

**PERBEDAAN PENGARUH VARIASI LATIHAN PASSING ATAS BERPASANGAN
MENGUNAKAN NET DENGAN VARIASI LATIHAN PASSING ATAS TANPA
MENGUNAKAN NET TERHADAP HASIL PASSING ATAS PADA ATLET
BINA PUTRI TAHUN 2021**

**(Differences Of The Effect Of Variations Of Passing Training In Partnership Using Net
With Variations Of Passing Training Without Using Net On The Results Of The Passing
On The Athletes Of Development Of Women In 2021)**

Novita Sari Manik *, Filli Azandi **

*, ** Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Medan – Sumatera Utara

novitasarimanik@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the difference in the effect of variations in paired passing exercises using the net with variations of over-passing exercises without using the net on the results of passing over in volleyball extracurricular students at the Women's Athletes in 2021. The research method used in this research is the experimental method. The population in this study were volleyball extracurricular students at Athletes Bina Putri in 2021, totaling 24 students. The number of samples was 20 people using a purposive sampling technique, then divided into two groups using the matching by pairing technique, namely variations of over-passing exercises using the net with variations of over-passing exercises without using the net. The research instrument for collecting data was by tests and measurements, then to see the effect of each independent and dependent variable, statistical calculations were used paired t-test and unpaired t-test. After the data has been collected, the analysis is carried out: (1) Analysis of the hypothesis I of the increase in the results of the passing over the paired passing practice group using the net, obtained t of 7.30 and t of 1.83 with $\alpha = 0.05$ ($t > t$) meaning H_0 is rejected and H_a is accepted. It can be concluded that there is a significant effect of paired passing practice using the net on the over-passing results in volleyball games for the Women's Athletes in 2021. (2) Hypothesis II analysis of the increase in the results of the over-passing exercise group without using the net obtained t of 6.1 and t of 1.83 with $\alpha = 0.05$ ($t > t$) meaning H_0 is rejected and H_a is accepted. So, it can be concluded that there is a significant effect of over-the-top passing practice without using the net on the results of the over-passing of the Women's Athletes in 2021. (3) Hypothesis III analysis of the mean and standard deviation obtained t 39.06 and t of 1.73 with $\alpha = 0.05$ ($t > t$) means H_0 is rejected and H_a is accepted. So, the variation of the paired overhead passing exercise using the net has a more significant effect than the variation of the top passing exercise without using the net on the results of the top passing for the Women's Athletes in 2021. Keywords: Exercise Variations, Upper Passing, Volleyball.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dengan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada siswa ekstrakurikuler bola voli pada Atlet Bina Putri Tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bola voli pada Atlet Bina Putri Tahun 2021, berjumlah 24 orang siswa. Jumlah sampel 20 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan menggunakan teknik *matching by pairing* yaitu variasi latihan *passing* atas menggunakan net dengan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan tes dan pengukuran, selanjutnya untuk melihat pengaruh masing masing variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan statistik uji- t berpasangan dan uji t tidak berpasangan. Setelah data terkumpul dilakukan analisis : (1) Analisis hipotesis I peningkatan hasil *passing* atas kelompok latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net diperoleh t sebesar 7.30 dan t sebesar 1,83 dengan $\alpha = 0,05$ ($t > t$) berarti H_0 ditolak dan diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net terhadap hasil *passing* atas dalam permainan bola voli pada Atlet Bina Putri Tahun 2021. (2) Analisis hipotesis II peningkatan hasil *passing* atas

