PENGARUH LATIHAN *WALL VOLLEY* TERHADAP PRESTASI KETEPATAN *PASSING* BAWAH PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMA KATOLIK St. AUGUSTINUS KEDIRI TAHUN AJARAN 2015-2016

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

WAHYU EKO CAHYONO
NPM: 11.1.01.09.0444

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2016

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

WAHYU EKO CAHYONO
NPM .11.1.01.09.0444

Judul :

PENGARUH LATIHAN *WALL VOLLEY* TERHADAP PRESTASI KETEPATAN *PASSING* BAWAH PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA KATOLIK St. AUGUSTINUS KEDIRI TAHUN AJARAN 2015-2016

Telah di setujui untuk di ajukan kepada :
Panitia Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
FKIP UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Tanggal : 8 Januari 2016

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.	**Ruruh Andayani Bekti, M.Pd**
NIDN .00150668010	**NIDN . 07250018205**

ii

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

WAHYU EKO CAHYONO
NPM .11.1.01.09.0444

Judul :

PENGARUH LATIHAN *WALL VOLLEY* TERHADAP PRESTASI KETEPATAN *PASSING* BAWAH PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA KATOLIK St. AUGUSTINUS KEDIRI TAHUN AJARAN 2015-2016

Telah di setujui untuk di ajukan kepada :
Panitia Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
FKIP UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Tanggal : 8 Januari 2016

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.	**Ruruh Andayani Bekti, M.Pd**
NIDN .00150668010	**NIDN . 07250018205**

ii

PENGARUH LATIHAN *WALL VOLLEY* TERHADAP PRESTASI KETEPATAN *PASSING* BAWAH PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMA KATOLIK St. AUGUSTINUS KEDIRI TAHUN AJARAN 2015-2016

WAHYU EKO CAHYONO
11.1.01.09.0444
FKIP/ PENJASKESREK
wsubasa@ymail.com
Drs. Slamet Junaidi ,M.Pd dan Ruruh Andayani Bekti M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Passing bisa dipergunakan untuk menerima *service*, mengoperkan bola kepada teman seregunya, menyelamatkan bola, menerima bola dari lawan yang berupa serangan. Penelitian ini lebih ditekankan pada keterampilan melakukan *passing* bawah pada permainan bola voli dengan asumsi bahwa *passing* bawah merupakan salah satu langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan dan melakukan pertahanan atau *difense* dalam permainan bola voli. Tim bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri memiliki kelemahan pada *passing* bawah, sehingga kelemahan tersebut membuat tim tersebut jarang melakukan umpan-umpan yang akurat terhadap *Smasher*.

Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh latihan *wall volley* terhadap prestasi ketepatan *passing* bawah pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2015-2016. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan eksperimen *research*. Data dikumpulkan dengan teknik Alat pengukur atau instrumen berpedoman pada tes ketepatan *passing* bawah Brumbach 1969. Tes digunakan untuk megukur kemampuan dan ketepatan dalam melakukan *passing* bawah dengan *wall volley* (melakukan *passing* ke dinding).

Dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut *pre-test* 21,9 dan standart deviasi sebesar 5,47. Sedangkan *post-test* diperoleh rata-rata sebesar 24,5 dan standart deviasi sebesar 4,92. Dari hasil tersebut maka latihan *Wall Volley* berpengaruh terhadap peningkatan prestasi ketepatan *passing* bawah pada Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2015-2016 Besar pengaruh latihan *Wall Volley* dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* rata-rata sebesar 2,6 sedangkan Standart deviasi sebesar 0,5.

Kata Kunci : Pengaruh, *Wall Volley*, Ketepatan *Passing* Bawah.

I. Latar Belakang

Kegiatan olahraga pada saat ini merupakan kegiatan umum yang banyak dilakukan oleh masyarakat. Hampir setiap hari kita melihat aktifitas olahraga yang dilakukan betapa pentingnya olahraga bagi kesehatan jasmani maupun rohani. Suatu kenyataan menunjukkan ada empat dasar tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga sekarang ini, pertama rekreasi, kedua untuk kepentingan olahraga sendiri, ketiga adalah mencapai tingkat kesegaran jasmani dan empat mereka melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai prestasi (Sajoto, 1988:1-2).

