

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH KEDINDING  
DAN LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN TERHADAP  
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI SMA NEGERI 1  
KAPUR IX**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Sebagai Syarat  
untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Sains (S.Si)*



Oleh

**MEIDRIKO FRANS TAURUS  
NIM. 1104718**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

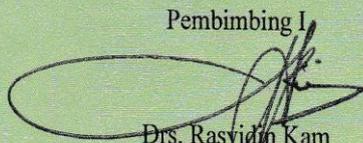
PERSETUJUAN SKRIPSI

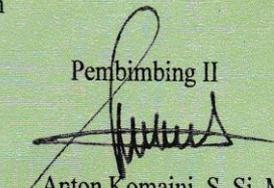
PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH KEDINDING  
DAN LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN TERHADAP  
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI SMA NEGERI 1  
KAPUR IX

Nama : Meidriko Frans Taurus  
NIM : 1104718  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2016

Disetujui Oleh

Pembimbing I  
  
Drs. Rasyidh Kam  
NIP. 195112141981031002

Pembimbing II  
  
Anton Komaini, S. Si, M. Pd  
NIP. 19860712 2010121008

Mengetahui  
Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi

  
Dr. Wilda Welis, SP. M. Kes  
NIP. 19700512199032001



## PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Judul** : Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Kedinding dan  
Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Kemampuan  
*Passing* Bawah Bolavoli SMA Negeri 1 Kapur IX

Nama : Meidriko Frans Taurus

NIM : 1104718

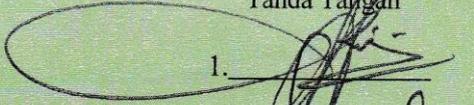
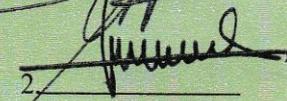
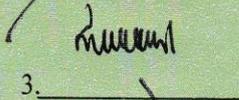
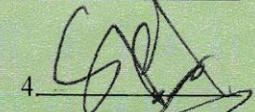
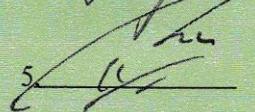
Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2016

### Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Rasyidin Kam	1. 
2. Sekretaris	: Anton Komaini, S. Si, M. Pd	2. 
3. Anggota	: Prof. Dr. Gusril. M. Pd	3. 
4. Anggota	: M. Sazeli Rifki, S.Si. M. Pd	4. 
5. Anggota	: Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd, M. Pd	5. 

## ABSTRAK

### **Meidriko Frans Taurus (2016) : Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Kedinding dan Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli SMA Negeri 1 Kapur IX**

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *passing* bolavoli SMA Negeri 1 Kapur IX. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *passing* bawah kedinding dan latihan *passing* bawah berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli SMA Negeri 1 Kapur IX.

Jenis penelitian adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler Bolavoli di SMA Negeri 1 Kapur IX yang berjumlah 26 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian berjumlah 18 orang siswa putra. Teknik pengambilan data kemampuan *passing* bawah digunakan *Russel Lange Volleyball Tase*. Data dianalisis dengan Uji statistik yang digunakan adalah uji beda rerata hitung (*t-test*) pada taraf signifikansi  $\alpha = 0.05$

Hasil analisis menyatakan bahwa : 1) Latihan *passing* bawah kedinding memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMA Negeri 1 Kapur IX, yang dibuktikan dengan nilai  $t_{hitung} (11.446) > t_{tabel} (2.306)$ , 2) Latihan *passing* bawah berpasangan memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMA Negeri 1 Kapur IX, yang dibuktikan dengan nilai  $t_{hitung} (14.417) > t_{tabel} (2.306)$ , 3) Latihan *passing* bawah berpasangan memberikan pengaruh yang lebih baik dari latihan *passing* bawah kedinding terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMA Negeri 1 Kapur IX, yang dibuktikan dengan nilai  $t_{hitung} (2.314) > t_{tabel} (2.306)$ .

