

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.