

**PENGARUH LATIHAN *DRILL FOR GAME LIKE SITUATION* TERHADAP  
KEMAMPUAN *PASSING BAWAH* PEMAIN KLUB  
BOLAVOLI HANTER KAB. LIMA PULUH KOTA**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Olahraga  
Strata Satu (S1) di Departemen Kesehatan dan Rekreasi*



**Oleh :**

**DEKSAN NIZAR**

**NIM. 18089035/2018**

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

**2022**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan *Drill For Game Like Situation*  
Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Bolavoli  
Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota

Nama : Deksan Nizar

NIM/BP : 18089035/ 2018

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2022

Mengetahui :  
Ketua Departemen kesehatan dan  
rekreasi

Disetujui Oleh :  
Pembimbing



Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd  
NIP. 19790704 200912 1 004



Dr. Muhammad Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd  
NIP. 19790704 200912 1 004

## HALAMAN 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 : Pengaruh Latihan *Drill For Game Like Situation*  
Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Bolavoli  
Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota

Nama : Deksan Nizar

NIM : 18089035

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Departemen : Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2022

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Pembimbing : Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si., M.Pd

1.

2. Anggota : Donal Syafrianto, S.St., Ft., M.Fis

2.

3. Anggota : Alimuddin, S.Or., M.Or

3.

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Drill For Game Like Situation* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Klub Bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Negeri Padang maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan pembimbing.
3. Di dalam hasil karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara jelas dan dicantumkan sebagai acuan dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai aturan norma dan hukum yang berlaku.

Padang , November 2022

Saya yang menyatakan



Deksan Nizat

Nim : 18089035

## ABSTRAK

**Deksan Nizar (2022) : Pengaruh Latihan *Drill For Game Like Situation* Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pemain Bolavoli Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan passing bawah pemain Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota, yang menyebabkan pertahanan Klub kurang sempurna dan kurang memuaskan sehingga prestasi yang diperoleh kurang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *drill for game like situation* terhadap peningkatan kemampuan passing bawah pada pemain bolavoli Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota yang berjumlah 15 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, dimana seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Setelah diambil data *pretest*, selanjutnya dilakukan penerapan program latihan *drill for game like situation*. Pelaksanaan penelitian terdiri dari 16 kali pertemuan, dalam seminggu latihan dilaksanakan sebanyak 3 kali. Instrumen penelitian yg digunakan adalah *brady tes*.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: Latihan *drill for game like situation* berpengaruh signifikan yang berarti terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah ( $t_{hit} = 14.193 > t_{tab} = 1.761$ ). Jika dilihat dari rata-rata peningkatan kemampuan passing bawah, maka latihan *drill for game like situation* sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Dimana rata-rata peningkatan *passing* bawah yaitu dengan skor rata-rata dari 36.7 menjadi 41.1 yang memiliki peningkatan sebesar 4.4.

**Kata Kunci : *Drill For Game Like Situation, Passing Bawah, Bolavoli***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“PENGARUH LATIHAN *DRILL FOR GAME LIKE SITUATION* TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PEMAIN BOLAVOLI CLUB HANTER KAB. LIMA PULUH KOTA ”**. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Selama pelaksanaan dan melakukan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Penyusunan skripsi ini pasti mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Teristimewa kepada kedua orang tua, Ayahanda Ridwan dan Ibunda Murniati yang selalu menjadi panutan selama ini, selalu memberikan dukungan baik secara materi maupun non materi dalam menyelesaikan perkuliahan.
2. Bapak Prof. Drs. H. Ganefri, M.Pd., Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dan penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd, selaku Ketua Departemen kesehatan dan rekreasi sekaligus dosen pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Donal Syafrianto, M. Fis dan Bapak Alimudin, .M.Or selaku penguji.
6. Bapak/Ibu Dosen dan karyawan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mendidik dalam masa perkuliahan dan memberikan motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepada atlet, pelatih dan pengurus bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota, yang telah memberikan izin dan membatu proses penelitian.
8. Rekan-rekan penulis yang telah membantu dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan segala kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berdo'a semoga Skripsi ini nantinya dapat bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Oktober 2022

Penulis,

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
A. Kajian Teori.....	10
1. Permainan Bola Voli .....	10
2. Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli.....	12
3. Latihan.....	18
4. Latihan Drill For Game-Like Situation .....	19
B. Penelitian Yang Relevan.....	31
C. Kerangka Berfikir .....	32
D. Hipotesis Penelitian .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Jenis Penelitian .....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel.....	35