kelompok latihan *passing* atas tanpa menggunakan net diperoleh t sebesar 6,1 serta t sebesar 1,83 dengan $\alpha = 0,05$ ($t > t$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bina Putri Tahun 2021. (3) Analisis hipotesis III dari rata-rata dan simpangan baku diperoleh t 39,06 serta sebesar 1.73 dengan $\alpha = 0,05$ ($t > t$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi bentuk variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net lebih signifikan pengaruhnya dari pada variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bina Putri Tahun 2021.
Kata Kunci: Variasi Latihan, Passing Atas, Bola Voli.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli dapat dilaksanakan dengan baik dan benar apabila seseorang dapat menguasai unsur teknik dasar dalam permainannya (Fernando, 2022). Unsur teknik dalam bermain tersebut meliputi *service*, *passing* atas, *passing* atas, *smash* dan *blocking*. Teknik dasar bolavoli adalah proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga permainan bolavoli. Penguasaan teknik dasar dalam permainan bola voli harus mendapat perhatian serius dalam usaha pengembangan dan peningkatan kualitas permainannya. *Passing* atas adalah salah satu teknik dasar permainan bola voli. Dilihat dari segi teknik dan taktik, *passing* atas sering digunakan dalam permainan bola voli yaitu untuk memberikan umpan kepada teman yang akan melakukan serangan ke lapangan lawan. Dalam pelaksanaannya seorang *spiker* dalam melakukan *smash* ke lapangan lawan harus mendapatkan bola yang sesuai dengan arah dan taktik serangan yang telah di sepakati sebelumnya. Kesalahan dalam melakukan *passing* atas ke arah *spiker* akan membuat serangan menjadi gagal sehingga tim akan kehilangan kesempatan mendapatkan point. Dalam posisi ini tim menjadi bertahan untuk menerima serangan dari lawan. Karena pentingnya *passing* atas pada saat bertanding maka para pemain lebih difokuskan untuk bisa melakukan teknik dasar *passing* atas dengan baik (Irfandi & Rahmat, 2022).

Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net (Syntia & Sugiharto, 2022). Dimana tim beranggotakan enam dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki (9 meter persegi) bagi setiap tim. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan lawan sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola. Permainan bola voli dalam perkembangannya semakin dapat diterima dan digemari oleh masyarakat, gejala ini terjadi karena permainan bola voli merupakan olahraga yang cukup menarik dan menyenangkan karena beberapa alasan diantaranya karena olahraga ini dapat dimainkan dan dinikmati oleh segala usia dan tingkat kemampuan. Bola voli merupakan kegiatan bersifat rekreasi yang sangat populer terbukti dengan adanya sejumlah liga dalam masyarakat dan program pertandingan antar sekolah. Bola voli juga merupakan olahraga prestasi karena sering dipertandingkan ditingkat sekolah, juga pertandingan antar daerah, tingkat nasional dan internasional. Oleh karena itu banyak pembinaan-pembinaan yang dilakukan untuk mencapai prestasi. Pembinaan bola voli juga dilakukan dilembaga-lembaga pendidikan seperti sekolah melalui ekstrakurikuler bola voli. Agar permainan bola voli berjalan dan berlangsung dengan baik, lancar dan teratur maka para pemain dituntut harus menguasai teknik dasar permainan bola voli. Teknik dasar itu merupakan bagian dari permainan bola voli. Walaupun sederhana dalam bentuk permainannya seseorang hanya bisa bermain bola voli dengan baik bila mampu melakukan teknik-teknik gerakan yang sesuai dengan peraturan permainan (Siregar & Nugroho, 2022).

Perkembangan kualitas teknik permainan bola voli mengacu pada tingkat penguasaan teknik dasar awalnya (Lubis et al., 2018). Unsur gerakan dasar akan berkembang menuju gerakan lanjut yang lebih kompleks. Kompleksitas gerakan yang dikembangkan menjadi semakin bervariasi selaras dengan pencapaian prestasi yang hendak dicapai. Karena itu teknik

dasar dalam permainan bola voli semestinya mendapat perhatian yang serius dalam usaha pengembangan dan peningkatan kualitas permainannya. "Teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Penguasaan semua teknik dasar sangat diperlukan karena keterkaitan antara teknik yang satu dengan yang lain. Penguasaan teknik dasar yang sempurna dapat dicapai dengan melakukan latihan-latihan yang berkelanjutan dan menggunakan metode latihan yang baik. Seperti yang telah dikemukakan bahwa salah satu teknik dasar permainan bola voli adalah *passing* atas. Pada permainan bola voli dewasa ini teknik dasar *passing* atas merupakan unsur yang sangat penting dan yang paling utama dalam permainan bola voli khususnya dalam memulai serangan, karena kedudukannya yang begitu penting maka para pemain berusaha untuk dapat melakukan teknik dasar *passing* atas dengan baik (Shiddiq & Rahayu, 2022).