**Kata Kunci : *Passing* Bawah Kedinding, *Passing* Bawah Berpasangan, *Passing* Bawah Bolavoli**

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunian-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : **“Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Kedinding dan Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli SMA Negeri 1 Kapur IX”**. Penulisan skripsi ini merupakan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Sains (S.Si) pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Syafrizar, M. Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Dr. Wilda Wellis, SP. M. Kes. Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Rasyidin Kam pembimbing I, dan Anton Komaini, S. Si, M. Pd, pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Prof. Dr. Gusril. M. Pd, M. Sazeli Rifki, S.Si. M. Pd, dan Fahd Mukhtarsyaf, S. Pd, M. Pd , tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala SMA Negeri 1 Kapur IX, yang telah memberikan izin penelitian.
7. Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX, yang telah membantu dalam penelitian.
8. Teman-teman sesama mahasiswa FIK UNP yang telah membantu dalam penelitian ini

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

**Padang, Agustus 2016**

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	8
1. Permainan Bolavoli .....	8
2. <i>Passing</i> Bawah .....	11
3. Latihan.....	14
4. Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding .....	17
5. Latihan <i>Passing</i> Berpasangan .....	18
B. Kerangka Konseptual .....	19

C. Hipotesis.....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
C. Desain Penelitian .....	22
D. Populasi dan Sampel.....	23
E. Defenisi Operasional.....	24
F. Jenis Data dan Sumber Data.....	25
G. Penyusunan Jadwal Latihan dan Program Latihan.....	26
H. Instrumen Penelitian.....	26
I. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil penelitian.....	30
B. Pembahasan.....	40
C. Keterbatasan Penelitian .....	44
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Rancangan Penelitian .....	23
2. Populasi Penelitian .....	24
3. Deskripsi Data Penelitian .....	30
4. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Passing</i> Sebelum Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding .....	31
5. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Passing</i> Sesudah Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding .....	32
6. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Passing</i> Sebelum Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan .....	34
7. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan <i>Passing</i> Sesudah Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan .....	35
8. Uji Normalitas Data Penelitian .....	36
9. Homogenitas Varians Data Penelitian .....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan Bolavoli .....	10
2. Sikap Awal Melakukan <i>Passing</i> Bawah .....	12
3. Posisi Tangan dan Bola Saat Melakukan Gerakan <i>Passing</i> Bawah.....	13
4. Gerakan Lanjutan Saat Melakukan <i>Passing</i> Bawah .....	13
5. Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding.....	18
6. Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan .....	19
7. Kerangka Konseptual .....	20
8. Dinding Tembok Untuk Melaksanakan <i>Repeated Volleys Test</i> .....	27
9. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Sebelum Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding.....	32
10. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Setelah Latihan <i>Passing</i> Bawah Kedinding.....	33
11. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Sebelum Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan .....	34
12. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Sesudah Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program latihan <i>passing</i> bawah kedinding dan latihan <i>passing</i> bawah berpasangan .....	89
2. Program Latihan Teknik <i>Passing</i> bawah Kedinding.....	50
3. Program Latihan Teknik <i>Passing</i> Bawah Berpasangan.....	52
4. Data Awal Penelitian ( <i>Pre-Test</i> ).....	54
5. Rangking Data Awal Dari yang Tertinggi ke Terendah.....	55
6. Data Awal ( <i>Pre-Test</i> ) Setelah <i>Meaching</i> .....	56
7. Data Akhir Penelitian ( <i>Post-Test</i> ).....	57
8. Uji Normalitas Data .....	58
9. Uji Homogenitas .....	62
10. Uji Hipotesis .....	64
11. Tabel-tabel Nilai-nilai Dalam Distribusi "t" .....	70
12. Tabel <i>95TH Percentilel Of The "F" Distribution</i> .....	71
13. Daftar Luas di Bawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke z .....	72
14. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Liliefors</i> .....	73
15. Dokumentasi Penelitian .....	74

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan sesuatu kegiatan yang penting dalam usaha membina kesehatan, kesegaran jasmani, dan rohani, karena kegiatan olahraga dalam pembinaan generasi muda di Indonesia dewasa ini mempunyai arti yang sangat penting, hal ini tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 4 berbunyi:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.

