



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS BERPASANGAN DENGAN LATIHAN *PASSING* ATAS KE DINDING TERHADAP HASIL *PASSING* ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMK SWASTA TELADAN MEDAN TAHUN AJARAN 2021**

**DIFFERENCES OF THE EFFECT OF UP-PASSING TRAINING PAIRING WITH UP-TO-WALL PASSING TRAINING ON THE RESULTS OF UP-PASSING IN VOLLEY BALL GAME ON BOYS' STUDENTS EXTRACURRICULAR VOLLEY BALL PRIVATE VOCATIONAL SCHOOL TELADAN MEDAN, ACADEMIC YEAR 2021**

Fajar Sidik Siregar<sup>1</sup>, Andi Hasriadi Hasyim<sup>2</sup>, Arifin Siregar<sup>3</sup>, Agung Nugroho<sup>4</sup>

<sup>1,3</sup> FIP Universitas Negeri Medan

<sup>2</sup> FIK Unuversitas Negeri Jakarta

<sup>4</sup> STOK Bina Guna

Jalan Willem Iskandar Pasar V Kotak Pos No. 1589 Kota Medan Provinsi Sumatera Utara  
Indonesia 20221

Email : [fajar.sidik@unimed.ac.id](mailto:fajar.sidik@unimed.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan uuntuk mengetahui bentuk latihan bola volii manakah yang lebih berpengaruh antara bentuk latihan passing atas berpasangan dengan latihan passing ke dinding terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode experiment, dan pelaksanaan latihan yaitu dengan bentuk latihan passing atas berpasangan dengan passing atas ke dinding.

Setelah data terkumpul dilakukan analisis: (1) Analisis hipotesis I peningkatan hasil passing atas kelompok latihan passing atas berpasangan diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 11,09 dan  $t_{tabel}$  sebesar 2,57 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dimana ( $11,09 > 2,57$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan passing atas berpasangan terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021. (2) Analisis hipotesis II peningkatan hasil passing atas kelompok latihan passing atas ke dinding diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 3,43 serta  $t_{tabel}$  2,57 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) dimana ( $3,43 > 2,57$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan passing atas ke dinding terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021. (3) Analisis hipotesis III dari rata-rata dan simpangan baku diperoleh  $t_{hitung}$  0,11 serta  $t_{tabel}$  sebesar 2,23 dengan  $\alpha = 0,05$  ( $t_{hitung} < t_{tabel}$ ) dimana ( $0,11 < 2,23$ ) berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Jadi bentuk latihan passing atas berpasangan tidak lebih besar pengaruhnya dibandingkan dengan latihan passing atas ke dinding terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021.

Jadi, berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka terdapat beberapa kesimpulan sebagai berikut : (1) Ada pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan passing atas berpasangan terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021. (2) Ada pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan passing atas ke dinding terhadap hasil passing atas dalam



permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun



2021. (3) Latihan Passing atas berpasangan tidak lebih besar pengaruhnya dibandingkan dengan latihan passing atas ke dinding terhadap hasil passing atas dalam permainan bola voli putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021.

**Kata kunci:** Latihan passing atas berpasangan, latihan passing atas ke dinding

## ABSTRACT

This study aims to find out which form of volleyball training is more influential between the form of paired up-passing exercises and wall-passing exercises on the results of upper-passing in volleyball games. The research method used in this study is an experimental method, and the implementation of the exercise is in the form of a paired top passing exercisewith top passing to the wall.

After the data was collected, the analysis was carried out: (1) Analysis of the hypothesis I of the increase in the results of the passing over the paired passing practice group obtained tcount of 11.09 and ttable of 2.57 with  $= 0.05$  ( $tcount > ttable$ ) where ( $11.09 > 2.57$ ) means that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. It can be concluded that there is a significant effect of paired passing practice on the results of passing over in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at SMK Swasta Teladan Medan in 2021. (2) Hypothesis II analysis of the increase in the results of the over-the-wall passing practice group obtained t count of 3.43 and t table 2.57 with  $= 0.05$  ( $t count > t table$ ) where ( $3.43 > 2.57$ ) means  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. It can be concluded that there is a significant effect of the practice of passing over to the wall on the results of passing over in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at SMK Swasta Teladan Medan in 2021. (3) Hypothesis III analysis of the average and standard deviation obtained t count 0.11 and t table of 2.23 with  $= 0.05$  ( $t count < t table$ ) where ( $0.11 < 2.23$ ) means  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected. So the form of paired passing practice has no greater effect than the above-to-wall passing exercise on the results of the upper pass in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at the Medan Teladan Private Vocational High School in 2021.

