

ABSTRAK

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode eksperimen. dan tujuan yang hendak di capai dalam eksperimen ini adalah untuk mengetahui. Apakah terdapat pengaruh pull-up terhadap pasing atas pada permainan bola voley, apakah dengan latihan pull up dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan pasing atas.

Untuk teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kautz volley ball passing test dengan purposive sampling yaitu siswa ekstrakurikuler bola volley dengan jenis kela min laki – laki, pengambilan sampel penelitian ini adalah “*Pengaruh Pelatihan Pull-up Terhadap kemampuan Melakukan Pasing Atas Pada Permainan Bola Voly*”. langkah awal untuk pengujian hipotesis adalah melakukan uji homogenitas varians terhadap hasil pre-test dan post-test.

Setelah dilakukan pengujian hipotesis di mana hasil pengujian diperoleh $t_{hitung} = 51.8$. nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n-1$ ($20-1=19$) diperoleh harga sebesar 1.729. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 51.8 > t_{tabel} = 1.729$). Berdasarkan Kriteria pengujian bahwa terima H_0 : jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada $\alpha = 0,05$; $dk = n-1$, oleh karena itu hipotesis alternative atau H_a dapat diterima, sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh pelatihan Pull-Up terhadap kemampuan pasing Atas.

Kata kunci : Pelatihan Pull Up