Berdasarkan kutipan diatas, jelas bahwa olahraga termasuk salah satu tujuan yang akan dicapai dalam usaha pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan upaya meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Melalui kegiatan olahraga kita diharapkan dapat menciptakan suatu penampilan sikap baru dari seluruh bangsa Indonesia dalam mengisi pembangunan. Pada akhirnya dapat diperoleh peningkatan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan daerah, nasional, dan ketahanan nasional secara umum. Menurut Syafruddin (1999: 14) :

Perkembangan dalam permainan bolavoli ditandai dengan penampilan pemain dan daya saing antar tim bolavoli didunia yang meningkat pesat, berbagai kejuaraan nasional maupun kejuaraan internasional menuntut pemain harus siap dengan latihan-latihan yang berat untuk memantapkan teknik maupun taktik agar dapat bermain lebih baik lagi pada kejuaraan-kejuaraan lainnya.

Salah satu cabang prestasi yang paling diminati dan dilaksanakan pengembangan dan pembinaan dari tingkat daerah sampai tingkat nasional adalah cabang bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga permainan beregu yang menuntut kerjasama tim. Dalam permainan bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemanin bolavoli. Menurut Erianti (2004: 103) ”teknik dasar dasar dalam permainan bolavoli meliputi: *service*, *passing*, umpan (*set-up*), smash (*spike*), dan juga *block* (bendungan)”. Teknik dasar ini adalah modal awal untuk dapat bermain bolavoli, apa bila tidak menguasai teknik dasar ini dengan baik, maka akan memungkinkan akan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar akan menguntungkan bagi tim lawan.

Berdasarkan kutipan diatas, salah satu teknik dasar yang sangat berperan penting dalam permainan bolavoli adalah *passing*. Menurut Yunus (1992: 79) “*passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan pada regu lawan. Sedangkan menurut Erianti (2004: 115) “*passing* merupakan teknik dalam permainan bolavoli yang tujuannya mengoperkan bola ke suatu tempat atau keteman sendiri dalam suatu regu, untuk selanjutnya dimainkan kembali dan dapat juga dikatakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Dari kutipan diatas dapat disimpulkan, *passing* merupakan satu teknik mengoper bola kepada teman satu tim (regu), *passing* juga merupakan modal awal untuk mengatur serangan dan bertahan. permainan bolavoli memiliki dua bentuk pembagian *passing*, yakni

*passing* atas dan *passing* bawah. Menurut Erianti (2004:127) menyatakan bahwa “*passing* atas merupakan elemen yang penting dalam permainan bolavoli. Penguasaan teknik *passing* atas yang baik akan menentukan keberhasilan suatu regu untuk membangun serangan dengan baik”. Dan *passing* bawah menurut Erianti (2004:115) yaitu: “*passing* bawah merupakan elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan (bola yang datangnya terlalu keras dan sulit dimainkan dengan *passing* atas, maka diambil dengan *passing* bawah). Di samping untuk mempertahankan juga sangat berperan untuk membangun serangan, *passing* bawah dapat berfungsi sama dengan *passing* atas”.

Dalam teknik dasar permainan bolavoli terutama pada *passing* bawah, karena *passing* bawah sangat berperan penting dalam mengatur serangan dan sebagai pertahanan dalam permainan bolavoli. Dalam permainan bolavoli teknik penggunaan *passing* bawah sangat penting itu perlunya program latihan *passing* bawah. *Pasing* bawah memiliki beberapa bentuk latihan yang dapat menunjang kemampuan *passing* bawah seorang pemain bolavoli. Beberapa jenis latihan tersebut telah dikembangkan oleh para ahli terdahulu hingga saat ini. Kurangnya penerapan latihan yang benar akan mengurangi kemampuan seorang pemain terhadap *passing* bawah dalam permainan tersebut. Hal ini dapat terjadi pada setiap pemain bolavoli baik pemain profesional maupun pemain pemula seperti tingkat sekolah.

Dalam pembinaan untuk meraih sebuah prestasi dalam permainan Bolavoli perlu didukung oleh kondisi fisik, teknik, taktik dan mental yang

baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Syafruddin (2011:57) bahwa "Keberhasilan prestasi yang ditunjukkan/ditampilkan seorang atlet dalam suatu kompetisi terutama ditentukan dan dipengaruhi oleh kemampuan atau potensi atlet itu sendiri secara terpadu, baik kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental". Oleh karena itu, untuk memenuhi prestasi atlet harus memiliki empat komponen prestasi yang baik, selain itu juga didukung oleh sarana dan prasaran yang memadai serta pelatih yang hebat.