So, based on the results of hypothesis testing and discussion of research results, there are several conclusions as follows: (1) There is a significant effect of the form of paired passing practice on the results of passing over in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at SMK Swasta Teladan Medan in 2021. (2) There is a significant effect of the form of the over-the-wall passing exercise on the over-passing results in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at SMK Swasta Teladan Medan in 2021. (3) The pair-up- passing exercise has no greater effect than the over-to-top passing exercise. the wall against the results of the upper pass in the men's volleyball game Extracurricular Volleyball at the Medan Teladan Private Vocational School in 2021.

**Keywords:** *Pair up passing practice, top passing practice to the wall.*

## PENDAHULUAN (Times New Roman, Tebal, Rata kanan kiri, ukuran tulisan 12 dan spasi 1)

Permainan bola voli dalam perkembangannya semakin dapat diterima dan digemari oleh masyarakat, gejala ini terjadi karena permainan bola voli merupakan olahraga yang cukup menarik. Walaupun sederhana dalam bentuk permainannya seseorang hanya bisa bermain bola voli dengan baik bila mampu

melakukan teknik - teknik gerakan yang sesuai dengan peraturan permainan.

Pengembangan kualitas teknik permainan bola voli mengacu pada tingkat penguasaan teknik dasar awalnya. Karena itu penguasaan teknik dasar dalam permainan bola voli semestinya mendapat perhatian serius dalam usahapengembangan dan peningkatan kualitas permainannya. Nuril Ahmadi (2007:20) menyatakan, "teknik- teknik dasar dalam



permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*.

Dalam permainan bola voli pemain harus memiliki tehnik dalam bermain bola voli dengan menguasai tehnik dasar tersebut maka seseorang dapat bermain bola voli dengan baik. Seorang pemain bolavoli yang baik, maka akan tercipta prestasi yang optimal.

*Passing* atas berpasangan dan *passing* ke dinding merupakan salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan hasil *passing* atas dalam permainan bola voli. Dengan penerapan bentuk latihan yang akan dilakukan, peneliti berharap dapat memecahkan atau memberikan jalan keluar dari masalah yang terjadi pada siswa. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “perbedaan pengaruh latihan *passing* atas berpasangan dan *passing* atas ke dinding terhadap hasil *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021.

Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Menurut Peraturan Permainan Bola Voli (2001-2004:7) menyatakan “bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dipisahkan oleh sebuah net”. Tujuan dari permainan bolavoli adalah melewati bola dari atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan

lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (diluar perkenaan *block*). Dan tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka dan berhak untuk melakukan *service*, serta para pemainnya melakukan pergerakan satu posisi searah jarum jam.

Menurut Muhajir (2006:5), “bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regu tergiri dari 6 pemain dimana tiap regu berusaha memasukkan bola kedalam daerah lawan agar mendapat angka (*point*)”.

Dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk tehnik dasar yang harus dikuasai seorang pemain bola voli. Menurut Nuril Ahmadi (2007:20) bahwa: “Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas *block* dan *smash*”. Oleh sebab itu, seorang pemain membutuhkan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar untuk dapat bermain bola voli secara efektif.

Permainan bola voli menerapkan sistem *rally point*, dimana setiap bola mati akan menghasilkan poin bagi regu yang tidak melakukan kesalahan. Apabila salah satu tim telah memperoleh angka sebanyak 25 poin, maka tim tersebut yang memenangkan pertandingan dalam setiap setnya. Apabila dalam suatu pertandingan kedua regu memperoleh point dua puluh empat sama, maka terjadi selisih dua angka (*point*). Maksudnya, apabila salah satu regu



memperoleh selisih dua *point* lebih tinggi maka regu tersebut yang memenangkan pertandingan pada set tersebut.

Setiap teknik permainan bola voli memiliki karakteristik gerakan masing-masing, dimana teknik-teknik tersebut menjadi komponen-komponen gerakan dalam permainan bola voli. *Passing* adalah salah satu teknik dasar bola voli yang paling berpengaruh dalam permainan bola voli dalam hal pertahanan dan pembentukan serangan. Dikarenakan *passing* menjadi teknik yang mendasar dalam permainan bola voli, maka *passing* sudah seharusnya menjadi hal pertama yang harus diperhatikan dan dilatih agar dapat melanjutkan dan mengembangkan teknik-teknik selanjutnya agar pemain bola voli dapat bermain lebih baik. *Passing* juga dapat dilakukan untuk umpan sebagai persiapan serangan yang dilakukan oleh *set-up*.