D. Jenis dan Sumber Data.....	37
E. Definisi Operasional .....	37
F. Instrumen Penelitian .....	38
G. Teknik Pengumpulan Data .....	40
H. Teknik dan Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>42</b>
A. Deskripsi Data .....	42
B. Analisis Data.....	47
C. Pembahasan Hasil.....	50
D. Keterbatasan Penelitian .....	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar nama pemain klub bolavoli Hanter Kab.50 Kota .....	36
2. Norma Tes Brady .....	40
3. Distribusi frekuensi data <i>pre-test</i> .....	42
4. Data <i>pre-test</i> .....	44
5. Distribusi frekuensi <i>post-test</i> .....	45
6. Data <i>post-test</i> .....	47
7. Rangkuman hasil uji normalitas .....	48
8. Rangkuman hasil uji hipotesis .....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Passing</i> bawah .....	12
2. Operan lengan .....	14
3. Gerakan persiapan .....	15
4. Pelaksanaan .....	16
5. Gerakan lanjutan .....	16
6. Dua pemain dengan satu bola .....	21
7. Satu pemain dengan satu bola .....	23
8. Dua pemain dengan satu bola .....	24
9. 4-6 pemain dengan 1 ballcontainer .....	25
10. 5-7 pemain dengan 1 wadah bola .....	27
11. Tiga pemain dengan satu bola .....	28
12. Kerangka konseptual .....	33
13. Bentuk dan ukuran instrumen tes bolavoli dari <i>Brady</i> .....	39
14. Histogram <i>pre-tes</i> tes <i>Brady</i> .....	43
15. Histogram <i>post-test</i> tes <i>Brady</i> .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Program Latihan .....	60
2. Data tes awal (pretest) tes <i>Brady</i> .....	72
3. Data tes akhir (posstest) tes <i>Brady</i> .....	73
4. Hasil uji normalitas <i>Pretest</i> .....	74
5. Hasil uji normalitas <i>Posttest</i> .....	75
6. Hasil uji hipotesis .....	76
7. Nilai krisis L untuk uji <i>LILIEFORS</i> .....	77
8. Tabel normal standar (baku) dari O ke Z .....	78
9. Nilai persentil untuk distribusi t .....	79
10. Dokumentasi penelitian .....	80
11. Surat validasi program latihan .....	90
12. Surat Izin penelitian .....	91
13. Surat Balasan Penelitian .....	92

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan. Kehidupan yang modern saat ini manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik untuk meningkatkan prestasi maupun kebutuhan dalam menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat. Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional menerangkan bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi tinggi (terbaik) individu. Untuk meraih prestasi yang tinggi dalam olahraga perlu adanya peningkatan prestasi, dengan demikian di perlukan usaha-usaha pembinaan dan pengembangan secara berkelanjutan, terprogram dan terarah dalam upaya peningkatan mutu, jumlah serta ketepatan olahraga yang dimiliki.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 pasal 20 ayat (1) sampai (3) menjelaskan bahwa :

“olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka harkat dan mertabat bangsa. Dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat kemampuan potensi untuk mencapai prestasi. Melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”

Bolavoli merupakan olahraga permainan yang ditemukan oleh William G. Morgan pada tanggal 9 Februari 1885 di Holyoke Massachusetts (Amerika

Serikat). Pada awal penemuannya, olahraga permainan bolavoli ini diberi nama Mintonette. Permainan ini dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki 6 orang pemain. Terdapat pula variasi permainan. Morgan juga menjelaskan bahwa permainan tersebut adalah permainan yang dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan dengan sangat leluasa. (Suhadi & Sujarwo, 2009)

Sedangkan sasaran dari permainan ini adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi, dari satu wilayah ke wilayah lain (wilayah lawan). Bolavoli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang, dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa digunakan. Selain itu olahraga bolavoli dapat dimainkan oleh berbagai usia dari anak-anak sampai orang dewasa baik dikalangan bawah maupun atas. Olahraga bolavoli dapat dimainkan disegala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun permukaan lantai buatan, dapat dilakukan di dalam ataupun di luar gedung (Agus, 2010)

Permainan bola voli memiliki beberapa teknik, diantaranya servis, passing bawah, passing atas, umpan, dan blok. Penguasaan teknik dasar sangat penting agar bisa bermain bolavoli. Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan sehingga benar-benar menguasai. (Nurdin, 2020).

