



Rahmat Syaifudin¹
 Misrodin²
 Nanda Dwicahya³

PENGARUH KETEPATAN PERKENAAN PASING BAWAH MELALUI METODE MODIFIKASI BOLA PANTUL TIM BOLA VOLI BINTANG MUDA DESA TAMBAH SUBUR

Abstrak

Pelatihan ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan, sebelum dan sesudah melakukan latihan passing bawah melalui bola pantul dengan media bola dan tembok terhadap hasil passing bawah yang bagus pada atlet olahraga bola voli club bintang muda desa tambah subur kec. Way bungur kab. lampung timur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain penelitian pre test /post test group design. sampel sebanyak 11 atlet yang di bagi dalam satu kelompok latihan yaitu kelompok eksperimen passing bawah melalui bola pantul dengan media bola dan tembok . Frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu , sebanyak 2-4 set dengan repetisi 8 kali tiap set dan waktu istirahat 2 menit tiap set. program latihan di berikan selama 8 minggu. Teknik analisis data yang di gunakan adalah analisis varians dan di lanjutkan dengan uji beda Hasil analisis data menunjukkan bahwa latihan passing bawah melalui bola pantul dengan media bola dan tembok dapat meningkatkan passing yang bagus pada olahraga bola voli secara signifikan. ($t_{hitung} 10,85 > t_{hitung} 2,04$). pada atlet yang mengikuti latihan olahraga bola voli di klub bintang muda kec.way bungur kab.lampung timur. Hasil penelitian ini di sarankan bahwa untuk meningkatkan passing bawah yang bagus dapat menggunakan model latihan tersebut

Kata Kunci: Passing, Modifikasi, Motode latihan, Bola Voli

Abstract

This training aims to determine the differences in the effect of training, before and after carrying out bottom passing exercises through a bouncing ball with ball media and a wall on good bottom passing results in volleyball athletes at the village youth star club getting more fertile in the district. Way Bungur district. East Lampung. The method used in this research is an experimental method with a pre-test/post-test group design. A sample of 11 athletes were divided into one training group, namely the bottom pass experimental group through a bouncing ball with balls and walls as media. The frequency of exercise is 3 times a week, 2-4 sets with 8 repetitions for each set and 2 minutes of rest time for each set. The exercise program is given for 8 weeks. The data analysis technique used was analysis of variance and continued with a different test The results of the data analysis show that the practice of lower passing through a bouncing ball with a ball and a wall can significantly improve good passing in volleyball. ($t_{count} 10.85 > t_{count} 2.04$). in athletes participating in volleyball sports training at the Bintang Muda Club, Kec. Way Bungur, East Lampung Regency. The results of this study suggest that to increase a good bottom pass you can use this training model

Keywords: Passing, Modification, Training methods, Volleyball

PENDAHULUAN

¹ Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Rekreasi, FKIP, Universitas Nahdlatul Ulama Lampung rahmatsyaif7730@gmail.com

² Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Rekreasi, FKIP, Universitas Nahdlatul Ulama Lampung rahmatsyaif7730@gmail.com

³ Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Rekreasi, FKIP, Universitas Nahdlatul Ulama Lampung nanda.cahya95@gmail.com

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh sehat dan kuat, aktivitas itu sendiri cenderung yang menyenangkan dan menghibur. Kata olahraga berasal dari bahasa Indonesia asli, tidak sama dengan sport. Olahraga berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik. Melihat dari tujuannya, olahraga dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi.

Permainan yang satu ini bisa di mainkan oleh siapa saja, secara umum untuk bisa bermain bola voli memerlukan 2 regu masing-masing 6 orang, dan juga lapangan voli, bola beserta netnya. Apabila Anda ingin mengenal voli lebih dekat atau bahkan menekuninya dengan serius, ada banyak hal yang harus diketahui terlebih dahulu. Anda sebaiknya memahami sejarah, teknik dasar, sekaligus peraturan permainan bola voli. Permainan Bola Voli merupakan olahraga yang menggunakan bola berbahan karet atau kulit dan dimainkan secara berkelompok oleh dua tim. Setiap tim terdiri dari 6 orang pemain yang area permainannya dipisahkan oleh net. Tujuan olahraga ini adalah memukul bola hingga melewati net sekaligus menjatuhkannya ke lantai lapangan di area lawan.

