

**PERBEDAAN BENTUK LATIHAN PASSING ATAS LANGSUNG DAN
TIDAK LANGSUNG TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA TIM PORPROV XII
BOLAVOLI PUTRI KAB. LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai salah satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**FENNI GUSMAN
NIM. 14275**

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRAK

Fenni Gusman, (2013). Perbedaan Bentuk Latihan *Passing* Atas Langsung dan Tidak Langsung Terhadap Kemampuan *Passing* Atas dalam Permainan Bolavoli Pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota

Masalah penelitian ini masih rendahnya kemampuan *passing* atas pada tim bolavoli PORPROV XII putri Kab. Lima Puluh Kota. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan bentuk latihan *passing* atas langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas pada tim PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota.

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen, yang dilakukan terhadap atlit pada tim PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota, dimulai 9 Oktober 2012 sampai dengan 4 November 2012. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlit PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota yang berjumlah 12 orang. Sedangkan sampel penelitian ini adalah atlit PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota yang berjumlah 12 orang terdiri dari 6 orang kelompok latihan *passing* atas langsung dan 6 orang kelompok latihan *passing* atas tidak langsung yang diberikan perlakuan 16 kali pertemuan. Untuk mengetahui kemampuan *passing* atas atlit PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota penelitian ini menggunakan *AAHPER Face Wall Volley Test*.

Data yang telah terkumpul digunakan untuk menguji hipotesis dengan uji t. Sebelum uji t terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan statistik uji t yaitu t hitung $(3,81) > t$ tabel $(2,57)$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara latihan *passing* atas langsung dan latihan *passing* atas tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas atlit PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota.

Kata kunci :Latihan *Passing* Atas langsung, Latihan *Passing* Atas Tidak Langsung, Kemampuan *Passing* Atas.

KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Perbedaan Bentuk Latihan Passing Atas Langsung dan Tidak Langsung Terhadap Kemampuan Passing Atas dalam Permainan Bolavoli Pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota”**.

Dalam menyelesaikan skripsi ini tak terlepas dari bantuan, bimbingan dan kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd, selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP) yang telah memberikan fasilitas pada penulisan dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, yang telah memberikan motivasi dalam skripsi ini.
3. Bapak Drs. Hermanzoni, M. Pd selaku pembimbing I dan sekaligus sebagai Penasehat Akademik yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peneliti hingga selesai penulisan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M. Pd selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Drs. Syafrizar, M. Pd, Bapak Dr. Ishak Aziz, M. Pd dan Bapak Padli S. Si, M. Pd selaku dosen penguji yang telah membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Bapak Wirianto, S.Sos selaku ketua harian Pengkab PBVSI Lima Puluh Kota serta Bapak Ismail, S.Pd, M.Pd, Bapak Isbendral S.Pd dan Bapak Agus Rizal selaku pelatih tim PORPROV XII bolavoli Kab. Lima Puluh Kota, yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian sehingga selesainya penulisan skripsi ini.
7. Atlit Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Sahabat dan teman-teman mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan dorongan dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Teristimewa kepada keluarga besar yang telah memberikan dukungan moril maupun materil serta do'a yang selalu mengiringi kegiatan ini.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-Nya serta berguna bagi yang membaca.

Padang, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR GRAFIK.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Landasan Teori.....	11
1. Permainan Bolavoli	11
2. Latihan.....	13
3. <i>Passing</i> Atas.....	16
4. Bentuk-bentuk Latihan <i>Passing</i> Atas.....	19
5. Latihan <i>Passing</i> Atas Langsung.....	20
6. Latihan <i>Passing</i> Atas Tidak Langsung	22
B. Kerangka Konseptual	26
C. Hipotesis	27
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Rancangan Penelitian.....	28
C. Populasi dan Sampel	29