Seperti halnya cabang olahraga yang lain, di dalam permainan bola voli terdapat teknik dasar, cara memainkan bola secara efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. (Yunus, 1992: 68). Di dalam olah raga bola voli persiapan fisik merupakan salah satu hal yang terpenting dalam mencapai prestasi maksimal, sebab dengan kemampuan fisik yang memenuhi syarat, dapat mendukung pencapaian teknik, taktik, dan mental para pemain. Olahraga bola voli memerlukan kondisi fisik yang memadai meliputi:

1.Kekuatan (*Strenght*), 2.Kecepatan (*Speed*), 3.Kelentukan (*Flexsibility*), 4.Kelincahan (*Agility*), 5.Daya tahan (*Endurance*),6. Daya ledak (*Muscularpower*), 7.Koordinasi (*Coordination*), 8.Keseimbangan (*Balance*), 9.Ketepatan (*Accurary*), 10. Reaksi (*Reaction*). (Sajoto, 1988: 57).

Mengingat permainan bola voli merupakan permainan tim atau beregu, maka sangat dibutuhkan kerjasama tim yang baik dari para pemain, dan untuk menjalin kerjasama yang baik diharapkan setiap pemain mempunyai keterampilan teknik dasar permainan bola voli adalah: Pasing (*Passing*), Servis (*Service*), Spike (*Smash*), dan Bendungan (*Block*). (Nuril, 2007: 20). *Passing* bisa dipergunakan untuk menerima *service*, mengoperkan bola kepada teman seregunya, menyelamatkan bola, menerima bola dari lawan yang berupa serangan. (Nuril, 2007: 22).

Berdasarkan keterangan diatas maka penelitian ini lebih ditekankan pada keterampilan melakukan *passing* bawah pada permainan bola voli dengan asumsi bahwa *passing* bawah merupakan salah satu langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan dan melakukan pertahanan atau *difense* dalam permainan bola voli.

Prestasi olahraga bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri bisa dikatakan baik itu bisa dilihat dari berbagai prestasi yang sudah diperoleh sekolah tersebut. Salah satu prestasi yang yang diperoleh oleh

SMA Katolik St. Augustinus Kediri adalah juara antar sekolah Se-Kota Kediri. Sekolah tersebut menjuarai turnamen antar Sekolah usia 13-15 tahun Putra dan Juara 2 Putri yang diadakan di Kota Kediri.

Prestasi lain yang membanggakan dan membuat harum nama SMA Katolik St. Augustinus Kediri adalah pemain terbaik putri Se-Kota Kediri di sandang oleh pemain bola voli Putri SMA Katolik St. Augustinus Kediri bahkan salah satu pemain bola voli SMA Katolik St. Augustinus Kediri dipanggil untuk memperkuat tim bola voli Kota Kediri pada kejuaraan usia 17 tahun yang diselenggarakan di Sidoarjo.

Meskipun berprestasi tim pada sekolah tersebut memiliki kelemahan pada *passing* bawah, sehingga kelemahan tersebut membuat tim tersebut jarang melakukan umpan-umpan yang akurat terhadap *Smasher*. Maka penelitian ini akan mencoba memberikan latihan *Wall Volley* seberapa besar tingkat ketepatan saat diberikan latihan tersebut. Latihan *Wall Volley* adalah latihan yang memantulkan bola ke dinding.

Oleh karena itu peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Latihan *Wall Volley* Terhadap Prestasi Ketepatan *Passing* Bawah Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2015-2016."

II. METODE

Teknik penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Arikunto, (2006: 5) mengemukakan pendapatnya mengenai penelitian eksperimen sebagai berikut: "eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang bisa mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan". Eksperimen ini menggunakan eksperimen *research*, merupakan pendekatan penelitian kuantitatif yang paling penuh, dalam arti memenuhi semua persyaratan untuk menguji hubungan sebab akibat. Arikunto, (2006: 8).