Cara memukul bolanya pun tidak boleh sembarangan, karena ada teknik- teknik tertentu yang harus dikuasai para pemain. Permainannya sendiri dibagi menjadi 2–3 babak. Tim yang mendapatkan skor 25 terlebih dahulu akan dinyatakan sebagai pemenang di babak tersebut. Pemenang pertandingan adalah tim yang berhasil memenangkan dua babak. Olahraga bola voli diciptakan pertama kali oleh William G. Morgan di sekitar akhir abad 19. William G. Morgan dahulunya bekerja di Young Men's Christian Association (YMCA) di Massachusetts, khususnya di bidang pendidikan jasmani. William G. Morgan awalnya terinspirasi dari basket yang diciptakan oleh James Naismith. William rupanya ingin menciptakan sebuah permainan untuk orang-orang tua, sebuah olahraga yang tidak terlalu menuntut kekuatan fisik seperti berlari.

Permainan bola voli adalah olahraga yang di mainkan anak-anak orang dewasa baik pria maupun wanita. menurut PBVSI (2004). tentang peraturan permainan bola voli : bola voli adalah olahraga yang di mainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan di pisahkan oleh sebuah net. tujuan dari permainan ini adalah melewati dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. setiap tim dapat melakukan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok). bola dinyatakan dalam permainan setelah bola di pukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan, permainan di lanjutkan hingga bola menyentuh lantai, blok “ keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna,. Di dalam permainan bola voli, tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (rally point system). apabila tim yang menerima servis dan memenangkan reli, akan memperoleh satu angka dan bahkan untuk melakukan servis, serta mainnya melakukan geseran satu posisi searah jarum jam.

Passing bawah merupakan suatu teknik dasar permainan bola voli yang harus dikuasai oleh pemain bola voli, dimana passing bawah ini sangat berguna untuk menyambut bola servis lalu mengoperkan kepada toser untuk memudahkannya dalam memberikan umpan yang baik bagi smasher.

Passing bawah harus dilatih dengan baik sehingga ketepatan operan dapat dimaksimalkan. Menurut Barbara. l dkk (2004:2) bola voli dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam suatu lapang berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola. Menurut Kurniawan (2012:119) bola voli dimainkan 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa, olahraga permainan bola voli dimainkan oleh 6 orang pemain dalam satu regu, dalam permainan ini setiap regu harus memasukan bola kelapangan regu lain dan menjaga bola dari pihak lawan agar bola yang dipukul tidak mampu masuk kelapangan regu sendiri dan berlomba mencapai angka 25.

Dapat di simpulkan bahwa passing bawah bola voli adalah gerakan menyatukan kedua tangan dan kedua kaki di buka selebar bahu serta mengayunkan tangan ke depan dengan posisi tubuh sedikit direndahkan atau melakukan difen saat lawan melakukan servis atau saat lawan melakukan smash.

Kualitas keterampilan teknik dasar bermain setiap pemain tidak lepas dari faktor-faktor kondisi fisik. Seperti yang dijelaskan sebelumnya ada sembilan komponen kondisi fisik. Menurut Subroto (2010:7.35) dan ditambahkan oleh Rudy (2012:47) yaitu ; Kecepatan (speed), Ketepatan

(accuracy), Kekuatan (strength), Kelentukan (flexibility), Kelincahan (agility), Keseimbangan (balance), Daya tahan (endurance), Koordinasi (coordination), Reaksi (reaction), Daya ledak.

Berdasarkan judul yang saya angkat pasing bawah merupakan masalah yang terdapat di klub bola voli bintang muda. Berkaitan dengan judul tersebut maka untuk mengetahui sejauh mana pengaruh ketepatan pekenaian pasing bawah melalui metode modifikasi bola pantul tim bola voli bintang muda desa tambah subur maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian tentang hubungan kedua variabel ini.

Dan berdasarkan observasi dan penemuan masalah, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Ketepatan Pekenaian Pasing Bawah Melalui Metode Modifikasi Bola Pantul Tim Bola Voli Bintang Muda Desa Tambah Subur”.

