

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN *PASSING* MENGGUNAKAN MEDIA DINDING DAN BERPASANGAN UNTUK MENINGKATKAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMP NEGERI 22 BANDAR LAMPUNG

Oleh

MEY KRISDIANTY

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* menggunakan media dinding dan berpasangan untuk meningkatkan *passing* bawah bola voli siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 22 Bandar Lampung. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Sampel penelitian diambil dari siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 22 Bandar Lampung berjumlah 30 orang. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu tes keterampilan bola voli dari AAHPERD yang dirancang khusus untuk siswa SMP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) ada pengaruh yang signifikan latihan *passing* menggunakan media dinding untuk meningkatkan *passing* bawah bola voli siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 22 Bandar Lampung, dengan nilai $t_{hitung} = 8,126 > t_{tabel} 2,145$. 2) ada pengaruh yang signifikan latihan *passing* berpasangan untuk meningkatkan *passing* bawah bola voli siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 22 Bandar Lampung, dengan nilai $t_{hitung} = 5,870 > t_{tabel} 2,145$. dan 3) tidak ada perbedaan yang signifikan antara latihan *passing* menggunakan media dinding dan *passing* berpasangan untuk meningkatkan *passing* bawah bola voli siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 22 Bandar Lampung, rata-rata post-tes latihan media dinding (15,8) dan rata-rata post-tes latihan berpasangan (14,4) dengan nilai $t_{hitung} = 1,822 < t_{tabel} 2,048$, Menunjukkan bahwa kedua latihan tersebut sama-sama baik untuk model pembelajaran *passing* bawah bola voli di SMP Negeri 22 Bandar Lampung.

Kata kunci: media dinding, berpasangan, *passing* bawah

ABSTRACT

THE EFFECT OF PASSING TRAINING USING WALL MEDIA AND IN PAIRS TO IMPROVE PASSING UNDER VOLLEYBALL FOR EXTRACURRICULAR STUDENTS VOLLEYBALL EXTRACURRICULAR STUDENTS OF SMP NEGERI 22 BANDAR LAMPUNG

By

MEY KRISDIANTY

This study aims to determine the effect of passing training using wall and paired media to improve volleyball bottom passing of volleyball extracurricular students of SMP Negeri 22 Bandar Lampung. The research method used in this study was experimental. The research sample was taken from volleyball extracurricular students of SMP Negeri 22 Bandar Lampung totaling 30 people. The research instrument used was the volleyball skills test from AAHPERD which is specifically designed for junior high school students. The results showed that 1) there was a significant effect of passing training using wall media to improve the lower passing of volleyball for volleyball extracurricular students of SMP Negeri 22 Bandar Lampung, with a value of $t_{count} = 8.126 > t_{table} 2.145$. 2) there is a significant effect of paired passing training to improve volleyball lower passing of volleyball extracurricular students of SMP Negeri 22 Bandar Lampung, with a t value $= 5.870 > t_{table} 2.145$. And 3) There is no significant difference between passing exercises using wall media and pair passing to improve volleyball underhand passing of volleyball extracurricular students at SMP Negeri 22 Bandar Lampung, the average post-test of wall media exercises (15.8) and the average post-test of pair training (14.4) with a calculated t value $= 1.822 < t_{table} 2.048$, indicating that both exercises are equally good for the volleyball underhand passing learning model at SMP Negeri 22 Bandar Lampung.

Keywords: wall media, pairs, underhand passing