

**PENGARUH METODE *DRILLS GAME LIKE SITUATIONS* TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* ATAS PADA ATLET BOLA VOLI PUTRA SMA
NEGERI 1 RAMBAH PASIR PENGARAIAN**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Olahraga di
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*



OLEH :

**RIDHO PROBOWO
15089024**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2020**

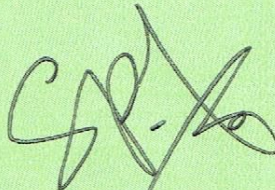
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Metode *Drill Game Like Situations* Terhadap Kemampuan Passing Atas Pada Atlet BolaVoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian
Nama : Ridho Probowo
NIM/BP : 15089024/2015
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2020

Disetujui Oleh :

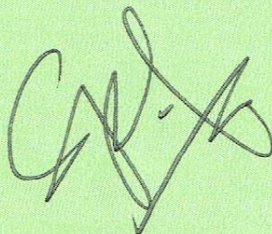
Pembimbing



Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200901 2 004

Mengetahui :

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M. Pd
NIP. 19790704 200901 2 004

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ridho Probowo
NIM : 15089024

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji

Program Studi Ilmu Keolahragaan

Jurusan Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

dengan judul

**PENGARUH METODE *DRILLS GAME LIKE SITUATIONS* TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* ATAS PADA ATLET BOLA VOLI PUTRA SMA
NEGERI 1 RAMBAH PASIR PENGARAIAN**

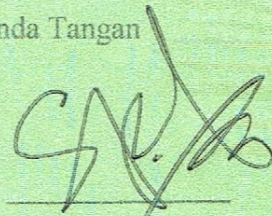
Padang, Februari 2020

Tim Penguji

Tanda Tangan

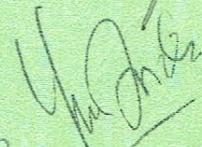
1. Ketua : Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd

1.



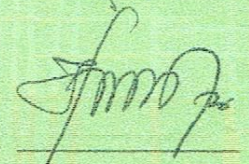
2. Anggota : Yogi Andria, S.Si, M.Or

2.



3. Anggota : Lucy Pratama Putri, S.Pd, M.Pd

3.



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya berupa tugas akhir skripsi dengan judul “Pengaruh Metode *Drill Game Like Situations* Terhadap Kemampuan Passing Atas Pada Atlet BolaVoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian”, adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah dituliskan 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 sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2020

Yang membuat pernyataan



Ridho Probowo
NIM/BP. 15089024 / 2015

ABSTRAK

RIDHO PROBOWO. 2020. “Pengaruh Metode *Drills Game Like Situations* Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Pada Atlet Bolavoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian”. *Skripsi*. Padang: Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan *passing* atas pada atlet bolavoli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode *drills game like situations* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bolavoli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen. Populasi penelitian adalah atlet putra bolavoli SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian yang berjumlah 25 orang. Teknik penarikan sampel penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu berdasarkan tujuan tertentu yaitu 12 orang. Teknik analisa data menggunakan teknik analisis uji t.

Hasil penelitian menunjukkan $t_{hitung} 11,36 > t_{tabel} 1,79$, yang artinya terdapat pengaruh latihan metode *drill game like situations* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bolavoli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.

Kata kunci : *Kemampuan Passing Atas, Drill Game Like Situation.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul **“PENGARUH METODE *DRILL GAME LIKE SITUATION* TERHADAP KEMAMPUAN PASSING ATAS PADA ATLET BOLAVOLI PUTRA SMA NEGERI 1 RAMBAH PASIR PENGARAIAN”**.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pembuatan dan penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan bantuan yang sangat mendukung dari banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Ganefri, M.Pd, Ph, D Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Padang pada Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberi peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas ini.
3. Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, sekaligus pembimbing skripsi yang juga telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Hastria Effendi, M.Farm., Apt., AIFO sebagai Pembimbing Akademik yang telah membantu proses perkuliahan ini.
5. Yogi Andria, S.Si., M.Or dan Lucy Pratama Putri, S.Pd., M.Pd selaku penguji dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan, dan koreksi dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kedua orang tua tercinta (Wal'asri dan Sapariani), dan Saudara-Saudara seperjuangan yang selalu memberikan motivasi serta dukungan moril dan materil.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Rekan-rekan mahasiswa se angkatan 2015 dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu, semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh serta diridhoi oleh Allah SWT dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2020

