

**PENGARUH LATIHAN DENGAN MEDIA DINDING
(WALL BOUNCE) TERHADAP KEMAMPUAN PASSING
BAWAH BOLAVOLI EKTRAKURIKULER SMK
NEGERI 1 KELUANG**

**VINA DWIYANI
2021151050**

Abstrak

Masalah yang ada dipenelitian ini adalah siswa belum bisa melakukan *passing* bawah dengan benar, ketepatan lengan dalam melakukan *passing* bawah masih kurang baik dikarenakan rendahnya tingkat kemampuan *passing* bawah pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* bawah dengan media dinding (*wall bounce*) terhadap kemampuan *passing* bolavoli siswa ekstrakurikuler di SMK Negeri 1 Keluang. Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan *desain one group pretest posttest*. Subjek penelitian ini adalah 30 siswa anggota ekstrakurikuler bolavoli. Penelitian dilakukan selama 16 kali pertemuan dalam kurun waktu 1 bulan dengan frekuensi 4 kali perminggu. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan *passing* bawah berdasarkan Tes Miller, dilakukan selama 1 menit sebanyak 3 kali percobaan. Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor *pretest* adalah 52,80 dengan standar deviasi 10,610, sedangkan rata-rata *posttest* meningkat menjadi 58,17 dengan standar deviasi 9,752. Uji hipotesis menggunakan uji t diperoleh t hitung sebesar 3,407 dan t tabel sebesar 1,699 jadi t hitung > t tabel hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan menggunakan media dinding (*wall bounce*) terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* bawah dengan media dinding efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Keluang dan dapat dijadikan sebagai alternatif metode latihan yang efisien dalam kegiatan pembinaan teknik dasar bolavoli.

Kata Kunci: *Passing* bawah, *wallbounce*, media dinding, dan bolavoli