Mempelajari teknik dasar harus diberikan variasi-variasi gerakan dan pengulangan terus menerus agar perasaan atlet terhadap gerakan bola terbentuk sehingga akan lebih matang penguasaan teknik dasarnya. Teknik dasar yang harus dikembangkan sejak anak-anak mencakup semua kemampuan yang ada dalam permainan bolavoli dengan bentuk menyesuaikan dengan kemampuan atlet. Salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah passing bawah, Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20-25) Passing bawah adalah memainkan bola dengan menggunakan dua tangan. Passing bawah berguna untuk menerima servis dan menerima serangan dari lawan. Passing adalah penunjang sukses tidaknya permainan bolavoli baik pada saat bertahan maupun serangan (Suhadi & Sujarwo, 2009).

Adapun Faktor yang menyebabkan kegagalan dalam mencapai prestasi yang membanggakan yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Semua faktor tersebut sangatlah diperlukan dalam permainan bolavoli. Salah satu faktor yang penting adalah program latihan teknik yang diterapkan kurang baik. Perolehan angka dalam permainan bolavoli diperoleh dari hasil kerjasama pemain dalam mematikan bola di di daerah lawan dan tim yang melakukan gerakan passing atas, passing bawah, smash dan block merupakan pondasi atau dasar bagi seorang untuk dapat bermain bolavoli dengan baik (Nuril Ahmadi, 2007).

Hal sama yang di katakana oleh Achmad et al., (2019) yang mengatakan bahwa dalam permainan bola voli salah satu yang sangat penting dan yang harus dikuasai oleh seorang Pemain adalah Teknik Passing Bawah. Passing sebagai

penunjang sukses tidaknya permainan bolavoli baik pada saat melakukan serangan atau bertahan. Passing pada dasarnya merupakan kunci dasar dalam suatu permainan bolavoli maka passing mutlak untuk di kuasai oleh semua pemain.

Menguasai teknik passing bawah sangat perlu sebagai dasar permainan bola voli, adapun bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah yaitu dengan latihan berpasangan, latihan pantul tembok dan latihan *drill for game like situation*. dalam latihan meningkatkan kemampuan passing bawah diperlukan metode latihan, hal ini penting dilakukan dalam permainan bolavoli agar didapatkan hasil yang memuaskan dan diinginkan, sehingga pentingnya menerapkan latihan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah. Salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik passing bawah dalam permainan bola voli yaitu latihan *Drill For Game- Like Situation*.

Dasar teknik passing bawah sangat perlu untuk sebagai dasar permainan bolavoli, oleh karena itu metode latihan *Drill for game like situation* sangat perlu untuk meningkatkan passing bawah menggunakan net maupun tanpa net. Teknik passing ada dua yaitu : passing atas dan passing bawah. Keduanya memiliki tingkat kesulitan yang tidak sama. Oleh karena itulah pentingnya pelatih dan guru kreatif dan terampil mengajarkannya agar menarik dan dapat dikuasai dengan mudah oleh anak didiknya (Sujarwo, 2020)

Menurut Irja dan Rifki (2019) Metode latihan Drill For Game- Like Situation dapat digunakan untuk latihan teknik seperti latihan bawah. Metode

latihan Drill For Game- Like Situation berpengaruh terhadap kemampuan passing bawah, karena dengan melakukan gerakan yang berulang-ulang maka ketepatan teknik atlet dalam melakukan suatu gerakan tersebut akan meningkat, karena semakin sering melakukan gerakan tersebut maka semakin tepat gerakan yang kita lakukan (Febriani & Rifki, 2020). Selain itu juga dapat mendisiplinkan dan mengoptimalkan gerak atlet. Secara menyeluruh latihan-latihan yang dilakukan secara terarah, terpadu, dan secara terus-menerus sehingga pemain atau atletnya dapat memiliki keterampilan bermain bola voli dengan baik.

Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh kota adalah salah satu klub bolavoli yang ada di Nagarri Lareh Sago Halaban, Kec. Lareh Sago Halaban, yang dilatih oleh Yosep. Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota merupakan tempat untuk menyalurkan bakat, minat serta memperdalam kemampuan bermain bolavoli. Didalam klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota tersebut terdapat sarana dan prasaran yang dapat menunjang proses latihan.