Ridho Probowo
NIM. 15089024/2015

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teoretis	10
1. Permainan Bolavoli.....	10
a. Fasilitas dan Perlengkapan	10
b. Peraturan permainan bolavoli.....	12

c. Teknik dasar permainan bolavoli.....	12
2. Kemampuan passing bolavoli	13
3. Metode latihan.....	15
a. Pengertian latihan	17
b. Prinsip-prinsip dasar latihan	18
c. Intensitas latihan	26
d. Volume latihan	26
e. Lamanya latihan.....	27
f. Frekuensi latihan	27
g. Latihan pembentukan teknik	29
4. Latihan Drill	30
a. Penerapan metode drill dalam latihan.....	31
b. Tujuan penggunaan metode drill	33
c. Kelebihan metode drill dalam latihan	33
d. Latihan <i>Drills Like Game Situation</i>	33
e. Macam-macam latihan <i>Drill Game Like Situation</i>	34
B. Kerangka Konseptual.....	42
C. Hipotesis	43

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	44
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	45

C. Populasi dan Sampel	45
1. Populasi.....	45
2. Sampel	45
D. Defenisi Operasional Variabel.....	46
E. Prosedur Penelitian	47
F. Instrumen Penelitian.....	48
1. Instrumen	48
2. Pelaksanaan Penelitian.....	51
G. Teknik Pengumpulan Data	52
H. Teknik Analisis Data	52

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	54
1. Hasil <i>Pre Test Passing</i> Atas Pada Permainan BolaVoli Atlet SMA Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	54
2. Hasil <i>Post Test Passing</i> Atas Pada Permainan BolaVoli Atlet SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	56
B. Uji Persyaratan Analisis.....	58
1. Data Uji Normalitas Kemampuan <i>Passing Atas</i>	58
2. Uji Hipotesis.....	59
C. Pembahasan.....	60

1. Terdapat Pengaruh Metode <i>Drill Game Like Situation</i> Terhadap Kemampuan <i>Passing</i> Atas Pada Atlet BolaVoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	60
---	----

BAB V. PENUTUP

1. Kesimpulan.....	65
2. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA.....	67
----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Norma Penilaian <i>Face Wall</i>	51
Tabel 2. Data <i>Pre Test Passing</i> Atas Permainan BolaVoli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian	55
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pre Test Passing Atas Permainan Bola Voli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	55
Tabel 4. Data <i>Post Test Passing</i> Atas Permainan BolaVoli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian	57
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Post Test Passing Atas Permainan BolaVoli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian	57
Tabel 6. Peningkatan Terhadap Pengaruh Metode <i>Drill Game Like Situations</i> Terhadap Kemampuan <i>Passing</i> Atas Pada Atlet BolaVoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian	60
Tabel 7. Data Mentah <i>Pre Test</i>	69
Tabel 8. Data Mentah <i>Post Test</i>	70
Tabel 9. Uji normalitas dengan liliefors <i>pre test</i>	71
Tabel 10. Uji normalitas dengan liliefors <i>Post Test</i>	72
Tabel 11. Distribusi Frekuensi <i>Pre Test Passing</i> Atas.....	73
Tabel 12. Distribusi Frekuensi <i>Post Test Passing</i> Atas.....	74
Tabel 13. Rekapitulasi perbandingan <i>pre test</i> dan <i>post test passing</i> atas.....	75
Tabel 14. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standard Dari 0 Ke Z.....	78
Tabel 15. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors.....	79
Tabel 16. Nilai Kritik Sebaran <i>t</i>	80