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kapur IX merupakan sekolah yang telah berdiri dari 1995, karena usia sekolah ini kurang lebih 21 tahun. SMAN 1 Kapur IX sering mengikuti kegiatan-kegiatan turnamen terutama kegiatan turnamen bolavoli. Hal ini dapat peneliti lihat banyaknya turnamen-turnamen diikuti oleh sekolah tersebut diluar sekolah. Akan tetapi, prestasi Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kapur IX dicabang bolavoli belum memberikan hasil yang memuaskan karena dari beberapa pertandingan bolavoli yang mereka ikuti mereka belum mendapatkan juara bahkan sering gugur pada babak awal, seperti mengikuti Popda tahun 2014, SMA Negeri 1 Kapur IX hanya masuk sampai babak penyisihan, pada tahun 2015 SMA Negeri 1 Kapur IX mengikuti pertandingan Bupati CUP hanya masuk 16 besar, pada tahun 2016 SMA Negeri 1 Kapur IX mengikuti pertandingan O2SN tingkat Kabupaten hanya masuk babak penyisihan.

Berdasarkan pengamatan peneliti dilapangan dan menurut hasil wawancara langsung dengan guru Penjasorkes Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kapur IX, hal ini disebabkan karena kemampuan *passing* para

siswanya terutama *passing* bawah masih rendah, hal ini dapat dilihat pada pertandingan bolavoli dimana barisan pertahanan pemain SMA tersebut sering melakukan kesalahan *passing* membuat Tim SMAN 1 Kapur IX sering mengalami kegagalan dalam bertanding.

Dari hasil pertandingan yang di ikuti oleh SMA Negeri 1 Kapur IX, prestasi olahraga Bolavoli mengalami penurunan. Oleh sebab itu, untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pemain, maka perlu diberikan program latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Dari pandangan peneliti bentuk latihan yang dapat diberikan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah para siswa adalah dengan latihan *passing* bawah kedinding dan latihan *passing* bawah berpasangan.

Hal ini diharapkan dapat memberi pengaruh berarti terhadap kemampuan *passing* bawah siswa dengan tujuan siswa dapat mengorientasikan keadaan pemain yang sebenarnya. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan Judul “**Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Kedinding dan Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Bolavoli Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Latihan *passing* bawah kedinding mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.

2. Latihan *passing* bawah berpasangan mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.
3. Kondisi fisik mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.
4. Teknik mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.
5. Taktik mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli
6. Mental mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli
7. Sarana dan prasarana mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.
8. Pelatih mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli.

### **C. Pembatasan masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, agar penelitian ini lebih terfokus dan terarah penulis membatasi penelitian ini yaitu “Perbedaan Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Kedinding dan Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Bolavoli Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX”.

### **D. Perumusan masalah**

1. Apakah terdapat pengaruh latihan *passing* bawah kedinding terhadap kemampuan *passing* bawah Bolavoli Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX ?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah Bolavoli Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX ?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh latihan *passing* bawah kedinding dan *passing* bawah berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah Bolavoli Siswa SMA Negeri 1 Kapur IX ?

### **E. Tujuan penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* kedinding terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Kapur IX.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Kapur IX.
3. Bentuk latihan mana yang lebih baik antar latihan *passing* bawah kedinding dan berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli SMAN 1 Kapur IX.

### **F. Mafaat Penelitian**

Adapun mafaat penelitian ini adalah sebagai :

1. Bagi penulis sebagai salah satu syarat untuk memenuhi dalam memperoleh gelar Sarjana sains di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bagi pelatih untuk mengetahui sejauh mana pengaruh latihan *passing* bawah kedinding dengan latihan *passing* bawah berpasangan terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli.
3. Sebagai motivasi bagi atlet untuk berprestasi lebih tinggi.
4. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai bahan referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan sebagaibahan penelitian lebih lanjut.
5. Dapat member informasi serta menjadi sumbangan bagi ilmu pengetahuan dan bagi para peneliti.