Barbara L.Viera ( 2000 : 19 ) mengemukakan *passing* digunakan untuk menerima *service*, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul dari net.

*Passing* sendiri terbagi 2 (dua), yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. Fungsi *passing* atas (*set-up*) adalah untuk mengumpan atau memberikan bola kepada *smasher*. Sedangkan *passing* bawah berfungsi untuk menahan/menerima bola yang di berikan lawan. Dengan kata lain *passing* bawah dapat digunakan untuk

menerima *service*, menerima bola *smash*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah, membentuk dan membangun serangan serta dapat mengambil bola yang memantul dari net.

Pada dasarnya *passing* atas adalah bola yang ditangkap di atas, sentuhkan kekening dan lontarkan kembali ke atas, tetapi karena proses gerakan tersebut dilakukan dengan sangat cepat, maka bola terlihat seperti dipantulkan. Cara melakukan *passing* atas adalah pemain harus belajar bentuk tangan dari teknik *passing* atas, yaitu meletakkan kedua tangan diatas kepala bersamaan dengan telunjuk dan ibu jari membentuk segitiga, setelah menentukan posisi tangan, pemain akan menyentuh bola di atas mata.

Seperti dikatakan oleh Suharno (1983 : 143) teknik pelaksanaan *passing* atas adalah sebagai berikut :

“Sikap persiapan mengambil sikap normal, tubuh harus dalam keadaan seimbang yang labil salah satu kaki berada didepan yang lainnya, lutut ditekuk, badan agak condong sedikit kedepan dengan tangan siap didepan dada. Pada saat melakukan *passing* segeralah menempatkan diri dibawah bola dan tangan diangkat keatas kira-kira setinggi dahi, jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk satu bulatan, jari-jari diregangkan sedikit satu dengan yang lain, dan kedua ibu jari membentuk satu sudut”.



## METODE PENELITIAN

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian yang diuraikan sebelumnya, bahwa penelitian yang digunakan bermaksud untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengaruh antara latihan *passing* atas berpasangan dengan latihan *passing* atas kedinding terhadap hasil *passing* atas pada siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan 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.

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 latihan *passing* atas berpasangan dan latihan *passing* atas ke dinding 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

Dari pengolahan data akhir antar kelompok latihan *passing* atas berpasangan dan kelompok latihan *passing* atas kedinding terhadap hasil *passing* atas di dapat nilai simpangan baku gabungan 7,33.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil bersikan deskripsi data penelitian yang di hasilkan. Lalu pada pembahasan di rujuk kepada teori dan penelitian yang mendukung hasil dari penelitian p penulis.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian, maka peneliti dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari *passing* atas berpasangan terhadap hasil *passing* atas bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing* atas ke dinding terhadap hasil *passing* atas pada siswa putra ekstrakurikuler SMK Swasta Teladan Medan Tahun 2021.
3. Latihan *passing* atas berpasangan tidak lebih besar pengaruhnya dari pada latihan *passing* atas kedinding terhadap hasil *passing* atas pada siswa putra ekstrakurikuler



SMK Swasta Teladan Medan

Tahun 2021.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril (2007), *Panduan olahraga bola voli*, Era Pustaka Utama, Solo
- Arikunto, Suharsimi (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Bompa.O, Tudor.*Terjemahan Buku Theory And Methodology Of Training*. Surabaya : Fakultas Pasca Sarjana Universitas Airlangga Surabaya
- Beutelstahl, Dieter. (1978). *Belajar Bermain Bola Voli*.Bandung:CV Pioner Jaya
- Kleinmann, T and Dieter Kruber. (1986), *Bola volley (Technik; Taktik und Konditionsschulung volleyball)* Alih bahasa Setiadi,A, PT.Gramedia, Jakarta
- Muhajir dan Graha, Ali Satia .(2011).*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.Yudistira
- Muhajir, (2004). *Pendidikan Jasmani, Teori dan Praktek*. Bandung: Penerbit Erlangga
- Sunarno. (2012). *Tes, Pengukuran dan Evaluasi Keolahragaa* . Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- PP.PBVSI.(2002). *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta
- Roji, (2009). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Sunarno, Agung & Sihombing, R.Syaifullah D.(2011).*Metode Penelitian Keolahragaan*.Surakarta:Yuma Pustaka
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika*.Bandung: PT Tarsito Bandung
- Viera, Barbara L. 2000. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada