam sebuah permainan bola voli. *Passing* bertujuan untuk menerima bola, memberikan bola ke rekan satu tim, menangkis serangan, menyusun serangan, dan melakukan serangan balik ke area pertahanan lawan.

Pelatih klub Padang Adios sudah memberikan macam-macam bentuk latihan *passing* khususnya untuk *passing* bawah namun dari hasil observasi dan wawancara untuk teknik dasar *passing* khususnya *passing* bawah kurang di perhatikan. Terlihat dengan adanya atlet yang masih belum mampu menerima bola dengan *passing* bawah dan sasaran bola saat di*passing* belum sempurna dan tepat kepengumpan, sehingga sering kali pengumpan kesulitan memberikan umpan ke *smasher*. Pemberian latihan permainan bola voli dirasa masih kurang bervariasi. Hal ini mengakibatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah masih kurang, maka diperlukan bentuk latihan *passing* bawah berpasangan untuk menambah kepekaan mengendalikan bola (antisipasi bola), untuk menyempurnakan kemampuan *passing*, memperhalus koordinasi, atlet dapat terbiasa membaca arah dari pantulan bola yang menarik dan tidak membosankan supaya atlet bersemangat dan termotivasi ketika mengikuti kegiatan latihan rutin bola voli. Pada akhirnya diharapkan tercapainya peningkatan kemampuan gerak atlet dalam bermain bola voli, terutama dalam tercapainya penguasaan teknik dasar yang baik.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada tanggal 18 April 2022 dapat dilihat bahwa atlet kurang optimal dalam melakukan *passing* bawah. Karena masih kurangnya variasi latihan *passing* bawah. *Passing* yang dilakukan tidak dapat mengontrol bola, bola tidak sampai ke toser bahkan hingga tidak dapat menerima *service* dari lawan.

Dari penjelasan di atas dikatakan bahwa kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri Padang Adios ini masih rendah. Faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan *passing* bawah dari atlet putri tersebut adalah bentuk latihan yang kurang tepat sehingga tim ini mengalami kendala untuk mendapatkan prestasi.

Berdasarkan uraian diatas penelitian dengan judul “Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawahatlet Bola voli PutriClubPadang Adios”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah latihan berpasangan berpengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bola voli putri *club* Padang Adios.
2. Atlet kurang sempurna dalam melakukan teknik dasar dengan baik terutama *passing* bawah.
3. Atlet melakukan *passing* bawah sering tidak tepat sasaran.
4. Beberapa atlet melakukan *passing* bawah dengan posisi lengan membengkok.
5. Pemberian bentuk latihan permainan bolavoli masih kurang bervariasi.

6. Belum diketahui Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bola voli Putri *Club Padang Adios*.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan perlu diberikan batasan agar tidak lepas dari inti masalah yang sebenarnya dan juga keterbatasan peneliti untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda sehingga ruang lingkup dari peneliti itu lebih jelas.

Adapun batasan masalah yang dimaksud adalah “Masih rendahnya atlet dalam melakukan teknik dasar *passing*bawah”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada peneliti ini perlu dirumuskan permasalahannya. Adapun perumusan masalah dalam peneliti ini sebagai berikut: “Apakah ada Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bola voli Putri *Club Padang Adios*”.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Metode Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola voli Pada Atlet Putri Padang Adios.

F. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya penelitian di atas, maka hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut.

1. Secara teoritis

Bagi pembaca untuk mengetahui bahwa ada Pengaruh Metode Latihan Berpasangan Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Bola voli Putri *Club* Padang Adios.

2. Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1) di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

b. Bagi Atlet Putri Klub Padang Adios

Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk menentukan metodelatihan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli pada atlet putri klub Padang Adios.

c. Bagi Pembina Klub Padang Adios

Sebagai masukan untuk menambah wawasan bagi pembina klub Padang Adios tentang pentingnya permainan bola voli guna memperoleh hasil yang maksimal.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan yang dapat dijadikan tambahan referensi serta untuk meningkatkan SDM dalam menjalani kehidupan selanjutnya.