Untuk itu peneliti melakukan pengamatan dan observasi terhadap Club Bina Putri Medan (Lubis & Deliana, 2018). Club Bina Putri Medan adalah salah satu club yang mengaktifkan kegiatan olahraga, seperti membuat club binaan bola voli. Club bola voli Bina Putri Medan sering mengikuti pertandingan antar club dan tingkat kecamatan dan tingkat kabupaten, dimana hasil daripada pertandingan tersebut tidak pernah mendapatkan hasil yang memuaskan dengan menjuarai pertandingan yang mereka ikuti. Dari pengamatan dan observasi peneliti di lapangan club Bina Putri bola voli, peneliti mendapati bahwa dalam suatu pertandingan tim tersebut sering mengalami kegagalan dalam melakukan serangan dan menerima serangan lawan, hal tersebut diakibatkan masih rendahnya penguasaan teknik para pemain terutama tangan dan kaki serta posisi tubuh pada saat melakukan *passing* atas. Peneliti mengamati para pemain yang menerima umpan dengan *passing* atas yang selanjutnya akan memberikan operan (*passing*) kepada *smasher* (*spike*) sering mengalami kegagalan, dimana bola tidak sampai atau tidak melambung dengan tepat dan melenceng dari *smasher*. Apabila teknik *passing* atasnya masih rendah, maka pemain tidak akan bisa melakukan serangan dengan baik untuk menghasilkan, menciptakan poin (angka). Sementara latihan yang diberikan oleh pelatih sudah maksimal tetapi atlet tersebut masih juga sering terjadi kesalahan terutama teknik *passing* atasnya. Peneliti juga melakukan wawancara kepada Bapak Eliston Simamora, S.Pd selaku pelatih bola voli Bina Putri, Pelatih mengatakan bahwasanya teknik *passing* atas atlet club Bina Putri tersebut benar-benar masih rendah hal ini didukung dengan hasil tes *passing* atas yang dilakukan dilapangan pada jadwal latihan, bahwasanya teknik dasar *passing* atas pemain masih dalam kategori sangat kurang (Nugroho & Lubis, 2022).

Pada tes pendahuluan *passing* atas pada atlet club Bina Putri pada hari senin 8 Maret 2021 yang bertepatan dengan jadwal latihan dengan menggunakan tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani dalam buku Nurhasan yaitu *passing* ke dinding dengan ketentuan yang ada dalam buku tersebut maka diperoleh hasil tes pendahuluan 1 orang berada pada kategori Baik, 1 orang berada pada kategori sedang 4 orang kategori kurang, dan 14 orang berada pada kategori Sangat kurang. Untuk itu peneliti mencoba melakukan observasi tentang latihan apa yang mungkin mempengaruhi *passing* atas dengan memberikan perlakuan dalam metode-metode latihan yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* atas. Latihan Oper-memantul-oper, operan bola bebas, melakukan latihan umpan tinggi di luar, servis operan lengan depan dan mengumpan, mengumpan operan bola yang buruk, umpan kebelakang tinggi, keputusan untuk menerima, permainan servis dan mengumpan. Latihan *passing* berpasangan, latihan *passing* dengan bentuk segitiga, latihan *passing* dengan bentuk segi empat, latihan *passing* melewati net, latihan tanpa net, latihan menerima servis dari teman. Latihan *passing* atas dalam posisi duduk sambil merangkang, latihan pengoperan yang semakin sulit, latihan bentuk permainan segitiga, *passing* menggunakan net. latihan *passing* atas bola tinggi, permainan bentuk sirkus. Latihan menangkis gerak menyedok, *passing* berpasangan, *passing* individu, melakukan *passing* atas tanpa melewati garis batas, *passing* atas

menggunakan net dan *passing* dengan melakukan perubahan arah. Berdasarkan latar belakang masalah di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan mencoba memberikan latihan melalui metode latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dan latihan *passing* atas tanpa menggunakan net. Maka itu peneliti melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan pengaruh variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dengan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada atlet Bina Putri Tahun 2021”.