Perkembangan olahraga bolavoli dilaksanakan di klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota dalam bentuk pembinaan. Dalam kegiatan pembinaan yang dilakukan diharapkan pemain harus menguasai teknik dalam bermain bolavoli salah satu nya adalah *passing* bawah. Passing bawah merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli yang merupakan salah satu upaya seorang pemain dalam menerima servis dan serangan dari lawan dengan baik agar dapat mengumpan bola ke teman satu tim untuk menyusun serangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan

*passing* bawah ini diperlukan teknik *passing* bawah yang baik. *Passing* bawah yang baik dan terarah di dalam tim akan berkesempatan untuk menyusun serangan untuk memperoleh angka yang lebih besar. Jadi dapat diartikan untuk mencapai untuk mencapai sebuah prestasi dalam olahraga bolavoli diharapkan pemain memiliki teknik *passing* bawah yang baik.

Sedangkan untuk melakukan *passing* bawah dalam diharapkan pemain harus memiliki kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Dimana teknik adalah salah satu komponen yang banyak terlibat dalam gerakan *passing* bawah. Teknik yang dominan digunakan oleh atlet dalam melakukan *passing* bawah adalah perkenaan yang baik dengan tangan, maka *passing* yang dilakukan akan lebih maksimal.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota kemampuan *passing* bawah masih belum maksimal. Hal ini terlihat pada saat pemain Klub Hanter mengikuti turnamen di Lambuak, Kec. Lareh Sago Halaban Kab. Lima Puluh Kota pada tanggal 9 Mai 2022 melawan Klub Vegas Andaleh. Klub Hanter mengalami kekalahan 3 – 0 melawan Klub Vegas, dengan perolehan poin pada set pertama 15 – 25, set kedua 20 – 25, dan pada set ketiga 13 – 25, hal ini di sebabkan karena banyak terjadi kesalahan secara berulang pada saat menerima servis dan serangan menggunakan *passing* bawah yang menyebabkan bola kehilangan arah yang mengakibatkan tim tidak dapat menyusun serangan untuk membuat poin. Hal ini disebabkan karena belum maksimal nya nya kemampuan teknik *passing* bawah pemain.

Serta berdasarkan informasi yang didapat dari pelatih Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kotahal tersebut dikarenakan kurangnya motivasi dan disiplin para pemain dalam proses latihan yang menyebabkan menurunnya kemampuan dan prestasi Klub Hanter, juga kurangnya variasi atau bentuk latihan yang memfokuskan pemain untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah.

Hal ini tergambar dari penerunun prestasi atlet yang terjadi klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota pada tahun tahun sebelumnya mendapat juara seperti juara 1 Nagari cup sekabupaten Lima Puluh Kota pada tahun 2018, juara 2 Nagari nagari tigo jangko pada tahun 2018, dan juara 3 kelahiran 2000 Tapi Selo cup tahun 2018. Namun pada kejuaraan Tanjung Gadang cup 2019 klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota tidak memperoleh kemenangan dan hanya sampai semifinal, begitu juga penyisihan kelahiran 1999 di daerah Andaleh pada tahun 2019 klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota tidak berhasil lolos, dan pada tahun 2022 klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota tersingkir pada penyisihan di openturnamen di Lambuak Kab. Lam Puluh Kota

Dengan demikian penelusuran hasil survei dan pengamatan peneliti serta berdasar kenyataan yang ada maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kemampuan bermain bolavoli terutaman *passing* bawah atlet putra Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota dengan bentuk latihan yang diasumsikan baik untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar atlet dalam bermain bolavoli, salah satunya yaitu dengan latihan *drill for game- like situation*. Dengan judul

penelitian” Pengaruh latihan *drill for game- like situation* terhadap kemampuan *passing* bawah pemain bola voli Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Kemampuan teknik *passing* bawah yang dimiliki atlet klub bolavoli Hanter Kab. Lima puluh Kota masih belum maksimal
2. Kurangnya variasi latihan yang dapat meningkatkan kemampuan atlet terutama dalam melakukan *passing* bawah.
3. Rendahnya motivasi dan kedisiplinan pemain dalam melakukan latihan
4. Perlu adanya penambahan latihan *Drill for game like situation* untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah bolavoli.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan mengingat banyak permasalahan yang diidentifikasi serta keterbatasan masalah. Pokok permasalahan yang akan diteliti hanya mencakup salah satu aspek saja, yaitu tentang Pengaruh Metode Latihan *Drill for game like situation* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah pemain Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : “Apakah ada Pengaruh Metode Latihan

*Drill For Game Like Situatiom* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah pemain Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan masalah yang sudah dirumuskan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh metode latihan *Drill for game like situation* terhadap Peningkatan kemampuan *passing* bawah pemain Klub bolavoli Hanter Kab. Lima Puluh Kota.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah :

##### 1. Secara teoritis

- a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk latihan yang berupa metode latihan *Drill for game like situation* dalam kegiatan latihan Klub.
- b. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan menjadi wawasan bagi penelitian khususnya dan pihak-pihak terkait umumnya.