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain kelompok tunggal dengan *pretest-post test.* Desain ini digunakan karena jumlah subjek yang sangat terbatas, dan untuk mengetahui hubungan sebab akibat dari sebuah perlakuan yaitu melihat ada tidaknya prestasi ketepatan *passing* bawah setelah latihan *wall volley.*

Dalam hal ini terdapat satu kelompok subjek penelitian yang diberi tes (*pretest*) untuk mengetahui kondisi awal sebelum mendapat perlakuan (01), selanjutnya penelitian mendapat perlakuan (X), setelah selesai mendapat perlakuan subjek penelitian diberi tes akhir (*posttest*)

untuk mengetahui akibat yang timbul dari perlakuan yang diberikan (O2), desain eksperimen yang digunakan adalah *Pretest Posttest One Group* dan pola desain eksperimennya adalah sebagai berikut:

Pretest	*Treatment*	*Posttest*
01 →	*X* →	*02*

Keterangan:

01 = *Pre-test* diberikan sebelum siswa mendapat perlakuan.

X = Perlakuan, dalam hal ini tindakan latihan *wall volley*.

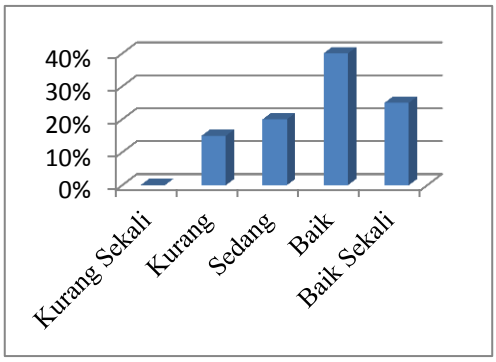
02 = *Post-test* yng diberikan setelah siswa mendapat perlakuan.

Analisa hasil penelitian akan dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dikemukakan pada bab 1, maka dapat diuraikan dengan deskripsi dan data hasil pengujian hipotesis tentang Pengaruh Latihan *Wall Volley* Terhadap Prestasi Ketepatan *Passing* Bawah Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2015-2016. Deskripsi data menyangkut tentang rata-rata, varian, standart deviasi, uji normalitas data serta uji homogenesis, sedangkan pengujian hipotesis dilakukan dengan uji t.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Tabel 4.1 Presentase *pree-test*

Kategori	Pretest	
	F	%
Kurang Sekali	3	15%
Kurang	3	15%
Sedang	6	30%
Baik	7	35%
Baik Sekali	1	5%
Jumlah	20	100%

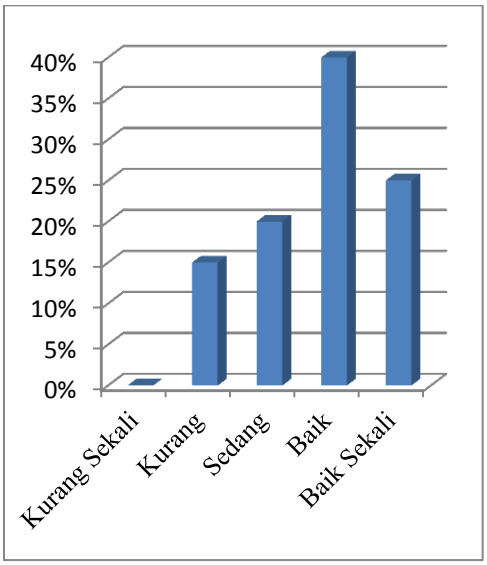


Gambar 4.1 Presentase *pre-test*

Dari tabel dan grafik di atas dapat diketahui bahwa 35% dari 20 siswa yang mengikuti test *Wall Volley* dalam kategori baik.

Tabel 4.2 Presentase *post-test*

Kategori	Posttest	
	F	%
Kurang Sekali	0	0%
Kurang	3	15%
Sedang	4	20%
Baik	8	40%
Baik Sekali	5	25%
Jumlah	20	100%



Gambar 4.2 Presentase *post-test*

Dari tabel dan grafik di atas dapat diketahui bahwa 40% dari 20 siswa yang mengikuti test *Wall Volley* dalam kategori baik.

