

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini berjudul: **“PENGARUH ALAT BANTU LATIHAN *FINGER RESISTANCE BANDS* TERHADAP AKURASI *PASSING* ATAS BOLA VOLI”**, adalah betul-betul karya tulis saya. Isi dari karya tulis ini bukan merupakan hasil penjiplakan atau pengutipan yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, dengan demikian saya bersedia menanggung resiko sangsi apapun yang dijatuhkan kepada saya jika ternyata ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan seperti dinyatakan diatas.

Ciamis, Agustus 2026
Yang Menyatakan

ROBBY SAERUSDIN
NIM. 2124220035

ABSTRAK

ROBBY SAERUSDIN, NIM: 2124220035. Skripsi ini berjudul “Pengaruh Alat Bantu Latihan *Finger Resistance Bands* Terhadap Akurasi *Passing* Atas Bola Voli”. Selama penulisan skripsi ini, penulis dibawah bimbingan Bapak Gani Kardani, Drs., M.Pd., sebagai pembimbing I dan Ruli Sugiawardana, M.Pd., selaku pembimbing II.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh alat bantu latihan *finger resistance bands* terhadap peningkatan akurasi *passing* atas bola voli pada siswa kelas VIII ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Sukaraja. Metode penelitian menggunakan jenis *true-experimental design* dengan bentuk desain *pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian berjumlah 20 siswa yang dibagi menjadi kelompok eksperimen 10 siswa dan kelompok kontrol 10 siswa. Data yang diperoleh dari hasil *pretest* dan *posttest* akan dianalisis menggunakan bantuan program SPSS 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan akurasi *passing* atas yang signifikan dengan $\text{Sig.} = 0,000 < 0,05$, sedangkan kelompok kontrol tidak signifikan dengan $\text{Sig.} = 0,219 > 0,05$. Hasil uji independent *samples t-test* juga menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok dengan $\text{Sig.} = 0,000 < 0,05$. Peningkatan rata-rata kelompok eksperimen sebesar 10,100 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 0,600. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan menggunakan alat bantu *finger resistance bands* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan akurasi *passing* atas bola voli pada siswa kelas VIII ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Sukaraja.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"PENGARUH ALAT BANTU LATIHAN *FINGER RESISTANCE BANDS* TERHADAP AKURASI *PASSING* ATAS BOLA VOLI "** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Galuh. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna.

Hal ini tidak lepas dari keterbatasan kemampuan dan pengalaman penulis. Kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa mendatang. terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Tita Rohita, S. Kep., Ners., M.M., M.Kep., selaku Rektor Universitas Galuh yang telah memberikan izin kepada penulis sehingga dalam proses penelitian ini sesuai dengan rencana.
2. Ibu Dr. Ida Nuraida., S.Pd., M.Pd., Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh yang telah memberikan rekomendasi dan izinnya untuk bisa melakukan penelitian.
3. Ibu Dr. Risma, S.Si., M.Pd., selaku ketua Prodi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Galuh, yang telah membimbing penulis selama mengikuti perkuliahan.
4. Bapak Gani Kardani, Drs., M.Pd., selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, dorongan dan semangat selama proses penulisan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
5. Bapak Ruli Sugiawardana, M.Pd., selaku pembimbing II yang telah memberikan motivasi, arahan dan bimbingannya selama proses penulisan skripsi ini.
6. Bapak Kepala Sekolah, Staf Pengajar dan Siswa SMP Negeri 1 Sukaraja yang telah memberikan izin dan membantu kelancaran penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

7. Ayah dan Ibu, yang telah mendidik dan membesarkan penulis serta memberikan dorongan moril maupun materil sampai tersusunya tugas akhir ini sehingga dapat menyelesaikan studinya.
8. Rekan-rekan Mahasiswa senasib sepenanggungan yang banyak memberikan bantuan yang tak ternilai harganya selama penulis melaksanakan perkuliahan dan menyelesaikan karya tulis ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini. Semoga amal baik semua pihak yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Amin.

Semoga segala bantuan, dukungan, dan kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Bola Voli.

Ciamis, Agustus 2026
Penulis

ROBBY SAERUSDIN
NIM. 2124220035