METODE

Metode dalam penelitian ini menggunakan Metode eksperimen yaitu 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 mengganggu.

Jadi metode eksperimen ini digunakan untuk mengungkap ada atau tidaknya pengaruh dari variabel-variabel yang telah dipilih untuk dijadikan penelitian. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti dapat menarik kesimpulan, bahwa metode eksperimen adalah jenis metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mencari pengaruh akan variabel-variabelnya.

Desain dalam penelitian ini akan menggunakan True Eksperimental. Menurut Sugiyono (2009:112) “True eksperimental adalah eksperimen yang betul- betul.” Karena dalam desain ini, peneliti dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalanya eksperimen. Karakteristik dalam desain ini adalah adanya sebuah kelompok kontrol. Menurut Sugiyono (2009:112) “dalam true eksperimental ada dua bentuk desain true eksperimental yaitu : Posttest Only Control Design dan Pretest-Posttest Control Group Design.” Dan dalam hal ini peneliti menggunakan desain Pretest-Posttest Control Group Design. Menurut Sugiyono (2009:113) mengemukakan bahwa : “Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi pretest untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.” Caranya kelompok dibagi dua yaitu kelompok A dan kelompok B. masing-masing kelompok memiliki tujuan yang hendak dicapai oleh sang peneliti. Dari kedua kelompok tersebut, maka akan didapatkan sebuah data dan informasi yang akan dijadikan bahan untuk pengambilan kesimpulan.

Kelompok A (eksperimen), dan kelompok B (kontrol). Yang dimaksud kelompok eksperimen adalah sebuah kelompok yang diberikan perlakuan dari seorang peneliti untuk mengetahui akan pengaruh dari perlakuan tersebut. Sedangkan kelompok kontrol adalah sebuah kelompok yang tidak diberikan perlakuan oleh peneliti. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode eksperimen. Yang bertujuan untuk mengetahui akan pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan (treatment). Dan treatment yang dimaksud peneliti adalah model pendekatan taktis jadi peneliti ingin mengetahui pengaruh pendekatan taktis dan pendekatan tradisional (pendekatan teknik) terhadap hasil belajar pasing bawah dalam permainan bola voli

Penelitian ini kemungkinan di laksanakan di bascamb bintang muda Way Bungur lampung timur selama 8 minggu sesuai dengan pernyataan Chu (2000) :

Latihan ketepatan pasing bawah bola pantul dengan metode modifikasi media tembok berbentuk L 90 derajat yang di lakukan 4-10 minggu dapat memberikan hasil yang optimal.

Untuk penelitian ini desain yang digunakan adalah Pretest-Posttest Control Group Design. Tujuannya adalah untuk mempermudah langkah-langkah dalam penelitian. Desain ini juga merupakan hasil dari hipotesis dalam dalam penelitian ini. Pada desain pretest-posttest control group design merupakan desain yang membandingkan tes awal dan tes akhir. Menurut Sugiyono (2009:112).

adapun bentuk desain untuk model ini adalah sebagai berikut :

Table 3.2 *Pretest-posttest control group design*

Kelompok	Pre test	Treatment / Perlakuan	Posttest
Eksperimen	A1	X	A2

Kontrol	B1	–	B2
---------	----	---	----

Keterangan :

A1 : pretest yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen A2 : Posttest yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen

X : Treatmen / Perlakuan yang diberikan dikelompok eksperimen yaitu model pendekatan taktis

B1 : Pretest yang dilaksanakan pada kelompok kontrol B2 : Posttest yang dilaksanakan pada kelompok kontrol

Populasi penelitian adalah keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh tumbuhan, hewan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap, dan sebagainya, sehingga objek- objek ini dapat menjadi sumber dan penelitian (Masyhuri Zainudin, 2009:151. populasi menurut) Suharsimi Arikunto (2006:130) adalah keseluruhan subjek penelitian. populasi penelitian ini adalah tim bola voli bintang muda tambah subur kec. Way Bungur kab. Lampung timur tahun 2022 sebanyak 16 atlet. sampel yang di gunakan dalam penelitian adalah total sampel dari jumlah populasi yang ada, sehingga sempel dengan 10 atlet yang mengikuti klub bola voli putra bintang muda Desa Tambah Subur kec. Way Bungur kab.Lampung Timur sebagai subjeknya.