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan, diketahui rata-rata *Passing* bawah pada siswa putra SMA Katolik St. Augustinus Kediri untuk latihan *Wall Volley pre-test* sebesar 21,9 dan standart deviasi sebesar 5,47. Sedangkan *post-test* diperoleh rata-rata sebesar 24,5 dan standart deviasi sebesar 4,92. Untuk selisih pada *pre-test* dan *post-test Passing* bawah *Wall Volley* diperoleh rata-rata sebesar 2,6 dan standart deviasi sebesar 0,55.

Untuk lebih jelasnya hasil penelitian disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.3 Deskripsi Data Penelitian *Passing* Bawah Latihan *Wall Volley* PadaSiswa Putra SMA Katolik St. Augustinus Kediri

Variabel	Rata-rata (Mean)	Standart Deviasi
Pre-test	21,9	5,47
Post-test	24,5	4,92
Selisih *pre-test* dan *post-test*	2,6	0,5

1. Uji Normalitas

Setelah dilakukan deskripsi data, langkah berikutnya adalah melakukan uji asumsi normalitas yang kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis. Uji asumsi normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil perhitungan uji asumsi normalitas pada taraf signifikansi 5% data pada variabel *Wall Volley pre-test* dinyatakan berdistribusi normal. Karena nilai signifikansi lebih besar dari signifikasi yang telah ditentukan yaitu 0,47 > 0,05. Demikian pula pada data *post-test*nya juga berdistribusi normal. Karena nilai signifikansi lebih besar dari signifikasi yang telah ditentukan yaitu 0,33 > 0,05. Untuk lebih lanjutnya data dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Normalitas

Variabel	Kolmogorov – Smirnov[a]	Shapiro-Wilk
Pre-test	0,956	0,468
Post-test	0,948	0,337

2. Uji Homogenitas

Untuk pengujian homogenitas data, penulis menggunakan cara membandingkan antara varian terbesar dan terkecil. Apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka data dinyatakan homogen. Hasil homogenitas terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian

Variabel	F_{hitung}	F_{tabel}
Pre-test dan post-test	O,81	1,72

Berdasarkan hasil dari tabel uji homogenesis di atas terlihat bahwa varian data penelitian *pre-test* dan *post-test passing* bawah *Wall Volley* pada Siswa Putra SMA Katolik St. Augustinus Kediri semua merupakan data yang bersifat homogen karena $F_{hitung} < F_{tabel}$. Sehingga data ini dapat dilakukan untuk perhitungan pengujian hipotesis.

A. Pengujian Hipotesis

Untuk hipotesis Pengaruh Latihan *Wall Volley* Terhadap Prestasi Ketepatan *Passing* Bawah Pada Siswa Putra SMA Katolik St. Augustinus Kediri. Penulis menggunakan T-test sampel sejenis. Adapun hasil pengujian setelah perhitungan dengan manual dan alat bantu SPSS terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.6 Hasil Uji T-test Sampel Sejenis

Variabel	Rata-rata (M)	SD	T-hitung	T-t_{abel}
Pre-test	21,9	5,47	94,44	1,72
Post-test	24,5	4,92		

Berdasarkan tabel 4.5, terlihat bahwa t_{hitung} 94,44 > t_{tabel} 1,72, maka H_0 ditolak, jadi ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan *passing* bawah pada Siswa Putra SMA Katolik St. Augustinus Kediri setelah mengikuti latihan *Wall Volley* selama 2 bulan.

KESIMPULAN

Dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut *pre-test* 21,9 dan standart deviasi sebesar 5,47. Sedangkan *post-test* diperoleh rata-rata sebesar 24,5 dan standart deviasi sebesar 4,92. Dari hasil tersebut maka latihan *Wall Volley* berpengaruh terhadap peningkatan prestasi ketepatan *passing* bawah pada Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola voli di SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2014-2015 Besar pengaruh latihan *Wall Volley* dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* rata-rata sebesar 2,6 sedangkan Standart deviasi sebesar 0,5.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola voli.* Surakarta: Era Pustaka Utama.