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Ukuran Lapangan BolaVoli.....	11
Gambar 2. Bentuk Latihan <i>Passing</i> Atas BolaVoli.....	15
Gambar 3. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 1.....	34
Gambar 4. Latihan <i>Drill Game Like situation</i> 2.....	35
Gambar 5. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 3.....	36
Gambar 6. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 4.....	36
Gambar 7. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 5.....	37
Gambar 8. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 6.....	38
Gambar 9. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 7.....	38
Gambar 10. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 8.....	39
Gambar 11. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 9.....	40
Gambar 12. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 10.....	40
Gambar 13. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 11.....	41
Gambar 14. Latihan <i>Drill Game Like Situations</i> 12.....	42
Gambar 15. Lapangan untuk Tes <i>Passing</i> Atas.....	50
Gambar 16. Grafik Histrogram Distribusi Frekuensi Data <i>Pre Test Passing</i> Atas Permainan BolaVoli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	56
Gambar 17. Grafik Histogram Distribusi Frekuensi Data Post Test <i>Passing</i> Atas Permainan BolaVoli Atlet Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.....	56
Gambar 18. Salah satu <i>metode Drill Game Like Situations</i>	81
Gambar 19. Metode <i>Drill Game Like Situations</i>	81
Gambar 20. Metode <i>Drill Game Like Situations</i>	82
Gambar 21. Metode <i>Drill Game Like Situations</i>	82
Gambar 22. Metode <i>Drill Game Like Situations</i>	83
Gambar 23. Atlet Melakukan <i>Pre Test</i>	83
Gambar 24. Atlet Melakukan <i>Post Test</i>	84

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Data mentah <i>Pre Test</i>	66
Lampiran 2 Data mentah <i>Post Test</i>	67
Lampiran 3 Uji normalitas dengan liliefors <i>Pre Test</i>	68
Lampiran 4 Uji normalitas dengan liliefors <i>Post Test</i>	69
Lampiran 5 Cara Mencari Distribusi Frekuensi Pre Test <i>Passing Atas</i>	70
Lampiran 6 Cara Mencari Distribusi Frekuensi Post Test <i>Passing Atas</i>	71
Lampiran 7 Rekapitulasi perbandingan <i>pre test</i> dan <i>post test passing atas</i>	72
Lampiran 8 Langkah-Langkah Mencari Uji T	73
Lampiran 9 Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke Z	75
Lampiran 10 Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors	76
Lampiran 11 Nilai Kritik Sebaran <i>t</i>	77
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	78

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga dikembangkan oleh bangsa kita tidak hanya sekedar untuk memenuhi motto klasik yang berbunyi “*Mensana in corpore sano*”, dalam badan yang sehat terdapat jiwa yang sehat. Intisari konsep keolahragaan bangsa kita terletak pada pengertian pembangunan manusia Indonesia seutuhnya, manusia sebagai satu totalitas, yakni memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Olahraga merupakan bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan, dan prestasi optimal. Untuk mencapai sasaran tersebut, olahraga diberikan untuk memberikan sumbangan yang positif dan efektif bagi pertumbuhan nilai-nilai pokok manusia yang merupakan pendorong bagi terciptanya generasi muda sebagai tunas bangsa yang lebih baik, bertanggung jawab, disiplin, kuat jiwa, dan raga, serta berkepribadian.

Upaya untuk mengubah atau mematangkan sumber daya manusia salah satunya yaitu melalui pembinaan dengan kegiatan olahraga pada generasi muda. Olahraga ini terdiri dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi, olahraga amatir, olahraga profesional dan olahraga penyandang cacat. Tetapi dalam penelitian ini akan di bahas yaitu tentang olahraga pendidikan yang maksudnya adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh

pengetahuan, kepribadian, kemampuan, kesehatan, dan kebugaran jasmani siswa yang mengikuti kegiatan olahraga tersebut.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional BAB II, pasal 4 mengemukakan

“Keolahragan 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.”