METODE

Bentuk rancangan penelitian ini adalah *pre-test and post-test group design*. Dengan membagi kelompok dengan teknik *matching pairing* (pencocokan pasangan), yaitu membagi 2 (dua) kelompok sampel setelah data diurutkan dan secara seimbang.

Tabel 1. Desain Penelitian

<i>Pre-Test</i> (T1)	<i>Matching by Pairing</i>	Bentuk Latihan	<i>Post-test</i> (T2)
T1	Kelompok 1	Variasi <i>passing</i> atas berpasangan dengan menggunakan net	T2
	Kelompok 2	Variasi <i>passing</i> atas tanpa menggunakan net	

Adapun cara pembagian kelompok berdasarkan perangkingan dengan teknik *matching by pairing* adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Kelompok *Matching Pairing*

No.	Kelompok 1	Kelompok 2
1	1	2
2	4	3
3	5	6
4	8	7
5	9	10
6	12	11
7	13	14
8	16	15
9	17	18
10	20	19

Menurut Sudjana (2002:6) Populasi adalah semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari/diteliti. Agung Sunarno dan R. Syaifullah D. Sihombing (2011 : 59) mengatakan “Populasi dapat diartikan sebagai seluruh anggota kelompok yang telah ditentukan karakteristiknya dengan jelas, baik itu kelompok orang, objek, benda atau kejadian. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 20 (dua puluh) orang atlet. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 20 (dua puluh) atlet dengan menggunakan teknik pengambilan total populasi. Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang diuraikan sebelumnya, bahwa penelitian yang digunakan bermaksud untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengaruh antara variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dengan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas bola voli Bina Putri Tahun 2021. Berkaitan dengan tujuan penelitian tersebut maka penulis menggunakan metode *eksperimen* dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.. *Eksperimen*

adalah kegiatan yang dirancang dan dilaksanakan oleh peneliti untuk mengumpulkan bukti-bukti yang ada hubungannya dengan hipotesis.

Variabel dengan penelitian ini terdiri dari 2 (dua) variabel bebas yaitu variasi *passing* atas berpasangan menggunakan net dengan variasi *passing* atas tanpa menggunakan net, dan 1 (satu) variabel terikat yaitu hasil *passing* atas. Variabel yang akan diukur adalah hasil latihan *passing* atas pada atlet bola voli Bina Putri. Data yang telah terkumpul dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis dengan menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, statistik uji-t dan uji-t gabungan. Membuktikan apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima atau ditolak. Untuk menentukan hasil *passing* atas dengan dibedakan antara variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net pada sampel dapat dihitung dalam uji hipotesa, dengan uji-t. untuk menguji hipotesa ditempuh beberapa prosedur statistik dengan mengacu pada buku Sudjana (2002). yaitu uji-t normalitas dan uji homogenitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil test dan pengukuran yang dilakukan di lapangan merupakan temuan penelitian yang dilakukan selama 18 pertemuan. Dilakukan untuk mengungkapkan kebenaran hipotesa, hasil tes dan pengukuran yang telah diolah melalui rumus statistik menunjukkan deskripsi data sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021

Deskripsi Data	Hasil <i>Passing</i> Atas Bola Voli			
	Variasi latihan <i>passing</i> atas berpasangan menggunakan net		Variasi latihan <i>passing</i> atas tanpa menggunakan net	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Rentang	6-38	14-56	6-36	10-40
Nilai Rata-rata	17	27,3	16,8	22,3
Simpangan Baku	9,71	13,76	9,2	8,87
Beda Rata-rata		10,3		5,5
S. Baku beda		4,47		2,87
t_{hitung}		7,3		6,1
t_{table}		1,83		1,83
$S_{gabungan}$			11,57	
t_{hitung}			39,06	
t_{table}			1,73	

Dari hasil *pre-test* pada kelompok variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net terhadap hasil *passing* atas bola voli diperoleh rentang antara 6-38 dengan rata-rata 17 dan simpangan baku 9,71. Dari hasil *post-test* diperoleh rentang antara 14-56 dengan rata-rata 27,3 dan simpangan baku 13,76. Dari rata-rata *pre-test* dan *post-test* didapat nilai beda 10,3 dengan simpangan baku beda 4,47 sehingga didapat = 7,3.