Dalam penelitian ini, peneliti mencari variabel-variabel penelitian menggunakan teknik pengumpulan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan antara lain melalui observasi dan tes.

1. Observasi

Observasi adalah proses pengamatan dan pencatatan secara sistematis mengenai gejala-gejala yang diteliti. Observasi ini menjadi salah satu dari teknik pengumpulan data yang sesuai dengan tujuan penelitian, yang direncanakan dan dicatat secara sistematis, serta dapat dikontrol keandalan (reliabilitas) dan kesahihannya (validitasnya).

2. Tes

Data prestasi belajar diperoleh dengan menggunakan tes. (Arikunto Iskandar wassid, 2009: 179) menyatakan bahwa tes adalah suatu alat atau prosedur yang sistematis dan objektif untuk memperoleh data-data atau keterangan-keterangan yang diinginkan tentang seseorang, dengan cara yang boleh dikatakan tepat dan tepat. Pendapat lain menyatakan tes adalah suatu cara untuk mengadakan penelitian yang berbentuk suatu tugas atau serangkaian tugas yang harus dikerjakan oleh peserta didik atau sekelompok peserta didik sehingga menghasilkan suatu nilai tentang tingkah laku atau prestasi peserta didik tersebut, yang dibandingkan dengan nilai yang dicapai olehpeserta didik lain atau dengan nilai standar yang ditetapkan. Dalam penelitian ini tes berfungsi untuk mengukur hasil belajar kelas kontrol dan kelas eksperimen sebelum dan setelah dilakukannya perlakuan (treatment)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan dengan frekuensi 2 kali dalam seminggu bertempat di lapangan tim bola voli bintang muda tambah subur. Pelaksanaan penelitian setiap hari Kamis dan Sabtu pada Pukul 16:00-17:30. Subjek penelitian adalah tim bola voli bintang muda tambah subur yang berjumlah 16 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Januari – 28 Januari 2023. Pengambilan data dilaksanakan dua kali yaitu pre test dan post test. Pre test dilaksanakan pada hari kamis 5 Januari sedangkan post test dilaksanakan pada hari sabtu 28 Januari 2023. Pada pelaksanaan pretest dan posttest setiap atlit diberi perlakuan pasing bawah bola metode modifikasi bola pantul selama 8 kali berurut-urut dengan 12 repetisi setiap setnya selama 10 menit. Tes pengukuran dilakukan oleh dua kelompok, yaitu kelompok A dan B.

Tabel 2. Daftar Subyek Penelitian

Kelompok	Jumlah
Pasing Bawah dengan Media Bola Pantul	8
Pasing Bawah dengan tidak menggunakan mediabola pantul	8

Jumlah	16
--------	----

Tabel di atas menunjukkan jumlah sampel sebanyak 16 orang, dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok A (Pasing Bawah dengan Media Bola Pantul) 8 orang dan B (Pasing Bawah dengan tidak menggunakan media bola pantul) sebanyak 8 orang.

Analisis data digunakan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan yaitu ada atau tidaknya pengaruh ketepatan perkenaan pasing bawah melalui metode modifikasi bola pantul tim bola voli bintang muda desa tambah subur. Uji analisis yang digunakan adalah uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis (uji t). Untuk memastikan hasil dapat dilihat sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu data pretest dan posttest. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Shapiro-Wilk dengan program SPSS 25. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Berikut ini akan disajikan hasil uji normalitas yang diperoleh:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Tes	Shapiro-Wilk		
	P	Sig 5%	Keterangan
Pretest pasing Bawah Berpasangan	,140	0,05	Normal
Posttest pasing Bawah Berpasangan	,521	0,05	Normal
Pretest pasing Bawah Metode modifikasi bola Pantul	,908	0,05	Normal
Posttest pasing Bawah Metode modifikasi bola Pantul	,785	0,05	Normal

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika $p > 0,05$, maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0,05$, maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,970	1	14	0,341

