

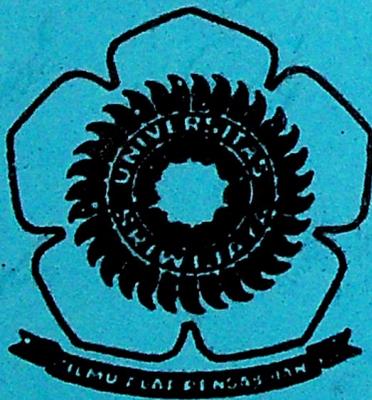
**PENGARUH LATIHAN PASSING ATAS KE DINDING TERHADAP HASIL
PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA
KELAS VIII SMP NEGERI 45 PALEMBANG**

Skripsi Oleh:

YUDI PRIONO

Nomor Induk Mahasiswa 06091406058

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG**

2014

S
796.325 07

Yud

P
2014

U/1

No.daftar : 142391



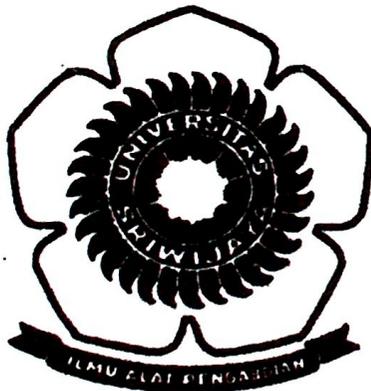
**PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS KE DINDING TERHADAP HASIL
PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA
KELAS VIII SMP NEGERI 45 PALEMBANG**

Skripsi Oleh:

YUDI PRONO

Nomor Induk Mahasiswa 06091406058

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
PALEMBANG
2014**

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* ATAS KE DINDING TERHADAP HASIL
PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA
KELAS VIII SMP NEGERI 45 PALEMBANG**

Skripsi Oleh:

YUDI PRONO

Nomor Induk Mahasiswa 06091406058

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**Disetujui
Sebagai Skripsi Program Strata 1**

Pembimbing I

Drs. Syamsuramel, M.Kes.
NIP. 196303081987031003

Pembimbing II

Dr. Hartati, M.Kes.
NIP. 1960061011985032006

**Disahkan,
Ketua Pelaksana Kampus Palembang**



Dr. Sukirno

NIP. 195508101983031005

Skripsi Ini Telah Diujikan dan Lulus pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 18 Maret 2014

Tim penguji :

1. Ketua : Drs. Syamsuramel, M.Kes



2. Sekretaris : Dr.Hartati , M.Kes



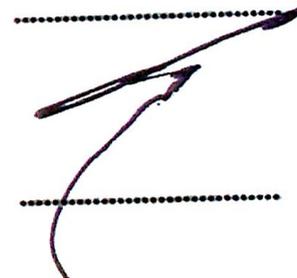
3. Anggota : Drs. Waluyo, M.Pd



4. Anggota : Drs. Maskur A, M.Kes



5. Anggota : Drs. Djumadin S, M.Kes



**Palembang, 1 April 2014
Disetujui oleh
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**Drs. Waluyo, M. Pd
NIP. 195601241984031001**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yudi Priono
NIM : 06091406058
Program Studi : Pendidikan jasmani dan kesehatan

Dengan ini saya nyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Passing Atas Ke Dinding Terhadap Hasil Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang” ini seluruh isinya adalah dengan benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran dan atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Palembang, Januari 2014
Yang Membuat Pernyataan




Yudi PRIONO
NIM 06091406058

Skripsi Ini Kupersembahkan Kepada :

- ❖ *Ayahanda (Sukiman) Dan Ibunda (Sumiyati) Tercinta Yang Senantiasa Menyebut Namaku Dalam Setiap Doa Mereka, Yang Bekerja Keras Demi Kebahagiaan Anak-anaknya*
- ❖ *Saudaraku Leli Indrayani, Rana Sari, Cici Paramida dan Monika Yang Selalu Memberikan Dukungan untuk Keberhasilan Ku*
- ❖ *Seseorang yang selalu memberi warna di hidupku Sanis Herlina*
- ❖ *Keluarga BesarKu di Desa Sungai Langan Yang Memotivasiku untuk Berfikir Lebih Maju*
- ❖ *Guru-GuruKu dari SD, SMP, SMA yang memberikan ilmu dengan tulus Ikhlas*
- ❖ *Bapak Dan Ibu Dosen Yang Telah Banyak Memberikan Pengetahuan*
- ❖ *Teman-Temanku Yang Selalu Mendo'akan Ku (Prengki, Citra Sulistiawan, Wandu, Holiman, Rutino, Afrik)*
- ❖ *Sahabat-SahabatKu PENJASKES Angkatan 2009*
- ❖ *Guru, Staf, dan Siswa SMP Negeri 45 Palembang*
- ❖ *Almamaterku*

Motto :

- ❖ *Senyuman Orang Tua Lebih Berharga Daripada Emas Permata*
- ❖ *Cara Terbaik Untuk Memulai ialah Berhenti Bicara Dan Mulailah Bekerja*
- ❖ *Barang siapa Mempermudah urusan hamba-Nya di dunia, maka Allah akan mempermudah urusannya di dunia dan akherat*
- ❖ *Gutta Cavat Lapidem Non vi sed Saepe Cadendo*
(Titik – Titik Air Yang Melubangi Batu Bukan Karena Kerasnya tapi Karena Terus Menerus Jatuh)
- ❖ *Satu Untuk Semua, Semua Untuk Satu*
- ❖ *Carila Ilmu Dengan Tanpa Mengganggu Dan Meninggalkan Ibadah, Beribadahlah Dengan Ilmu Pengetahuan*

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dengan selesainya penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A sebagai Rektor Unsri, kepada Bapak Prof. Drs. Sofendi, M.a. Ph.D. selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, dan Bapak Drs. Waluyo, M. Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Drs.Syamsuramel, M.Kes. dan Dr. Hartati, M.Kes. sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini. Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak. Ernist Tharir, S. Pd, MM selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 45 Palembang dan Bapak Lukman, S.Pd selaku guru Penjaskes SMP Negeri 45 Palembang yang telah banyak memberikan bantuan dan kemudahan dalam pelaksanaan penelitian ini. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Palembang , Januari 2014
Penulis,



Yudi Priono

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa shalawat serta salam tercurah kepada Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya sekalian hingga akhir zaman, yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “Pengaruh Latihan Passing Atas Ke Dinding Terhadap Hasil Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang ”. Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka. Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan para pembaca umumnya.

Wassalam,

Penulis

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Latihan *Passing atas ke dinding* Terhadap Hasil *Passing Atas* Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMP Negeri 45 Palembang”. Permasalahannya apakah ada Pengaruh Latihan *Passing atas ke dinding* Terhadap Hasil *Passing Atas* Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMP Negeri 45 Palembang?. Tujuan dari penelitian ini adalah. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *Passing atas ke dinding* terhadap hasil *Passing atas* dalam permainan bola voli dan untuk menyusun program latihan secara menarik dan menyenangkan. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang yang berjumlah 226 siswa. Jumlah sampel penelitian ini 60 siswa dengan menggunakan teknik random sampling dan di bagi dengan teknik ordinal pairing menjadi 30 siswa sebagai kelas eksperimen dan 30 siswa sebagai kelas kontrol. Kelas eksperimen diberi perlakuan latihan *Pasing atas ke dinding* dan kelas control tidak diberikan perlakuan. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes awal dan tes akhir. Statistik yang digunakan untuk menganalisa data dalam penelitian hipotesis dengan statistik uji t, maka didapat hasil yang menunjukkan $t_{hitung} = 7,91 > t_{tabel} = 1,771$. Dengan demikian latihan *passing atas ke dinding*, mempunyai pengaruh terhadap hasil *passing atas* dalam permainan bola voli. Dianjurkan agar latihan ini digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing atas* dalam permainan bola voli.

Kata-kata kunci : Latihan *Passing Atas ke Dinding*, *Passing Atas* Dalam Permainan Bola Voli





**UPT PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

NO. DAFTAR: 142391

TANGGAL: 19 JUL 2014'

DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|---|-------------|
| KOP | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| SURAT PERNYATAAN | iii |
| ABSTRAK | iv |
| MOTTO | v |
| UCAPAN TERIMA KASIH..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1. Latar Belakang | 1 |
| 1.2. Identifikasi Masalah | 3 |
| 1.3. Batasan Masalah..... | 3 |
| 1.4. Rumusan Masalah | 3 |
| 1.5. Tujuan Penelitian..... | 3 |
| 1.6. Manfaat Penelitian..... | 4 |
| | |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 5 |
| 2.1. Pengertian Permainan Bola Voli | 5 |
| 2.2. Hakikat Passing | 7 |
| 2.3. Hakikat Passing | 7 |
| 2.4. Passing Atas Ke Dinding..... | 8 |
| 2.5. Hakikat Latihan | 8 |
| 2.6. Prinsip Latihan. | 8 |
| 2.7. Tujuan Latihan | 9 |

| | | |
|---|---|-----------|
| 2.8. | Kerangka Pikir..... | 9 |
| 2.9. | Hipotesis..... | 9 |
| BAB III METODE PENELITIAN | | 10 |
| 3.1. | Jenis Penelitian..... | 10 |
| 3.2. | Hakikat Passing..... | 10 |
| 3.3. | Hakikat Passing Atas..... | 11 |
| 3.4. | Variabel Penelitian..... | 11 |
| 3.5. | Definisi Oprasional Variabel..... | 11 |
| 3.6. | Prinsip dan Sampel..... | 12 |
| | 3.6.1. Populasi..... | 12 |
| | 3.6.2. Sampel..... | 12 |
| | 3.6.3. Tenis Pengambilan Sampling..... | 13 |
| 3.7. | Instrumen dan Pengambilan Data..... | 13 |
| | 3.7.1. Instrumen Penelitian..... | 13 |
| | 3.7.2. Tehnik Pengumpulan Data..... | 14 |
| 3.8. | Jenis dan Sumber Data..... | 14 |
| | 3.8.1. Jenis Data..... | 14 |
| | 3.8.2. Sumber Data..... | 14 |
| 3.9. | Pelaksanaan Perlakuan..... | 15 |
| | 3.9.1. Pengelompokan dan Perlakuan Sampe..... | 15 |
| | 3.9.2. Penyusunan Jadwal Penelitian..... | 15 |
| | 3.9.3. Tehnik Pengumpulan Data..... | 16 |
| | 3.9.4. Uji Normalitas Data..... | 16 |
| | 3.9.5. Uji Homogen Data..... | 18 |
| | 3.9.6. Uji Hipotesis..... | 19 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... | | 21 |
| 4.1. | Hasil Penelitian..... | 21 |
| | 4.1.1. Gambaran Umum lokasi Penelitian..... | 21 |

| | |
|---|-----------|
| 4.1.3. Diskripsi Data Hasil Pretest dan Post test Pasing Atas Kelompok Eksperimen | 21 |
| 4.1.4. Diskripsi Data Hasil Pretest dan Post test Pasing Atas Kelompok Kontrol | 24 |
| 4.1.5. Deskripsi Peningkatan Pengaruh Latihan Passing Atas Kedinding Terhadap Passing Atas Permainan Bola Voli Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol..... | 27 |
| 4.1.6. Uji Normalitas Data..... | 28 |
| 4.1.7. Uji Homogenitas Data..... | 30 |
| 4.1.8. Uji Hipotesis..... | 35 |
| 4.2. Pembahasan..... | 34 |
| 4.2.1. Pembahasan Hasil Pre test & Post test Kelompok Eksperimen..... | 34 |
| 4.2.2. Pembahasan Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol..... | 35 |
| 4.6.3. Pembahasan Data Hasil Pengaruh Latihan Passing Atas Kedinding Terhadap Passing Atas Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang | 35 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 51 |
| 5.1 Kesimpulan..... | 51 |
| 5.2 Saran..... | 51 |
| DAFTAR PUSTAKA | 52 |



DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 1. Jumlah siswa SMP N 45 Palembang | 12 |
| Tabel 2. Pengelompokan sampel berdasarkan hasil tes..... | 13 |
| Tabel 4. Data Distribusi Hasil Pretest Kelompok Eksperimen..... | 22 |
| Tabel 5. Data Distribusi Hasil Posttest Kelompok Kontrol..... | 24 |
| Tabel 6. Daftar Distribusi Frekuensi Posttest Kelompok Eksprimen | 23 |
| Tabel 7. Daftar Distribusi Frekuensi Pretest Kelompok Kontrol | 25 |
| Tabel 8. Perbedaan Mean Pretest dan Posttest Kelompok Eksprimen dan Kelompok Kontrol | 27 |
| Tabel 9. Harga-harga yang Diperlukan untuk Uji Homogenitas Kelompok Sampel | 30 |



DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|--|---------|
| 1. Gambar 1. Lapangan Bola Voli Beserta Uku | 5 |
| 2. Gambar 2. Gerakan Passing Atas..... | 7 |
| 3. Gambar 3. Gerakan Passing Atas Ke Dindin..... | 8 |
| 4. Gambar 4. Histrogram Pretest Kelompok Eksprime | 23 |
| 5. Gambar 5. Histrogram Pretest Kelompok Kontrol..... | 25 |
| 6. Gambar 6. Histrogram Postest Kelompok Eksprimen..... | 24 |
| 7. Gambar 7. Histrogram Postest Kelompok Kontrol..... | 27 |
| 8. Gambar 8. Grafik Perbedaan Pretest dan Postest Kelompok Eksprimen dan Kelompok Kontrol | 28 |



DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|---|---------|
| 1. Daftar Riwayat Hidup | 38 |
| 2. Daptar Distribusi Nilai Beda Pretest dan Posttest Kelompok Ekeperimen dan Kelompok Kontrol..... | 41 |
| 3. Hasil Pretest Kelompok Eksperimen Kelompok Kontrol..... | 43 |
| 4. Hasil Posttest Kelompok Eksperimen Kelompok Kontrol | 45 |
| 5. Surat Keputusan Dekan..... | 53 |
| 6. Daftar Nama-nama Dosen Pembimbing | 54 |
| 7. Usul Judul | 56 |
| 8. Surat Persetujuan Proposal..... | 57 |
| 9. Surat Telah di Seminarkan | 58 |
| 10. SK Pembimbing | 59 |
| 11. SK Penelitian dari UNSRI..... | 60 |
| 12. SK dari Sekolah | 61 |
| 13. SK dari DINAS | 63 |
| 14. Program Latihan..... | 63 |
| 15. Program Latihan Individu | 75 |
| 16. Tabel Harga Distribusi Uji T | 75 |
| 17. Tabel Harga Chi Kuadrat | 76 |
| 18. Dokumentasi | 77 |

BAB I

PENDAHULUAN



1.1 Latar belakang

Olahraga berasal dari dua kata yaitu "Olah" yang berarti mengolah, memperbaiki, menyempurnakan. "Raga" adalah badan, fisik, atau Jasmani. Jadi kata olahraga yang berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik. Olahraga merupakan upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kesegaran jasmani sebagai sarana kesejahteraan hidup individu dan masyarakat luas. Kesejahteraan disini maksudnya bukan hanya memiliki materi yang berlimpah, tetapi orang yang mampu melakukan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kesulitan (Sukirno, 2011:2-3). Sedangkan menurut Tohidin (2007:2) Olahraga adalah gerakan manusia yang dapat secara langsung dilakukan dan dirasakan. Dengan melakukan dan merasakan, Maka manusia akan mendapat pengalaman tentang olahraga.

Menurut Sukirno (2011:17-18) Secara umum olahraga dikelompokkan menjadi empat kelompok yaitu : Olahraga prestasi, olahraga rekreasi, olahraga tradisional, dan olahraga pendidikan. Olahraga prestasi bertujuan untuk mencapai prestasi. Olahraga rekreasi bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, kesegaran, dan kesenangan. Olahraga tradisional sebagai warisan dan budaya bangsa Indonesia. Olahraga Pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang dilakukan melalui aktivitas fisik. Bola voli di Indonesia merupakan olahraga rakyat sehingga peratandinan-pertandingan sering di adakan baik antar sekolah, desa, kecamatan, kabupaten, maupun Nasional. Melihat respon dari masyarakat yang cukup besar maka tidak diragukan lagi banyak yang mengemari olahraga bola voli. Olahraga bola voli merupakan salah satu olahraga bola besar dan termasuk olahraga beregu. Di Sumatra Selatan perkembangan bola voli sangat maju, hal ini terbukti dengan banyak di adakannya pertandingan-pertandingan yang di selenggarakan oleh pemerintah. Untuk menjadi pemain bola voli yang profesional harus menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli diantaranya, servis, passing bawah, passing atas, smash dan blok (bertahan). Passing atas merupakan cara memainkan bola

diatas depan dahi dengan menggunakan kedua jari tangan (Toto Subroto, 2008:2.21). Pada tingkat pelajar tehnik dasar bola voli belum sepenuhnya di kuasai terutama passing atas sehingga pengembangan pola permainan belum begitu maksimal, di tingkat SMP (Sekolah Menengah Pertama) pada umumnya belum dapat melakukan passing atas dan teknik lainnya. Begitupula di SMP Negeri 45 Palembang siswanya belum dapat melakukan passing atas sehingga setiap kali bermain bola voli tidak optimal.