Prestasi olahraga adalah puncak penampilan dari seorang olahragawan yang dicapai dalam suatu pertandingan/perlombaan, setelah melalui berbagai macam latihan maupun uji coba. Prestasi yang tinggi dapat di capai dalam perlombaan/pertandingan merupakan dambaan setiap atlet, selain itu prestasi tinggi dalam olahraga juga mempunyai arti penting bagi bangsa indonesia, karena dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Pengembangan olahraga disekolah juga dimuatkan dalam kurikulum, hal ini dimaksudkan agar kesegaran dan kebugaran tubuh siswa dapat menjadi lebih baik selain itu bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kurikulum tersebut adalah cabang olahraga bola voli. Dalam permainan bolavoli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bolavoli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Penguasaan teknik dasar yang sempurna menjadi dasar untuk mengembangkan prestasi permainan itu sendiri.

Penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu didalam pertandingan, disamping

unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Permainan bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Dengan menggunakan bola untuk di pantulkan (di-*volley*) di udara hilir mudik di atas net (jaring) dengan maksud untuk dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan dalam rangka mencari kemenangan. Mem-*volley* atau memantulkan bola ke udara dengan menggunakan tangan untuk menghasilkan pantulan yang sempurna. Permainan bola voli dapat dimainkan diluar ruangan (*outdoor*) dan juga dapat dimainkan di dalam ruangan (*indoor*).

Untuk menghasilkan permainan yang baik seseorang harus menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli seperti *passing* bawah, *smash*, *blocking* dan *passing* atas, serta memiliki kondisi fisik seperti kekuatan, kecepatan, kelenturan dan sebagainya. Teknik permainan bola voli yang di pelajari di sekolah sama dengan teknik yang diberikan pada orang dewasa dan hanya saja diberikan dalam bentuk-bentuk latihan yang disesuaikan dengan karakteristik anak sekolah yang senang bermain. Menurut Erianti (2011) “teknik-teknik dalam permainan bola voli meliputi: servis, *passing*, umpan (*set-up*), *smash* (*spike*), dan bendungan (*block*).

Syafruddin (2011: 125-126) berpendapat bahwa yang dimaksud dengan teknik adalah “suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien”. Sesuai dengan pendapat ahli tersebut jelaslah bahwa penguasaan terhadap suatu teknik olahraga merupakan gambaran tingkat

kemampuan yang dimilikinya. Salah satu faktor yang sangat penting dalam kepelatihan untuk mencapai mutu prestasi dalam suatu cabang olahraga yaitu dengan latihan atau *drill*.

Menurut pengurus pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PP PBVSI) (1995:6) *drill* adalah “suatu proses penyempurnaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan diberi beban-beban fisik, teknik, taktik, dan mental secara teratur, terarah, meningkat, bertahap dan berulang-ulang pada waktunya”. Pada hakikatnya latihan adalah suatu aktivitas yang dilakukan dengan tujuan tertentu yang dilakukan secara berulang-ulang.

Latihan atau *drill* yang diberikan oleh pelatih adalah benar-benar bermanfaat dan sesuai dengan kebutuhan atlet, koreksi yang tepat dan konstruktif selalu diberikan manakala atlet melakukan kesalahan-kesalahan, pengawasan terhadap setiap detail gerakan dilakukan secara teliti, dan setiap kesalahan gerak segera diperbaiki (Lutan, 1991:98). Selain metode *drill*, untuk dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli yaitu dengan jalan metode bermain. Maksudnya adalah dengan cara memodifikasi permainan ini merupakan pengembangan bentuk-bentuk permainan yang mengarahkan pada penguasaan teknik dasar bola voli yang sederhana sehingga mudah dipahami serta dapat menarik guna mempermudah atlet dan pelatih dalam proses latihan.

Hutasuhut (1985:34) berpendapat bahwa “dalam pengajaran olahraga permainan memakai strategi suatu rangkaian permainan ini, jalannya pengajaran diurutkan dari bentuk-bentuk permainan yang sederhana dan mudah keurutan yang lebih sulit dan kompleks sampai kepada bentuk permainan yang sebenarnya.