Berdasarkan analisis statistik uji homogenitas yang telah dilakukan, didapat nilai probabilitasnya 0,341 yang berarti $> 0,05$, maka dapat disimpulkan data berasal dari populasi yang mempunyai varians sama atau homogen. Artinya, data layak untuk diolah menggunakan uji t.

c. Hipotesis

Uji t dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan. Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

1) Hipotesis 1 Adanya Pengaruh Latihan Pasing bawah berpasangan

Uji t dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan. Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Hasil Uji t Paired Sampel t test pasing bawah berpasangan

	Mean	Df	Ttabel	Thitung	P	Sig 5%	Ket
Pretest	5,90	5	2,306	-5,292	0,001	0,05	Ada Pengaruh
Posttest	11,90	5					

Berdasarkan hasil analisis uji t pada Peningkatan Perkenaan Pasing Bawah berpasangan Bola Voli Tim Bintang Muda Tambah Subur Dengan Metode Modifikasi bola Pantul diperoleh nilai Thitung (-5,292) > Ttabel (2,306) dan nilai p (0,001) < dari 0,05, hasil tersebut menunjukkan

bahwa pasing bawah ada pengaruh signifikan pada Peningkatan Ketepatan Perkenaan Pasing Bawah Bola Voli Tim Bintang Muda Tambah Subur.

2) Hipotesis 2 Adanya Pengaruh pasing bawah metode modifikasi bola pantul

Uji t dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan.

Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Hasil Uji t Paired Sampel t test Pasing Bawah Bola Pantul

	Mean	Df	Ttabel	Thitung	P	Sig 5%	Ket
Pretest	18,88	8	2,306	-4,612	0,002	0,05	Ada Pengaruh
Posttest	24,75	8					

Berdasarkan hasil analisis uji t pada pasing bawah metode modifikasi bola pantul tim bola voli bintang muda tambah subur diperoleh nilai t hitung (- 4,612)

> t tabel (2,306), dan nilai p (0,002) < dari 0,05, hasil tersebut menunjukkan bahwa pasing bawah metode modifikasi bola pantul ada pengaruh signifikan pada Peningkatan Ketepatan Perkenaan Pasing Bawah Metode Modifikasi Bola Pantul Tim Bola Voli Tambah Subur.

3) Hipotesis 3 Pasing Bawah Berpasangan dan pasing bawah bola pantul sama- sama efektif untuk ketepatan perkenaan pasing bawah

Uji t dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan.

Hasil uji hipotesis (uji-t) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Table 7. Hasil Uji t Independent Sample Test

	Mean	Df	Ttabel	Thitung	P	Sig 5%	Ket
Posttest	22,75	8	2,306	-1,595	,155	0,05	Tidak Ada Pengaruh/ DiTolak
Posttest	24,75	8					

Berdasarkan hasil analisa uji Independent Sample Test jika nilai Sig P < 0,05 atau nilai t hitung > t tabel berarti ada peningkatan. Maka diperoleh nilai t hitung (- 1,595)<t tabel (2,306), hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, berarti hipotesis ke 3 yang berbunyi “Pasing Bawah berpasangan dan Pasing Bawah Bola Pantul sama-sama baik atau efektif untuk peningkatan ketepatan perkenaan pasing bawah Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Basing Bawah Bola Pantul terhadap peningkatan ketepatan perkenaan pasing Bawah Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur. Sampel penelitian ini dikelompokkan ke dalam dua kelompok. Dari hasil statistik menunjukkan atlet kelompok A yang mendapatkan perlakuan latihan Pasing Bawah Tanpa Metode Bila Pantul dan kelompok B yang mendapatkan perlakuan latihan Pasing Bawah Bola Pantul selama 8 kali pertemuan. Dengan mengikuti proses latihan selama 8 kali perlakuan dapat meningkatkan ketepatan perkenaan pasing bawah, hal tersebut dapat dilihat dengan adanya perubahan yang signifikan. Peningkatan ketepatan pasing bawah dengan berlatih Pasing Bawah metode Modifikasi Bola Pantul dalam penelitian ini mengalami peningkatan yang signifikan. Bisa dilihat dari hasil analisis data pre test dan post test siswa yang mengikuti perlakuan:

1. Pengaruh Pasing Bawah Berpasangan terhadap peningkatan ketepatan Perkenaan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh ketepatan Pasing bawah sebelum dan sesudah latihan Pasing Bawah Berpasangan. Hal ini ditunjukkan dengan nilai bahwa t hitung -5,292 dan t-tabel df = 8 sebesar 2,306, sedangkan nilai signifikansi p sebesar 0,001, karena t hitung = - 5,292 > t tabel = 2,306 dan nilai signifikansi p sebesar 0,001 < 0,05, berarti ada pengaruh yang signifikan. Artinya Pasing Bawah Berpasangan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.
2. Pengaruh Pasing Bawah Metode modifikasi bola pantul terhadap peningkatan ketepatan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh ketepatan pasing bawah sebelum dan sesudah

latihan Pasing Bawah Metode modifikasi bola pantul. Hal ini ditunjukkan dengan nilai bahwa t hitung $-4,612$ dan t -tabel $df = 8$ sebesar $2,306$, sedangkan nilai signifikansi p sebesar $0,002$, karena t hitung $= -4,612 > t$ tabel $= 2,306$ dan nilai signifikansi p sebesar $0,002 < 0,05$, berarti ada pengaruh yang signifikan. Artinya Pasing Bawah Metode modifikasi bola pantul memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan perkenaan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.

3. Pengaruh Pasing Bawah Berpasangan dan Pasing Bawah Metode modifikasi bola pantul terhadap peningkatan ketepatan perkenaan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur dinyatakan ditolak. Karena berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa t hitung $-1,595$ dan t -tabel $df = 8$ sebesar $2,306$, sedangkan nilai signifikansi p sebesar $,155$, karena t hitung $= -1,595 < t$ tabel $= 2,306$ dan nilai signifikansi p sebesar $,155 > 0,05$, berarti di tolak. Artinya Pasing Bawah Berpasangan dan Pasing Bawah Metode modifikasi bola pantul tidak ada perbedaan atau sama-sama memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan perkenaan pasing bawah atlit Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan yaitu:

1. Ada pengaruh perlakuan latihan Pasing Bawah berpasangan meningkatkan ketepatan perkenaan Pasing Bawah Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.
2. Ada pengaruh perlakuan latihan Pasing Bawah Metode Modifikasi Bola Pantul meningkatkan ketepatan perkenaan pasing bawah Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.
3. Latihan Pasing Bawah berpasangan dan Pasing Bawah Metode Modifikasi Bola Pantul sama-sama berpengaruh terhadap peningkatan ketepatan perkenaan Tim Bola Voli Bintang Muda Tambah Subur.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi. N. (2007). Panduan Olahraga Bola voli.SOLO. Era Pustaka Utama.
- Asep. (2007). Pengertian pasing bawah. Diambil kembali dari <https://repository.uir.ac.id/>
- Bootzin. (1975). Teori Modifikasi. Teori Modifikasi.
- Dudi. H., & Asep. S. (2017). Tehnik Bola Voli : Perkenalan Bola Pada Tangan Saat Pasing Atas Dan Pasing Bawah . Modul 1 Permainan Bola Besar.
- Dwi. Y., & Endang. P. (2020). Pembelajaran Bola Voli. Palembang: Bening media Publishing.
- Dudi. H., & Asep. S. (2017). Teknik Bola Voli : Perkenalan Bola Pada Tangan Saat Pasing Atas Dan Pasing Bawah. Modul 1 Permainan Bola Besar.
- Harsono. (2021). Latihan Kondisi Fisik . FPOK-UPI. Bandung.
- Iskandar, I. H. (2016). Pengaruh Bentuk Permainan Bola Pantul Terhadap Keterampilan. 19.
- Makijan. (2018). Ukura Lapangan Bola voli. Diambil kembali dari Markijan.com: [Http; //www.Markijan.com](http://www.Markijan.com)
- N0eng. M. (1996). Metode Penelitian Kuantitatif. 2.
- Ridha, Nikmatur. Proses penelitian, masalah, variable, dan paradigm penelitian. Jurnal hikmah, vol 14 no 1 (hal 66)
- Suharismi. A. (1987). Metode Penelitian. Prosedur Penelitian, 83.