Arikunto, S. 1992. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: PT. Rineka Cipta.

Azizi, A. 2012. *Pengaruh Latihan Split Jump Terhadap Peningkatan Kecepatan Tendangan Depan Pada pencak Silat.* Disertasi tidak diterbitkan. Surabaya: Pps Universitas Negeri Surabaya.

Bachtiar. 2002. *Permaian Besar II Bola voli Dan Bola tangan.* Jakarta: Universitas Terbuka Departemen Pendidikan Nasional.

Barbara. 1996. *Bola voli Tingkat Pemula.* Jakarta: PT. Raja Gafindo Persada.

Beutelstal, D. 1984. *Belajar bermain bola voli*. Bandung: CV. Pionir Jaya.

Endra.2013. *Pengertian Passing Atas*. (Online). (http://jolodonk-endra.blogspot.com/2011/11/pengertian-bola-voly.html. Diunduh Pada 04 April 2015)

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching.* Jakarta: DEPDIKBUD.

Ihsani, M. 2013. *Pengaruh Latihan Passing Pantulan Dinding (Wall Volley) Terhadap Kemampuan passing Atas Permainan Bola voli SMAN 1 Kwanyar Bangkalan*.(Online).(http://tangantangankecl.blogspot.com/2013/10/vbehaviorurldefaultvmlo.html. Diunduh Pada 29 Mei 2015)

Ishak, R. 2013. *Menigkatkan Kemampuan Passing Atas Pada Permainan Bolavoli dengan Metode Pembelajaran Demontrasi Siswa kelas IX SMK 1 Sumawa*, jurnal bola voli. Vol 15. Hal. 5-6.

Januariz. 2010. *Teknik Passing Atas Dan Passing Bawah*. (Online). (http://januariz.blogspot.com/2010/11/teknik-passing-atas-dan-passing-bawah.html. Diunduh Pada 10 Mei 2015)

Laksono, K. 2014. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surabaya: *Unesa University Press.*

Maksum, A. 2009. *Metode Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: *Unesa University Press.*

Martini. 2007. *Prosedur dan Prinsip-Prinsip Statistika.* Unesa University Press.

Nurhasan. 2003. *Tes Dan Pengukuran*. Surabaya: Universitas Press Unesa.

Panglia, J. 2014.*A Guide to Volley ball Basics.* Journal Sport. Vol 28. Hal 1-28.

PP, PBVSI. *Peraturan Permainan Bola voli*. (2005). Jakarta: PP.PBVSI.

Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga.* Jakarta:

DEPDIKBUD. Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.

Sasmita. 2013. *Materi ilmu kepelatihan dasar*.Surbaya: *Unesa University Press.*

Sudarmono. 2013. *Pengertian Service Dan Passing Dalam Permainan Bolavoly*.(Online). http://sudarmono23.blogspot.com/2013/06/pengertian-service-dan-passing-dalam.html. Diunduh 17 Juni 2015)

Sugiyono. 2005. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV. ALFABETA.

Suselfi, D. 2005. *Pengaruh Latihan Passing Bawah Terhadap Prestasi Ketepatan Passing Bawah pada Pemain Putri Persatuan Bola voli Slebor Pamekasan.* Disertasi tidak diterbitkan. Surabaya: Pps Universitas Negeri Surabaya.

Wahyudi, A. 2010. *Pembelajaran Bola voli Passing Bawah Dan Passing Atas*. (Online). http://dwieratmanto.blogspot.com/2007/12/passing-bawah-bola-voli.html. Diunduh 21 Juni 2015)

Wikipedia. 2014. *Bola voli*. (Online). (http://id.wikipedia.org/wiki/Bola_voli . Diunduh Pada 23 Maret 2015)

Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola voli*. Jakarta: DEPDIKBUD. Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembiusan Tenaga Kependidikan.

Yue, H. 2014.*Volley ball pass technique teaching effect influence factors SPSS difference test basedon AH*. Journal Sport. Vol 6. Hal 1.