

## ABSTRAK

### PENGARUH METODE RANGKAIAN LATIHAN DAN METODE RANGKAIAN BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH ATLET BOLAVOLI SMA NEGERI 8 PADANG

Oleh: AHMAD JUNAIDI, / 2011

Masalah dalam penelitian ini dikarenakan rendahnya kemampuan *passing* bawah atlet bolavoli SMA Negeri 8 Padang. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kemampuan *passing* bawah tersebut, diantaranya disebabkan oleh faktor metode latihan *passing* itu sendiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode rangkaian latihan dan metode rangkaian bermain terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bolavoli SMA Negeri 8 Padang.

Jenis penelitian adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini yaitu atlet bolavoli SMA Negeri 8 Padang, yang berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 20 orang atlet putra. Data dianalisis dengan statistik deskriptif dan inferensial dengan rumus uji t sampel berhubungan.

Berdasarkan analisis data hipotesis pertama diperoleh nilai t analisis atau  $t_{hitung}$  sebesar 6,33 lebih besar dari pada nilai  $t_{tabel}$  2,26. Artinya terdapat pengaruh secara signifikan metode rangkaian latihan terhadap kemampuan *passing* bawah. Hipotesis kedua diperoleh nilai t analisis atau  $t_{hitung}$  sebesar 5,33 lebih besar dari pada nilai  $t_{tabel}$  2,26 artinya terdapat pengaruh secara signifikan metode rangkaian bermain terhadap kemampuan *passing* bawah. Hipotesis ketiga diperoleh nilai t analisis atau  $t_{hitung}$  sebesar 2,85 lebih besar dari pada nilai  $t_{tabel}$  2,26. Artinya terdapat perbedaan pengaruh antara metode rangkaian latihan dan metode rangkaian bermain secara signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bolavoli SMA Negeri 8 Padang. Hasil analisis data menunjukkan bahwa dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah, metode rangkaian latihan lebih bagus diterapkan pada atlet bolavoli SMA Negeri 8 Padang.