D. Jenis dan Sumber Data.....	30
E. Defenisi Operasional.....	31
F. Tempat dan Waktu Penelitian	32
G. Rencana Penelitian	32
H. Pelaksanaan Perlakuan.....	32
I. Validitas Rancangan Penelitian.....	34
J. Instrumen Penelitian.....	35
K. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	41
B. Pengujian Persyaratan Analisis	46
C. Pengujian Hipotesis	47
D. Pembahasan	48
E. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Kelebihan Dan Kekurangan Kedua Bentuk Latihan.....	25
2. Bagan Kerangka Konseptual.....	27
3. Populasi Penelitian.....	29
4. Sampel Penelitian.....	30
5. Daftar Tenaga Pelaksanaan Tes	38
6. Deskripsi Data Eksperimen 1 dan Eksperimen 2.....	41
7. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Pre test Passing</i> Atas Langsung.....	42
8. Distribusi Frekuensi Hasil <i>Pre test Passing</i> Atas Tidak Langsung.....	43
9. Hasil Post test <i>Passing</i> Atas Langsung.....	44
10. Hasil Post test <i>Passing</i> Atas Tidak Langsung.....	45
11. Pengujian Normalitas Data.....	47
12. Perbandingan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} kemampuan <i>passing</i> atas bolavoli..	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Teknik <i>Passing</i> Atas	17
2. Bentuk Latihan <i>Passing</i> Atas Langsung	21
3. Bentuk latihan <i>Passing</i> Atas Tidak Langsung	23
4. AAPHER Face Wall Volley Test.....	37
5. Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota	74
6. Pelaksanaan <i>Pre Test</i>	74
7. Latihan <i>Passing</i> Atas Langsung.....	75
8. Latihan <i>Passing</i> Atas Tidak Langsung	75
9. Pelaksanaan <i>Post Test</i>	76
10.Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota	76

DAFTAR GRAFIK

1. Histogram Frekuensi Hasil <i>Pre Test Passing</i> Atas Langsung	
(Eksperimen 1)	43
2. Histogram Frekuensi Hasil <i>Pre Test Passing</i> Atas Tidak Langsung	
(Ekperimen 2)	44
3. Histogram Frekuensi Hasil <i>Post Test Passing</i> Atas Langsung	
(Eksperimen 1)	45
4. Histogram Frekuensi Frekuensi Hasil <i>Post Test Passing</i> Atas Tidak Langsung	
(Eksperimen 2)	46

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	57
2. Program Latihan Teknik Bentuk Latihan <i>Passing</i> Atas Langsung Dan Bentuk Latihan <i>Passing</i> Atas Tidak Langsung	59
3. Blangko Nama Teste.....	64
4. Blangko Data <i>Pre Test</i>	65
5. Hasil Perangkingan.....	66
6. Blangko Data <i>Post Test</i>	67
7. Data <i>Pre test</i> dan <i>Post Test</i>	68
8. Deskripsi Data.....	69
9. Uji Normalitas dengan <i>Uji Liliefors</i>	70
10. Uji Hipotesis	72
11. Foto Penelitian	74
12. Surat Izin Penelitian	
13. Surat Keterangan Pengurus PBVSI Kab. Lima Puluh Kota	
14. Surat Keterangan Alat Penelitian	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Usaha bangsa Indonesia untuk mencapai prestasi tinggi dalam olahraga dirasakan semakin meningkat, hal ini dapat dibuktikan dengan semakin besarnya perhatian masyarakat dan pemerintah terhadap bidang olahraga akhir-akhir ini. Meskipun belum maksimal, prestasi olahraga yang telah diukir para atlit Indonesia di kancah internasional telah mengangkat harkat dan martabat Bangsa Indonesia di mata dunia sehingga membangkitkan rasa bangga yang sebesar-besarnya dalam diri setiap Bangsa Indonesia.

Dalam UU RI NO 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 1 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional dinyatakan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional”. Berdasarkan bunyi pasal di atas, diketahui bahwa pembinaan olahraga untuk berprestasi dapat dilakukan dari berbagai tingkatan, mulai dari daerah, nasional, dan internasional. Partisipasi dari berbagai kalanganlah yang dapat memajukan prestasi olahraga.

Dalam UU RI NO 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 4 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional dinyatakan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan

olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan". Berdasarkan buniyi pasal di atas, diketahui cara pembinaan olahraga salah satunya dapat dilakukan dengan menyelenggarakan kompetisi secara berkelanjutan. Di Indonesia, khususnya di Sumatera Barat telah dilakukan pembinaan prestasi olahraga berbentuk kompetisi dalam berbagai tingkatan usia. Salah satunya diadakan PORDA (PEKAN OLAHRAGA DAERAH) kemudian pada tahun 2006 berganti nama menjadi PORPROV (PEKAN OLAHRAGA PROVINSI).

