

**PENGARUH METODE LATIHAN DAN METODE BERMAIN  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING BAWAH*  
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI (STUDI EKSPERIMEN PADA SISWA  
SMAN 1 PADANG GANTING KABUPATEN TANAH DATAR)**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepeleatihan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



**Oleh**

**GUSPERAWATI  
2010 / 56098**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2014**

## PERSETUJUAN SKRIPSI

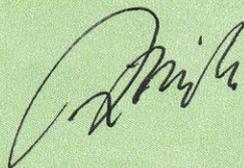
### **Pengaruh Metode Latihan dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli ( Studi Eksperimen pada Siswa SMAN 1 Padang Ganting Kababupaten Tanah Datar)**

Nama : Gusperawati  
NIM : 56098  
Jurusan : Kepelatihan  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 22 Juli 2014

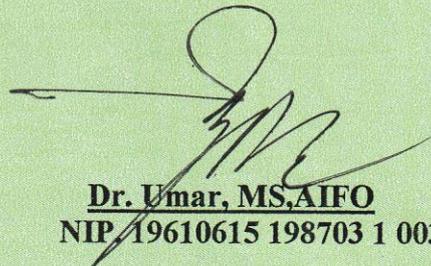
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



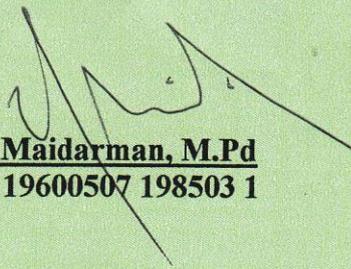
**Drs. Hermanzoni, M.Pd**  
NIP. 19610414 198603 1 007

Pembimbing II



**Dr. Umar, MS, AIFO**  
NIP. 19610615 198703 1 003

Mengetahui  
Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan



**Drs. Maidarman, M.Pd**  
NIP. 19600507 198503 1

**PENGESAHAN**

*Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

**Judul** : **Pengaruh Metode Latihan dan Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli ( Studi Eksperimen Pada Siswa SMAN 1 Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar )**

**Nama** : Gusperawati

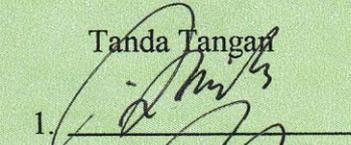
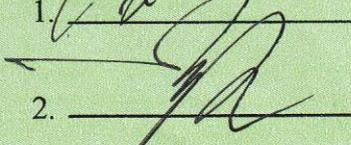
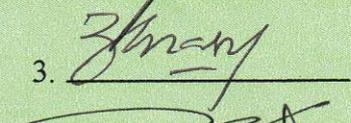
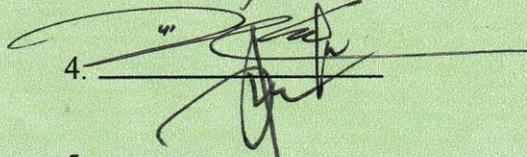
**Nim** : 56098

**Jurusan** : Kepeleatihan

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, 22 Juli 2014

**Tim Penguji**

- |               | Nama                        | Tanda Tangan   |
|---------------|-----------------------------|--|
| 1. Ketua      | : Drs. Hermanzoni, M.Pd     | 1.  |
| 2. Sekretaris | : Dr. Umar, MS, AIFO        | 2.  |
| 3. Anggota    | : Drs. Masrun, M.Kes, AIFO  | 3.  |
| 4. Anggota    | : Drs. Hendri Irawadi, M,Pd | 4.  |
| 5. Anggota    | : Drs. Yendrizal, M.Pd      | 5.  |

## PERNYATAAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa:

1. karya tulis yang berupa skripsi yang berjudul **Pengaruh Penggunaan Teknik Objek Langsung terhadap Keterampilan Menulis Puisi Siswa Kelas X SMA Negeri 5 Padang** ini adalah benar dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya;
2. karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya, tanpa bantuan dari pihak lain kecuali arahan pembimbing;
3. di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara jelas dicantumkan dalam kepustakaan;
4. pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Juli 2014

Yang membuat pernyataan,



Nira Eftafia  
NIM 2010/57859

## ABSTRAK

**Gusperawati (2014) :** Pengaruh Metoda Latihan dan Metoda Bermain Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan BolaVoli ( Studi Eksperimen pada Siswa SMAN 1 Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar)

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode bentuk latihan terhadap kemampuan *Passing* Bawah, pengaruh metode bentuk bermain terhadap kemampuan *passing* bawah, dan perbedaan pengaruh metode bentuk latihan dan metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan *Passing* Bawah dalam Permainan Bolavoli Siswa SMAN 1 Padang Ganting.