##### 2. Secara praktik

- a. Bagi atlet penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan gerak atlet terutama dalam penguasaan teknik dasar *passing* bawah dan sekaligus bisa untuk acuan membentuk tim bolavoli.
- b. Bagi pelatih, penelitian ini diharapkan dapat menambah kreativitas pelatih dalam menerapkan dalam klub bolavoli

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa Latihan *Drill For Game Like Situation* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan passing bawah pemain bolavoli Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota yang dibuktikan dengan  $T_{hitung} > T_{tabel}$  dengan perolehan nilai sebesar  $T_{hitung} 14.193 > T_{tabel} 1.761$ .

#### B. Saran

1. Bagi pelatih disarankan untuk memberikan latihan *Drill For Game Like Situation* sebagai cara untuk meningkatkan kemampuan passing bawah pada pemain bolavoli Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota. Karena hasil penelitian yang telah dilakukan, bentuk latihan ini lebih efektif dalam meningkatkan passing bawah. Hal ini berarti latihan ini dapat dijadikan program tetap guna meningkatkan prestasi pada pemain bolavoli Klub Hanter Kab. Lima Puluh Kota.
2. Bagi para pemain diharapkan untuk melakukan latihan *drill for game like situation* tidak hanya dilapangan saja, tetapi melakukan dirumah agar peningkatan kemampuan pasing bawah tidak mengalami penurunan

3. Bagi peneliti sendiri agar bisa menjadi bahan masukan dan menambah wawasan tentang latihan *drill for game like situation* dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada pemain bolavoli.
4. Bagi peneliti yang akan melanjutkan penelitian agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi untuk melakukan penelitian mengenai *drill for game like situation* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada pemain bolavoli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z., Aminudin, R., Sumarsono, R. N., & Mahardika, B. (2019). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiswa PJKR Semester II Di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019 Irfan Zinat Achmad, Rizki Aminudin, Rhama Nurwasyah Sumarsono, Dhika Bayu Mahardika. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 5(2), 48–60.
- Afdi, R. B., Zulman, Z., & Asmi, A. (2019). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dan Passing Atas Pemain Bolavoli. *Sport Science*, 19(1), 33–40. <https://doi.org/10.24036/jss.v19i1.26>
- Afdinda, R., Saputra, E., Iqroni, D., Jambi, U., Olahraga, J., & Indonesia, K. (2021). Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia Available Online At <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok> KONTRIBUSI POLA HIDUP SEHAT DAN CIRCUIT TRAINING. *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*, 1, 136–142.
- Agus, K. (2010). Memperluas Desain Permainan Bolavoli Di Masyarakat Kita. *Populasi*, 25(2). <https://doi.org/10.22146/jp.36215>
- Aknasari, R. Z., Firlando, R., & Syafutra, W. (2021). Penerapan Metode Latihan Drill Pada Atlet Bola Voli Pengcab Kabupaten
- Amirullah. (2015). Populasi Dan Sampel (pemahaman, jenis dan teknik). *Wood Science and Technology*, 16(4), 293–303.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Daulay, D. E., & Nasution, A. F. (2021). Meningkatkan Passing Bawah Bola Voli Melalui Variasi Latihan Drill Pada Club Bola Voli Asahan Jaya 2021. *Jurnal All Fields of Science J-LAS*, 1(1), 25–30.
- Doni, Bule (2020) Perbedaan Latihan Passing Target Dan Rangkaianlatihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Bawah Atlet Bolavoli
- Doni, M. (2017). *Keputusan Pembelian Berdasarkan Faktor Psikologis Dan Bauran Pemasaran Pt. Intercom Mobilindo Padang*. 110265(01), 110493.
- Erianti.(2014). *Bola Voli (Bahan Ajar) Padang*: Fik Unp