Dalam PORPROV ini, pemerintah kota dan kabupaten memilih atlit terbaik dari daerahnya. Oleh karena itu, penting dilakukan seleksi berdasarkan kriteria per cabang olahraga. Bolavoli merupakan salah satu cabang yang dipertandingkan pada PORPROV sehingga pemerintah kota dan kabupaten harus dapat memilih atlit bolavoli terbaiknya demi memperoleh gelar juara.

Ide permainan bolavoli menurut Blume (2004: 4) :

"Ide permainan mulai dari pukulan bola dalam petak service ke daerah lawan melewati pita atas net. Regu yang lain menerima bola dan mencoba untuk mengembalikannya. Setiap regu berusaha untuk memainkan bola bagaimana supaya bola tersebut mati di daerah lawan atau tidak dapat mengembalikannya lagi, sehingga diperoleh angka atau kesempatan melakukan service. Berdasarkan kenyataan, bahwa bola tidak boleh menyentuh lantai, karena itu diperlukan teknik khusus untuk memainkan bola".

Berdasarkan ide permainan bolavoli di atas, dapat dikemukakan bahwa dalam olahraga bolavoli ini dibutuhkan suatu teknik khusus dalam mematikan bola di

petak lawan. Dengan demikian, tentu saja tim bolavoli PORPROV yang tujuan utama adalah prestasi tertinggi harus memperhatikan ide permainan bolavoli tersebut.

Agar dapat berprestasi tertinggi, yang harus diperhatikan dan mempengaruhi prestasi dalam bolavoli adalah kemampuan fisik, teknik, taktik, dan kemampuan psikis, Syafruddin (2004:12). Di dalam permainan bolavoli juga diperlukan kondisi fisik yang baik, kondisi fisik merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi dalam usaha meningkatkan prestasi atlit. Adapun teknik-teknik yang harus dikuasai pada permainan bolavoli yaitu *passing atas, passing bawah, service, smash dan block*.

Diantara teknik yang ada *passing* atas merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bolavoli. Teknik ini, bukan hanya harus di kuasai oleh pengumpan, namun juga harus dikuasai oleh anggota tim lainnya, bola servis yang datang dari lawan tidak bisa dijamin 100% dapat diambil dan dipassingkan ke seorang pengumpan dengan tepat dan akurat, apa lagi jika penerimaan *receive* yang buruk dan bola menjadi sangat jauh dari jangkauan pengumpan, maka pemain bolavoli yang dekat dengan bola tersebut dituntut harus dapat menjadi pengganti seorang pengumpan dalam mengatur sebuah serangan, dengan cara menggunakan *passing* atas sebagai umpan terbaik kepada *smasher* agar bola mati di petak lawan. *Passing* atas digunakan karena dalam permainan bolavoli teknik yang sangat dipercaya akurat mengoperkan bola adalah teknik *passing* atas. Jadi, dalam hal ini *passing* atas

tidak hanya harus dikuasai oleh seorang pengumpan namun juga harus dikuasai oleh seluruh anggota yang ada di dalam permainan tersebut, agar dapat mengatur pola-pola serangan dan pola-pola pertahanan yang banyak ditentukan oleh keakuratan pemain dalam mempassing bola yang akan diberikan kepada *smasher*.

Karena pentingnya penguasaan teknik *passing* atas yang termasuk sebagai penentu berprestasinya sebuah tim bolavoli, maka perlu diadakan latihan secara bersungguh-sungguh dan terus menerus. Maka dari itu dibutuhkan suatu latihan agar dapat memaksimalkan *passing* atas ini. Latihan adalah suatu proses yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dan kian hari jumlah bebannya semakin bertambah, Harsono (1988:20). Menurut Annarino dalam Syafruddin (1999) “latihan merupakan proses tindakan kompleks dan mempunyai tujuan untuk suatu rencana tertentu yang pengaruhnya berorientasi pada peningkatan prestasi”. Dalam latihan *passing* atas ada beberapa bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas. Bentuk latihan *passing* atas ada dua yaitu latihan sendiri dan latihan berkelompok atau berpasangan”. Latihan berpasangan atau berkelompok yaitu:

- 1) Latihan *passing* atas langsung berhadapan antara A dan B.
- 2) Latihan *passing* atas tidak langsung ke dinding secara begantian.
- 3) Latihan *passing* atas berbentuk segitiga.
- 4) Latihan *passing* atas dengan 2 kali sentuhan.