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa SMAN 1 Padang Ganting priode 2014-2015 yang berjumlah 27 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan sampel berjumlah 18 orang putera. Setelah dilakukan tes awal (*pre test*) seluruh sampel dirangking dan dibagi menjadi dua kelompok menggunakan teknik *Ordinally Meatching Pairing*. Kelompok A terdiri dari 9 orang diberi perlakuan metode bentuk latihan dan kelompok B terdiri dari 9 orang diberi perlakuan metode bentuk bermain. Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu (16 kali pertemuan), dalam 1 minggu latihan dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan.

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Uji T-Test*. Hasil pengolahan data dalam penelitian ini adalah 1) Terdapat pengaruh yang signifikan dari metode bentuk latihan terhadap peningkatan kemampuan *Passing* Bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting. Dengan nilai  $t_{hitung} 11,03 > t_{tabel}$  sebesar 2,31, dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ , 2) Terdapat pengaruh yang signifikan dari metode bentuk bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* Bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting. Dengan nilai  $t_{hitung} 3,88 > t_{tabel}$  sebesar 2,31, dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ , 3) terdapat perbedaan pengaruh dimana pada metoda bentuk latihan diperoleh peningkatan rata-rata sebesar (8,77) sedangkan metoda bentuk bermain sebesar (7,78) dan ditandai dengan diperoleh  $t_{hitung} (5,54) > t_{tabel} (2,31)$ .

## KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi tentang “Pengaruh Metoda Latihan dan Metoda Bermain Terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli (Studi Eksperimen Pada Siswa SMAN 1 Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar)”. Sholawat beserta salam untuk Nabi besar Muhammad SAW, semoga kita semua memperoleh syafaatnya.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Kedua orang tua yang teristimewa dalam hidup peneliti, Ibunda Rosmaniar dan Ayahanda Nazarudin yang selalu memberikan semangat, doa dan dukungan baik secara moril dan materil.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP).
3. Bapak Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kepelatihan.
4. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd selaku Penasehat Akademik sekaligus pembimbing I.

5. Bapak Dr. Umar, MS.,AIFO selaku pembimbing II.
6. Bapak Drs. Masrun, M. Kes , AIFO, Drs. H. Hendri Irawadi, M.Pd dan Bapak Drs. Yendrizar, M.Pd selaku dosen penguji.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang turut memberikan dukungan dalam penulisan skripsi 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, Juli 2014

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</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>	
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.....	9
2. <i>Passing</i> Bawah.....	11
3. Latihan .....	17
4. Metode Latihan .....	21

5. Metode Bermain .....	25
B. Kerangka Konseptual .....	29
C. Hipotesis .....	31

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	32
B. Rancangan Penelitian .....	32
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
D. Populasi dan Sampel .....	34
E. Defenisi Operasional .....	34
F. Jenis Data dan Sumber Data .....	36
G. Pelaksanaan Perlakuan .....	36
1. Pengelompokan dan perlakuan sampel .....	36
2. Penyusunan jadwal latihan .....	37
H. Prosedur Penelitian .....	38
I. Instrumen Penelitian .....	39
J. Teknik Analisis Data .....	41

### **BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

A. Deskriptif data penelitian.....	43
B. Uji persyaratan analisis.....	44
C. Pengujian hipotesis .....	45
D. Pembahasan .....	49
E. Keterbatasan penelitian.....	52

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	55

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## **DOKUMENTASI**

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
1. Tabel 1 : Kelebihan dan Kekurangan Metode Bentuk Latihan .....	22
2. Tabel 2 : Kelebihan dan Kekurangan Metode Bentuk Bermain .....	39
3. Tabel 3 : Daftar Nama Pengawas dan Pembantu Penelitian .....	43
4. Tabel 4 : Diatribusi Data <i>Pre Test</i> dan <i>Post test</i> .....	48
5. Tabel 5 : Uji Normalitas Data .....	50
6. Tabel 6 : Uji t <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Metoda Bentuk Latihan.....	51
7. Tabel 7 : Uji t <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Metoda Bentuk Bermain .....	52
8. Tabel 8 : Uji t data <i>Post Test</i> .....	53