Proses latihan permainan bola voli kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang ternyata siswa mengalami kesulitan yang cukup mendasar terutama dalam melakukan passing atas. Dari hasil observasi, seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 45 Palembang, siswa yang tidak dapat melakukan passing atas mencapai 90% padahal di SMP Negeri 45 Palembang sudah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang di jadwalkan dua kali dalam satu minggu. Akan tetapi setiap kali ada perlombaan bola voli antar sekolah perwakilan dari SMP Negeri 45 Palembang selalu gagal untuk menjadi juara. Hal demikian kerana kurang latihan tehnik permainan bola voli terutama passing atas, siswa mengalami kesulitan untuk mengembalikan bola yang datang dari teman bermain terutama bola tinggi ataupun bola kedua yang di lakukan oleh *tosser* sering sekali gagal. Dari hasil pengamatan peneliti siswa belum bisa melakukan passing atas karena daya tahan dan kekuatan jari-jari lengan belum optimal itu terbukti siswa tidak mampu menggunakan jari-jari tangan untuk mengambil bola tinggi, Selain itu koordinasi tangan dengan bola belum optimal sehingga bola datang, tangan belum siap di atas dahi. Berdasarkan uraian di atas maka penulis berkeinginan untuk menerapkan latihan passing atas ke dinding untuk meningkatkan kemampuan siswa melakukan passing atas dalam permainan bola voli. Di harapkan dengan adanya latihan passing atas kedinding, siswa dapat melakukan passing atas dan dapat meningkatkan prestasi sekolah dalam cabang olahraga bola voli di SMP Negeri 45Palembang.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang dapat di kemukakan adalah sebagai berikut:

1. Siswa belum dapat melakukan teknik passing atas pada permainan bola voli.
2. Daya tahan dan kekuatan jari-jari lengan belum optimal.
3. Keordinasi tangan dengan bola belum baik.

1.3 Batasan Masalah

Mengingat keterbatasan penulis dalam berbagai hal, maka supaya permasalahan pada penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang diharapkan peneliti mebatasi masalah dalam penelitian hanya untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan passing atas ke dinding terhadap keterampilan passing atas permainan bola voli kelas VIII di SMP Negeri 45 Palembang.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka masalah yang di teliti dapat dirumuskan: apakah ada pengaruh latihan passing atas ke dinding terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 45 Palembang.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan ingin mengetahui pengaruh latihan passing atas ke dinding terhadap kemampuan passing atas bola voli siswa kelas VIII di SMP Negeri 45 Palembang.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian diharapkan manfaat dan kegunaan, manfaat yang diharapkan dari hasil akhir penelitian ini adalah :

1. Bagi siswa adalah siswa tidak takut untuk melakukan passing atas dan siswa dapat melakukan passing atas dalam permainan bola voli.
2. Bagi guru adalah dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengajarkan pelajaran jasmani di sekolah.
3. Bagi sekolah adalah Sekolah dapat meningkatkan prestasi cabang olahraga bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Bachtiar. Dkk. 2002. *Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan*. Jakarta : Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.
- Bompa, Tudor, O., 1983. *Theory and Methodology of Training*. Kendall / Hunt publishing Company.
- Faruq, Muhammad, Muhyi. 2009. *Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Olahraga dan Permainan Bola Voli*. Surabaya : Gramedi Widiasarana Indonesia.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologos dalam Coaching*. Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Pendidikan.
- Kleinmann, Theo. & Kruber, Dieter. 1989. *Bola Volley Pembinaan Teknik, Taktik dan Kondisi*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Ma'mun, Amung. & Subroto, Toto 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktik Dalam Pembelajaran Bola Voli*. Jakarta : Dektorat jenderal olahraga.
- Nala, I Gusti, Ngurah. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Bali: Udayana University Press
- Shadily, Hasan. 1986. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta : PT Gramedia
- Soekarman, R., 1989. *Dasar Olahraga Untuk Membina Pelatih dan Atlet*. Jakarta: Haj Masagung.
- Subroto, Toto. & Sukatamsi. 2008. *Permainan Besar Bola Voli dan Sepak Bola*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukadiyanto. & Muluk, Dangsina. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melati Fisik*. Bandung : lubuk Agung.

- Sukirno. 2011. *Kesehatan Olahraga dan Program Latihan Kesegaran Jasmani*. Palembang : Universitas Sriwijaya.
- Sukirno dan Waluyo. 2012. *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang : Unsri Press.
- Suryabrata, Sumadi. 2008. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Syarifuddin, Aip dan Suharta, Asep. 2003. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Tohidin, Didin. 2007. *Adaptasi Fisiologi Dalam Olahraga*. Padang : Wineka Widia.
- Uram, Paul. 2000. *Latihan Peregangan: Pengembangan Progresif Responsif Otot*. Jakarta : Akademika Pressindo.
- Viera, Barbara, L. & Fergusson, Bonnie, Jill,. 2004. *Bola Voli Tingkat Pemula: Servis dan menerima Servis*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Yudiana, Y., Subarjah, H., & Juliantine, T. 2007. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta : Universitas Terbuk
- Aip, Syarifuddin dan Asep Suharta. 2003. *Panduan Olahraga Bola Voli*, Jakarta : PT.Grasindo.