Bentuk latihan *passing* atas tersebut sangat membantu dalam meningkatkan kemampuan *passing* atas, dari keempat bentuk latihan diatas yang ingin diteliti adalah bentuk latihan *passing* atas langsung dan tidak langsung. Latihan *passing* atas langsung adalah dua anak secara langsung melakukan *passing* atas hanya dengan memainkan bola satu kali kemudian langsung dikembalikan kepada temannya, Kleinmann (1992:42). Sedangkan latihan *passing* atas tidak langsung adalah berpasangan dua anak bergantian melakukan *passing* atas ke dinding.

Selain dari teknik, ada 2 faktor yang penting menunjang keberhasilan atlit dalam bermain bola voli yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*, faktor internal yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, mental sedangkan faktor *eksternal* yaitu adanya motivasi yang didapat oleh atlit, adanya kecukupan gizi atlit, adanya sarana dan prasarana yang memadai, adanya latar belakang pendidikan pelatih yang baik, serta adanya dukungan dari orang tua atlit. Jika faktor penunjang tersebut tidak ada, maka akan sulit bagi atlit untuk dapat berprestasi secara optimal maka dari itu faktor di atas tidak bisa dianggap menjadi hal yang sepele.

Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota merupakan tim yang dikenal sebagai tim yang cukup kuat di Provinsi Sumatera Barat, namun dalam beberapa kali PORPROV tim ini mengalami penurunan prestasi dan belum pernah menjadi juara atau peringkat pertama. Seperti:

1. Pada PORDA IX tahun 2004 di Kab Solok, Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota meraih medali perak yaitu sebagai juara 2.
2. Pada PORPROV X tahun 2006 di Kota Sijunjung, Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota meraih medali perunggu yaitu sebagai juara 3.
3. Pada PORPROV XI tahun 2010 di Kab.Dharmasraya, Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota meraih peringkat 4 (semi final).

Data di atas diambil pada bulan Maret tahun 2012 yaitu sebelum dilaksanakannya PORPROV XII tanggal 12 Desember tahun 2012, sedangkan penelitian dilakukan pada tanggal 9 Oktober 2012 sampai 4 November 2012 dan pada saat peneliti melakukan penelitian ini diberikan program latihan passing atas terhadap keseluruhan atlit dan hasilnya berpengaruh terhadap peningkatan prestasi Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota yaitu pada bulan Desember PORPROV XII dilaksanakan Tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota memperoleh juara 1 sebagai peraih medali emas.

Berdasarkan data sebelum PORPROV XII dilaksanakan dapat diketahui adanya penurunan prestasi tim PORPROV bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota. Begitu juga dilihat pada saat TC (Training Centre), tim ini yang sedang mempersiapkan diri sebagai tim PORPROV XII bolavoli putri Kab. Lima Puluh Kota dan sekaligus akan menjadi tuan rumah di Kab. Lima Puluh Kota, masih mengalami kesulitan dalam mematikan bola di petak lawan,

dikarenakan teknik *passing* atas yang dapat dimanfaatkan sebagai receive dan sebagai umpan dalam penyerangan tidak termaksimalkan pelaksanaannya dengan baik. Pada saat anggota tim buruk dalam mereceive bola servis, yang menyebabkan bola jauh melenceng dari pengumpan, anggota yang lain tidak dapat mengantisipasi dengan menjadi seorang pengumpan dan memberikan umpan yang baik kepada smasher dengan teknik *passing* atas yang lebih akurat, hal ini menyebabkan tim sulit dalam mengatur sebuah serangan dan sulit mematikan bola di petak lawan.

Dalam hal ini dapat terlihat dengan jelas bahwa pelaksanaan *passing* atas dari tim PORPROV ini yang belum baik dan pengamatan penulis mungkin faktor yang menyebabkan kurangnya kemampuan *passing* atas dari tim ini adalah bentuk latihan yang kurang tepat sehingga tim ini mengalami kendala untuk dapat berprestasi dan menjadi juara. Berdasarkan masalah di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti dengan dua bentuk latihan *passing* atas yang berjudul: **“Perbedaan Bentuk Latihan Passing Atas Langsung dan Tidak Langsung Terhadap Kemampuan Passing Atas dalam Permainan Bolavoli Pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota ”.**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi dengan dua faktor yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*, pada faktor internal yaitu kondisi fisik atlit

dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, bentuk latihan *passing* atas langsung dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, bentuk latihan *passing* atas tidak langsung dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, adanya perbedaan bentuk latihan *passing* atas secara langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota.