Dari hasil *pre-test* pada kelompok variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas permainan bola voli diperoleh rentang antara 6-36 dengan rata-rata 16,8 dan simpangan baku 9,52. Dari hasil *post-test* diperoleh rentang antara 10-40 dengan rata-rata 22,3 dan simpangan baku 8,87. Dari rata-rata *pre-test* dan *post-test* didapat nilai beda 5,5

dengan simpangan baku beda 2,87 sehingga didapat = 6,1. Dari pengolahan data akhir didapat nilai simpangan baku gabungan 11,57 sehingga didapat gabungan sebesar 39,06.

Pengujian Persyaratan Analisis
Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

	Kelompok latihan	Rata-rata dan simpangan baku	L_o	L_{tabel}	α	Ket
Hasil <i>passing</i> atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021	Kelompok variasi latihan <i>passing</i> atas berpasangan menggunakan net	<i>Pre-test</i>				
		$\bar{X} = 17$ $S = 9,71$	0,2179	0,258	0,05	Normal
	Kelompok variasi latihan <i>passing</i> atas menggunakan net	<i>Post-test</i>				
		$\bar{X} = 27,3$ $S = 13,76$	0,2359	0,258	0,05	Normal
	Kelompok variasi latihan <i>passing</i> atas tanpa menggunakan net	<i>Pre-test</i>				
		$\bar{X} = 16,8$ $S = 9,2$	0,1920	0,258	0,05	Normal
Kelompok variasi latihan <i>passing</i> atas tanpa menggunakan net	<i>Post-test</i>					
	$\bar{X} = 22,3$ $S = 8,87$	0,1611	0,258	0,05	Normal	

Pengujian normalitas data dengan menggunakan uji *Liliefors*, dari kolom daftar *pre-test* variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net untuk hasil *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021 didapat $L_o = 0,2179$ dan $L_{tabel} = 0,258$ dengan $n = 10$ dan taraf nyata $\alpha = 0,05$. Karena $L_{hitung} < L_{tabel}$ dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang normal. Dari kolom daftar *post-test* variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net untuk hasil *passing* atas siswa ekstrakurikuler bola voli didapat $L_o = 0,2359$ dan dengan $n = 10$ dan taraf nyata $\alpha = 0,05$. Karena dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang normal. Dari kolom daftar *pre-test* variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net untuk *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021 didapat $L_o = 0,1920$ dan dengan $n = 10$ dan taraf nyata $\alpha = 0,05$. Karena dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang normal. Dari kolom daftar *post-test* variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net untuk *passing* atas siswa ekstrakurikuler bola voli didapat $L_o = 0,1611$ dan dengan $n = 10$ dan taraf nyata $\alpha = 0,05$. Karena dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas data *pre-test* untuk hasil *passing* atas bola voli antara kelompok variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net didapat $F_{hitung} = 1,11$ diketahui bahwa $n_1 = 10$, $V_1 = N - 1 = 10 - 1 = 9$ sedangkan 9 sehingga didapat $F_{(0,05)(9,9)} = 3,18$ dengan taraf nyata $\alpha = 0,05$ maka $F_{hitung} < F_{tabel}$ ($1,11 < 3,18$) dapat disimpulkan bahwa kedua varians adalah homogen. Uji homogenitas data *post-test* untuk hasil *passing* atas bola voli antara kelompok variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net dan variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net didapat $F_{hitung} = 2,40$ diketahui bahwa 9 sedangkan 9 sehingga didapat $F_{(0,05)(9,9)} = 3,18$ dengan taraf nyata $\alpha = 0,05$ maka $F_{hitung} < F_{tabel}$ ($2,40 < 3,18$) dapat disimpulkan bahwa kedua varians adalah homogen.

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis I

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis t_{hitung} sebesar 7,3. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan $dk = n-1$ ($10-1=9$) pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ adalah 1,83 dengan demikian $> t_{tabel}$ ($7,3 > 1,83$). Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021.