Metode *drill* dan metode bermain dipilih sebagai bentuk untuk penerapan peningkatan keterampilan bermain bola voli. Hal ini dengan pertimbangan bahwa kedua bentuk metode ini sesuai dengan perkembangan jiwa anak yang sangat senang bermain dan karakteristik atlet bola voli yang belum bisa diberikan bentuk-bentuk latihan dengan beban luar dan tuntutan kondisi fisik yang lebih spesifik.

Metode *drill* yaitu cara belajar yang lebih menekankan kepada penguasaan teknik dengan melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan secara berulang-ulang agar terjadinya otomatisasi gerakan oleh karena itu dalam metode *drill* ini diharapkan atlet dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli secara baik. Kelebihan metode *drill* ini dalam teknik bola voli seperti *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, yang dilakukan secara berulang-ulang membuat atlet menjadi terampil melakukannya dan dapat dikatakan mereka memiliki keterampilan bermain bola voli tersebut. Kekurangan dari metode *drill* ini membuat atlet kurang terangsang atau termotivasi untuk mengembangkan kemampuan berfikirnya karena dalam setiap melakukan gerakan berdasarkan instruksi dan petunjuk serta arahan yang diberikan oleh pelatih.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan di lapangan terhadap atlet bola voli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian masih banyak atlet yang belum memiliki keterampilan bermain bola voli yang begitu baik. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan guru olahraga yang mengajar disekolah tersebut. Contohnya saja pada waktu melakukan servis terlihat bahwa bola yang dipukul tidak sampai melewati net kemudian sering melenceng ke kiri dan ke

kanan sehingga tujuan servis untuk mendapatkan angka tidak tercapai dengan baik. Bila diperhatikan pada saat melakukan *passing* seperti *passing* bawah, jalan bolanya tidak parabola atau tidak sampai pada suatu tempat yang dituju. Selanjutnya *passing* atas banyak kesalahan teknik yang terlihat misalnya saja pada saat sentuhan dengan bola jari-jarinya terlalu kaku dan bola tertahan.

Kadang-kadang bila dilihat dari sisi peraturan melakukan *passing* atas tersebut ada sentuhan ganda sehingga bola mati. Meskipun demikian, ketiga teknik dasar tersebut mempunyai karakteristik yang berbeda, namun ketiganya ditentukan oleh faktor-faktor antara lain: kemampuan kondisi fisik yang belum begitu baik, ketersediaan sarana dan prasarana, status gizi yang kurang mendukung untuk mengikuti proses pembelajaran yang menuntut adanya kerja fisik dalam batas waktu tertentu, kemampuan intelegensi dalam menerima ilmu yang diberikan, kemampuan motorik yang dimiliki atlet, metode *drill* dan latihan metode bermain. Semua faktor yang dikemukakan ini dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam mempelajari dan menguasai suatu bentuk keterampilan bermain bola voli..

Observasi ini dilakukan bulan april 2019 pada saat atlet bolavoli putra SMA N 1 Rambah Pasir Pengaraian melakukan latihan di lapangan bolavoli bersama pelatihnya yang bernama Mukhlis Rabani. *Drills Game Like Situations* metode ini digunakan dalam latihan bolavoli pada atlet bolavoli putra SMA N 1 Rambah Pasir Pengaraian, hal ini dilakukan karena usia sekolah masih dalam tahap proses bermain. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian dengan judul “**Pengaruh Metode *Drills Game Like***

Situations Terhadap Kemampuan Passing Atas Pada Atlet Bola Voli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dalam uraian dalam latar belakang di atas ditemukan beberapa masalah antara lain sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan passing atas pada atlet bola voli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.
2. Kurangnya kondisi fisik atlet bolavoli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.
3. Kurangnya kelentukan pergelangan tangan pada atlet bolavoli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.
4. Program latihan yang kurang tepat.

