

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN *PASSING TARGET* DAN *PASSING KE DINDING* TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* ATAS BOLA VOLI PADA ATLET *CLUB BINA VOLI BANYUMAS (BVB)*

Unik Darmawan¹, Kusnandar², Bayu Suko Wahono³

Latar Belakang: Pada saat melakukan observasi di club bola voli Bina Voli Banyumas (BVB) dengan melakukan tes kemampuan passing atas, mendapatkan hasil dengan nilai paling tinggi yaitu sebesar 49 sedangkan nilai yang diharapkan adalah >54. Sehingga para atlet bola voli Bina Voli Banyumas (BVB) membutuhkan latihan yang bisa meningkatkan keterampilan passing atas.

Metodologi: Desain yang digunakan dalam penelitian *quasy* eksperimen dengan menggunakan rancangan *two group pre-test* dan *post-test* design. Teknik *Sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* dan diperoleh 20 responden yang memenuhi kriteria dan dibagi dalam dua kelompok untuk pembagian kelompok dalam penelitian ini menggunakan *ordinal pairing*. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan passing atas menurut tes kebugaran jasmani tahun 1999.

Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil uji *paired sampel t-test*, ditemukan bahwa kedua kelompok latihan oleh nilai signifikansi (sig.) yang sangat rendah, yaitu 0,001 dan 0,001. Berdasarkan hasil uji *independent sample t-test* diperoleh nilai signifikansi (sig.2 tailed) sebesar 0.040. Nilai ini menunjukkan bahwa perbedaan efek antara kedua kelompok latihan tersebut adalah signifikan, karena nilai sig. < 0.05.

Kata Kunci: *Passing Target*, *Passing Ke Dinding*, Keterampilan *Passing Atas*, Bola Voli

¹Mahasiswa Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Departemen Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

THE EFFECT OF TARGET PASSING TRAINING AND PASSING TO THE WALL ON VOLLEYBALL TOP PASSING SKILLS IN BINA VOLLEYBALL CLUB ATHLETES BANYUMAS (BVB)

Unik Darmawan¹, Kusnandar², Bayu Suko Wahono³

Background: When making observations at the Bina Voli Banyumas (BVB) volleyball club by conducting an upper passing ability test, getting results with the highest value of 49 while the expected value is > 54 . So that Bina Voli Banyumas (BVB) volleyball athletes need training that can improve their upper passing skills.

Methodology: The design used in quasy experimental research using a two group pre-test and post-test design. Sampling technique used is purposive sampling and obtained 20 respondents who meet the criteria and divided into two groups for the division of groups in this study using ordinal pairing. The instrument used was the upper passing skill test according to the 1999 physical fitness test.

Research Results: Based on the results of the paired sample t-test, it was found that both groups of exercises by a very low significance value (sig.), namely 0.001 and 0.001. Based on the results of the independent sample t-test, the significance value (sig.2 tailed) was 0.040. This value indicates that the difference in effect between the two exercise groups is significant, because the sig. < 0.05 .

Keywords: Target Passing, Passing to the Wall, Upper Passing Skills, Volleyball

¹Student of Physical Education FIKes Universitas Jenderal Soedirman

²Department of Physical Education Department FIKes Universitas Jenderal Soedirman