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
1. Gambar 1 : Lapangan Bolavoli .....	13
2. Gambar 2 : Posisi Tangan dan Gerakan Teknik <i>Passing</i> Bawah .....	15
3. Gambar 3 : Teknik Gerakan <i>Passing</i> Bawah kedepan pada bola normal ...	16
4. Gambar 4 : Kerangka Konseptual .....	35
5. Gambar 5 : <i>Desain</i> Penelitian.....	35
6. Gambar : <i>Ordinally Matching Pairing</i> .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
1. Lampiran 1 : Daftar Nama <i>Testee</i> Siswa SMAN 1 Padang Ganting.....	63
2. Lampiran 2 : Blangko <i>Pre test Passing</i> bawah .....	64
3. Lampiran 3 : Hasil Pengambilan Data <i>Pre Test</i> Setelah di Rangking.....	65
4. Lampiran 4 : Hasil Pengambilan Data <i>Pre Test</i> Setelah di Rangking.....	66
5. Lampiran 5 : Blangko <i>Post Test Passing</i> bawah .....	67
6. Lampiran 6 : Hasil Pengambilan Data Setelah di Rangking .....	67
7. Lampiran 7 : Hasil Pengambilan Data <i>Post Test</i> Setelah di Rangking .....	68
8. Lampiran 8 : Data <i>Test Kemampuan Passing</i> bawah .....	69
9. Lampiran 9 :Normalitas <i>BrumbachForearms Pass Wall-Volleys Test</i> .....	70
10. Lampiran 10 :Normalitas <i>Passing</i> bawah <i>Post Test</i> “Metoda Bentuk Latihan”	71
11. Lampiran 11 : Normalitas <i>Passing</i> bawah <i>Post Test</i> “Metoda Bentuk bermain” .....	72
12. Lampiran 10 :Perhitungan Uji <i>t Test</i> .....	73
13. Lampiran 11 : Uji Hipotesis 1 .....	74
Uji Hipotesis 2 .....	75
Uji Hipotesis 3 .....	76
14. Lampiran 12 : Program Latihan .....	78
15. Dokumentasi .....	79
16. Luas di Bawah Lengkung Normal Standar	
17. Distribusi <i>t</i>	
18. Surat Izin Penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan	
19. Surat Balasan Keterangan Izin Penelitan dari SMAN 1 Padang Ganting	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Aktivitas masyarakat pada saat ini tidak dapat dipisahkan dengan olahraga, baik sebagai arena pencapaian prestasi maupun sebagai kebutuhan untuk menjaga tubuh agar tetap sehat. Menghadapi era globalisasi dan perkembangan zaman yang begitu pesat, sangat diperlukan manusia yang berkualitas. Yaitu manusia yang memiliki segudang prestasi, baik prestasi akademik maupun non akademik. Olahraga akan memberikan kekuatan serta menyehatkan jiwa dan raga, membentuk kepribadian yang sehat supaya dapat menghadapi perubahan serta tangguh dan kreatif dalam mencari jalan keluar setiap masalah yang kompleks.

Di negara kita Indonesia olahraga mendapat perhatian yang sangat besar dalam meningkatkan kualitas hidup, yaitu dengan dimasukkannya pendidikan olahraga dalam kurikulum dari tingkat SD sampai Perguruan Tinggi. Didalam olahraga banyak nilai-nilai moral yang terkandung didalamnya. Lebih lengkap dijelaskan dalam sistem keolahragaan nasional pasal 1 ayat 3 Undang-Undang Republik Indonesia no. 3 tahun 2005 yaitu:

Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional.

Dan lebih dijelaskan dalam tujuan keolahragaan nasional dalam Pasal 4 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 mengatakan:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Dari pasal di atas, dinyatakan bahwa hal lain yang dapat dicapai dari kegiatan olahraga salah satunya adalah prestasi. Untuk mencapai prestasi dibutuhkan adanya pembinaan yang berkelanjutan, sarana dan prasarana yang lengkap, pengembangan sistem olahraga yang baik, pelatih yang professional sehingga atlet dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan serta keterampilan olahraga yang telah dimiliki sebelumnya. Dengan demikian pencapaian prestasi akan lebih mudah.

Melihat perkembangan prestasi olahraga yang ada saat ini tidak luput dari berbagai bentuk latihan. Latihan itu sendiri merupakan bagian dari pembinaan olahraga pada suatu sekolah ataupun klub yang memungkinkan meningkatnya prestasi atlet. Salah satu cabang olahraga prestasi yang sudah sangat berkembang di Indonesia adalah bola voli.

Pada dasarnya permainan bolavoli itu adalah permainan tim atau regu, meskipun sekarang sudah mulai dikembangkan permainan bolavoli dua lawan dua dan satu lawan satu yang lebih mengarah kepada tujuan rekreasi seperti voli pantai yang mulai berkembang akhir-akhir ini. Peraturan dasar permainan bolavoli yaitu bola hanya boleh dimainkan sebanyak tiga kali

sentuhan bagi masing-masing Tim. Ide permainan bolavoli menurut Blume (2004 : 4) :

Ide permainan dimulai dari pukulan bola dalm petak servis ke daerah lawan melewati pita atau net. Regu 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 servis. Berdasarkan kenyataan, bahwa bola tidak boleh menyentuh lantai, karena itu diperlukan teknik khusus untuk memainkan bola.