Faktor eksternalnya yaitu motivasi dari luar yang diperoleh atlit dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, sarana dan prasarana dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, latar belakang pendidikan pelatih dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota serta dukungan dari orang tua dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota.

C. Pembatasan Masalah

Banyak faktor yang diduga dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota,

maka agar penelitian ini lebih terfokus dan terarah penulis membatasi penelitian ini, yaitu: “Perbedaan bentuk latihan *passing* atas langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota”.

D. Perumusan Masalah

Dari latar belakang masalah, identifikasi, dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dibuat suatu perumusan masalah, yakni: “Apakah terdapat perbedaan antara bentuk latihan *passing* atas langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bolavoli pada tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan penelitian yang diajukan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui perbedaan bentuk latihan *passing* atas langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota”.

F. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat berguna:

1. Sebagai persyaratan bagi peneliti untuk memperoleh gelar sarjana (S1) di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai masukan bagi pelatih Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota.

3. Sebagai masukan bagi atlet Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota.
4. Sebagai bahan bacaan dan referensi di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Sebagai khasanah ilmu pengetahuan dan bahan masukan bagi peneliti selanjutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka hipotesis dapat diterima yaitu terdapat perbedaan hasil latihan *passing* atas langsung dan latihan *passing* atas tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota yaitu (3,81) dari hasil pengujian hipotesis.

B. Saran

1. Kepada para atlit disarankan menggunakan latihan *passing* atas langsung untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas pada permainan bolavoli.
2. Kepada para pelatih hendaknya memberikan latihan *passing* atas dengan takaran yang sama dengan teknik bolavoli lainnya kepada seluruh atlit, jangan terfokus memberikan latihan *passing* atas kepada pengumpan saja, agar seluruh atlit siap menjadi pengganti seorang pengumpan manakala bola jauh dari seorang pengumpan.
3. Penelitian ini terbatas pada Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota, oleh sebab itu bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan variabel lain yang belum diteliti, pada atlit bolavoli lainnya yang lebih banyak sampel, waktu penelitian yang lebih lama dan program latihan yang lebih baik agar kemampuan

passing atas Tim PORPROV XII Bolavoli Putri Kab. Lima Puluh Kota lebih meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1996). *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Bachtiar, (1999). *Pengetahuan dasar permainan bola voli*. Padang : FIK Universitas Negeri Padang.
- Beutelstahl, Dieter. (2003). *Belajar Bermain Bola volley*. Bandung : CV . Pioner Jaya.
- Blume,Guntur.(2004).*permainan bola voli(training, teknik,taktik)*. DIP Universitas Negeri Padang.
- Erianti. 2004. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FIK UNP.
- Gani, Erizal. (2011). *Komponen-komponen Karya Tulis Ilmiah Teori dan Terapan*. Padang. UNP PRESS.
- Irawadi, Hendri. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Isparjadi (1998). *Statistik Pendidikan*. Jakarta : Depdikbud. Dirjen PT P2LPT.
- Maidarman .(2005). *Ilmu Melatih Dasar*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Suharno HP, 1979, *Dasar-dasar Permainan Bola Volley*, Semarang : FPOK.
- Surya. 2010. “*Permainan Bolavoli*”. www.blog.com diakses pada tanggal 28 Mai 2012.
- Syafruddin, (2004). *Bola Voli*. Padang: UNP Press.
- Syafruddin, (1999). *Dasar-dasar kepelatihan olahraga*. Padang: DIP prpyek Universitas Negeri Padang.
- Syafruddin, (2012). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Theo Kleinmann dan Dieter Kruber. (1984). *Bola Volley Pembinaan Tehnik-tehnik dan Kondisi*. Jakarta: PT.Gramedia.
- Undang-undang RI No. 3. (2005) dan Peraturan Pemerintah RI (2007). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.
- UNP (2008). *Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi Universitas Negeri Padang*. Padang: UNP