Pengujian hipotesis II

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis sebesar 6,1. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga dengan $dk = n-1$ ($10-1=9$) pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ adalah 1,83 dengan demikian $> (6,1 > 1,83)$. Hal ini berarti ditolak dan diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari bentuk variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021.

Pengujian hipotesis III

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis sebesar 39,06. Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga dengan $dk = (n_2 + n_2 - 2 = 10 + 10 - 2 = 18)$ pada taraf signifikan $\alpha = 0.05$ adalah 1,73 dengan demikian $> (39,06 > 1,73)$. Hal ini berarti ditolak dan diterima. Dapat disimpulkan bahwa bentuk variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net sangat lebih besar pengaruhnya dari pada bentuk variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021.

Pembahasan

Pembahasan hasil analisis data penelitian dimaksudkan untuk mempermudah dalam menarik kesimpulan hasil penelitian. Dari hasil pengujian hipotesis pertama menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net terhadap hasil *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021. Hal ini disebabkan karena variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net merupakan salah satu bentuk latihan yang memiliki karakteristik untuk meningkatkan akurasi atau arah *passing* (operan) bola. Tepat tidaknya arah bola sangat berpengaruh terhadap umpan yang akan diberikan oleh *set-up* kepada *smasher* agar mendapatkan point dan memenangkan pertandingan.

Dari hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021. Variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net dilakukan dengan posisi bola tidak selalu ideal, variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net dituntut mengarahkan bola sesuai dengan kondisi saat permainan yaitu bola di depan, di samping dan juga di belakang.

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga menunjukkan bahwa variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net lebih besar pengaruhnya dari pada variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021. Pada dasarnya kedua bentuk latihan ini sama-sama memiliki karakteristik untuk meningkatkan hasil *passing* atas. Karena pada bentuk variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net sampel tidak bisa optimal dalam penguasaan bola dan mengontrol bola secara kuantitas *passing*, sedangkan dalam bentuk variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net sampel terlihat bebas akan posisi bola yang melambung tinggi sehingga menambah sering sample melakukan *passing* atas. Hal ini yang menyebabkan bentuk variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net lebih berpengaruh dari pada bentuk variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net.

KESIMPULAN

Dari hasil pengujian hipotesis ditarik kesimpulan sebagai berikut: Variasi latihan *passing* atas berpasangan menggunakan net memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021. Variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *passing* atas Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021. Variasi latihan *passing* atas menggunakan net sangat lebih baik dari Variasi latihan *passing* atas tanpa menggunakan net terhadap hasil *passing* atas pada Atlet Bola Voli Bina Putri Medan Tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Fernando, J. (2022). MEDIA PEMBELAJARAN BOLA VOLI INTERAKTIF BERBASIS ANDROID. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.587>
- Irfandi, I., & Rahmat, Z. (2022). MOTIVASI ATLET DALAM PENINGKATAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.591>
- Lubis, A. E., & Deliana, P. (2018). PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI METODE DEMONSTRASI PADA SISWA SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 6(1), 14–20.
- Lubis, A. E., Ramadan, & Erna. (2018). PENINGKATAN HASIL BELAJAR SERVICE BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 6(2). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v6i2.470>
- Nugroho, A., & Lubis, A. E. (2022). Manajemen Pengelolaan Sarana & Prasarana Keolahragaan. *JSH: Journal of Sport and Health*, 3(2), 1–12.
- Shiddiq, F. I. A., & Rahayu, E. T. (2022). Kontribusi Model Personalized System for Instruction (PSI) terhadap Passing Bawah Bola Voli Siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.777>
- Siregar, F. S., & Nugroho, A. (2022). PENGETAHUAN ATLET TERHADAP RESIKO, PENCEGAHAN, DAN PENANGANAN PERTAMA CEDERA OLAHRAGA BOLA VOLI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(2). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.601>
- Syntia, H., & Sugiharto. (2022). Kontribusi Latihan Overhead Tricep Extension Terhadap Servis Atas Bola Voli Siswa. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(1). <https://doi.org/10.55081/joki.v3i1.778>