

ABSTRAK

MUHAMMAD ALI RAFFI. 2124220165. “Pengaruh Variasi Latihan *Rally Passing* Berpasangan Terhadap Kemampuan *Control Play* Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMK”. Selama penulisan skripsi ini, penulis di bawah bimbingan Ibu Dr. Risma, S.Si., M.Pd., sebagai pembimbing I dan Ibu Isna Daniyati N, M.Pd., selaku pembimbing II.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya kemampuan *control play* bola voli peserta ekstrakurikuler SMK LPS 1 Ciamis yang disebabkan oleh metode latihan konvensional dan monoton. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh variasi latihan *rally passing* berpasangan terhadap peningkatan kemampuan *control play* bola voli siswa.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental (One-Group Pretest-Posttest Design)*. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa ekstrakurikuler bola voli kelas XI SMK LPS 1 Ciamis sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* (sampel jenuh), sehingga seluruh populasi dijadikan sampel ($N = 30$). Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Brady Volleyball Test*. Data dianalisis secara statistik parametrik melalui uji *Paired Sample t-Test* pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata *control play* dari *pre-test* sebesar 24,13 menjadi 35,67 pada *post-test*, dengan kenaikan rata-rata sebesar 11,54 poin. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai t -hitung = -14,862 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga Hipotesis Nol (H_0) ditolak dan Hipotesis Alternatif (H_a) diterima. Kesimpulannya, terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *rally passing* berpasangan terhadap kemampuan *control play* bola voli siswa ekstrakurikuler SMK LPS 1 Ciamis.