Seperti yang kita ketahui untuk meraih sebuah prestasi dalam pertandingan pada dasarnya ditentukan oleh empat faktor yaitu kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Kondisi fisik merupakan unsur dasar untuk meraih suatu keberhasilan, ada beberapa kondisi fisik yang mempengaruhi permainan bolavoli seperti: daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan. Selain membutuhkan kondisi fisik itu tidak terlepas dari peran pelatih bagaimana cara menemukan pola latihan dan metoda latihan, dengan mempunyai kondisi fisik yang baik atlet bisa menciptakan kemenangan dan yang paling penting pencapaian prestasi yang optimal. Bolavoli yang sudah merakyat di seluruh pelosok daerah Indonesia hendaknya sudah bisa mengharumkan nama bangsa ke ajang dunia, namun selama ini kita lihat tim bolavoli Indonesia masih dikatakan memepunyai prestasi rendah.

Permainan bolavoli ini sudah mengalami banyak perubahan dari pertama lahirnya permainan ini sampai sekarang. Bolavoli ini berkembang pesat sebagai cabang olahraga prestasi, karena permainan ini disamping tidak sulit untuk mempelajarinya juga tidak membutuhkan biaya yang mahal.

Selain itu olahraga ini merupakan salah satu cabang olahraga permainan terfavorit di sekolah.

Permainan bolavoli adalah olahraga tim yang punya banyak peminat.

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 internasional menuntut pemainnya harus siap dengan latihan-latihan yang berat untuk memantapkan teknik maupun taktik agar dapat bermain lebih baik lagi pada kejuaraan-kejuaraan lainnya.

Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat di indonesia, khususnya Masyarakat Sumatra Barat memandang bahwa setelah olahraga sepakbola yang paling digemari adalah olahraga bolavoli yang juga berkembang di Tanah Datar umumnya disalah satu sekolah yaitu di SMAN 1 Padang Ganting.

Tim bolavoli SMAN 1 Padang Ganting sering ikut dalam pertandingan yang diadakan antar sekolah, didaerah maupun kabupaten dan biasanya Tim SMAN 1 Padang Ganting jarang masuk babak final. Dalam wawancara dengan pelatih atau guru SMAN 1 Padang Ganting dan observasi peneliti kelapangan, peneliti melihat para pemain dalam sesi latihan yang berupa game, permainan pemain SMAN 1 Padang Ganting belum begitu baik, hal itu terlihat pada saat pemain melakukan teknik *passing* bawah. Kemampuan *passing* bawah pemain belum begitu baik, karena dalam melakukan *passing* bawah bola sering mati didaerah permainan sendiri. Ini mungkin disebabkan oleh faktor internal dan eksternal seperti kondisi fisik,

taktik, mental, metode latihan, sarana dan prasarana, pelatih, program latihan, disiplin pemain dll.

Bedasarkan fenomena yang terjadi dilapangan peneliti tertarik untuk meneliti dan membuktikan secara ilmiah melalui sebuah penelitian dengan judul “ Pengaruh Metode Latihan dan Metode Bermain terhadap Kemampuan *Passing* Bawah dalam permainan bolavoli ( Studi Eksperimen pada siswa SMAN 1 Padang Ganting Kabupaten Tanah Datar) “

#### **A. Identifikasi Masalah**

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

1. Metode Latihan bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
2. Metode Bermain bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
3. Kondisi Fisik bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
4. Teknik bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
5. Taktik bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
6. Mental bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.

7. Sarana dan Prasarana bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
8. Pelatih bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
9. Program Latihan bisa mempengaruhi kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.

#### **B. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan penjelasan dari identifikasi masalah, maka penelitian ini dibatasi pada pembahasan :

1. Pengaruh Metode latihan terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
2. Pengaruh Metode bermain terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
3. Perbedaan Metode latihan dan Metode bermain terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.

#### **C. Perumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah Metode latihan berpengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting?
2. Apakah metode bermain berpengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting?

3. Apakah terdapat perbedaan antara Metode latihan dan Metode Bermain terhadap kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Pengaruh metode latihan terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
2. Pengaruh metode bermain terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.
3. Perbedaan pengaruh antara metode latihan dan metode bermain dalam peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa SMAN 1 Padang Ganting.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai:

1. Salah satu syarat bagi peneliti dalam menyelesaikan gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
2. Sebagai pedoman dan pertimbangan bagi pelatih dalam pelaksanaan pembinaan pemain bolavoli.
3. Menambah pengetahuan teoritis dalam bidang olahraga, khususnya pada cabang olahraga bolavoli.
4. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.