C. Pembatasan Masalah

Dari banyaknya masalah yang dikemukakan dan mengingat waktu penelitian yang terbatas, maka peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh latihan *Drill Game Like Situations* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bola voli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang disebutkan diatas, maka dapat dikemukakan anggapan dasar yakni, Apakah terdapat pengaruh metode *Drills Game Like Situations* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bola voli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.

E. Tujuan Penelitian

Berkaitan dengan hasil penelitian yang akan dicapai, maka tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh metode *Drills Game Like Situations* terhadap kemampuan *passing* atas pada atlet bola voli putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari hasil pelaksanaan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai berikut :

1. Masukan bagi pelatih dalam pelaksanaan kegiatan olahraga bola voli terutama dalam melatih *Drill Game Like Situations* untuk meningkatkan teknik *passing* atas di sekolah.
2. Atlet dapat termotivasi untuk melaksanakan pendidikan dan olahraga cabang bola voli dengan baik dan benar?
3. Pelatih dapat menerapkan teknik dasar *passing atas* dalam menyampaikan materi dengan benar.
4. Informasi ilmiah bagi sekolah dalam pelatihan cabang olahraga bola voli. Selain itu hasil penelitian yang diperoleh diharapkan dapat memberikan pemberian positif bagi proses belajar mengajar khususnya pada olahraga bola voli.
5. Sebagai bahan masukan bagi peneliti di masa yang akan datang
6. Penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana pada Universitas Negeri Padang.

7. Sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menambah pengetahuan bagi pembaca.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Metode *Drill Game Like Situations* Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Pada Atlet BolaVoli Putra SMA Negeri 1 Rambah Pasir Pengaraian pada 12 sampel Pre test nya dengan rata-rata 30.5 dan Post test nya 35,41. Didapat $t_{hitung} = 11,36 > t_{tabel} = 1.79$ yang menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan.

B. Saran

Saran-saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Kepada atlet, agar giat dan tekun berlatih teknik – teknik dasar terutama dalam meningkatkan prestasi atlet dalam bidang olahraga semakin meningkat pada permainan bolavoli.
2. Kepada guru, teknik dasar *passing* atas lebih ditingkatkan lagi serta memperjelas memilih program latihan baik dan cocok untuk atlet agar keterampilan *passing* atas atlet semakin meningkat.
3. Kepada sekolah, agar dapat menyediakan sarana dan prasarana sehingga memudahkan atlet dalam pencapaian prestasi bolavoli secara maksimal.

4. Kepada peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian berikutnya dengan topik permasalahan yang sama dengan metode yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga BolaVoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Arikunto, S .2007. *Manajemen Peneltian*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Astuti, Yuni. 2017. *Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang)*. Universitas Bung Hatta: Jurnal Pendidikan Guru MI Vol 4 No. 1, Juni 2017
- Bachtiar.1999. *Pengetahuan Dasar Permaianan BolaVoli*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Bafirman. 2008. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP.
- Beutelstahl, Pieter. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Blume, Gunter (terjemah). 2004. *Permainan BolaVoli (Training Teknik Taktik)*. Padang: UNP Press.
- Budiwanto, Setyo. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*, IKIP Malang: UM Press.
- Erianti 2004. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FIK UNP.
- Kroger, christian. 2013. *Drill book volleyball*. FIVB.
- Lutan, Rusli dkk. 2000. *Dasar – Dasar Kepelatihan Olahraga*, Jakarta Depdikbut Pendidikan Dasar dan Menengah.
- PBVSJ. 2005. *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Gedung Voli Senaya.
- Sudjana. 1996. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyanto.1993. *Belajar Gerak*. Jakarta. Koni Pusat Pendidikan dan Penataran.
- Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung. Alfabeta.
- Suharno. 1982. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: FPOK IKIP.
- Sukmawati, Noviria. 2013. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Menggunakan Media Tembok Pada Siswa Kelas VIII Sekolah*