
**ANALISIS KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER SMK S1 PEMBANGUNAN KOTA BENGKULU**

D. F. Elisanti^{1,a)} – Juwita¹⁾ . R. Syaputra¹⁾

Affiliation:

1. Pendidikan Jasmani FKIP
UNIVED Bengkulu

Corresponding Author:

derafungkielisanti@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu, tingkat keterampilan tersebut dituangkan dalam bentuk penilaian yang berwujud tes dan pengukuran. Deskripsi hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu diklasifikasikan berdasarkan norma tes. Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan analisis data kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMK S1 Pembangunan Kota Bengkulu. Sampel yang di ambil dalam penelitian ini yaitu pemain voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berjumlah 19 orang. Yang terdiri dari 13 putra dan 6 putri. dan sampel di ambil melalui teknik *Total Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan *passing* Bawah Bola Voli pada siswa Ekstrakurikuler SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “cukup” dengan rata – rata 35,79 dan nilai tertinggi 54, terendah 17 dengan perolehan sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 21%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 5 orang dengan presentasi sebesar 26%, kategori “Baik (B)” sebanyak 7 orang dengan presentase sebesar 37%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 16%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).



Kata Kunci : Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

Pendahuluan

Olahraga merupakan suatu bentuk aktifitas fisik yang berstruktur dan terencana yang melibatkan gerakan tubuh yang dilakukan secara berulang-ulang yang bertujuan untuk meningkatkan kondisi kebugaran jasmani. Selain itu juga olahraga sangat dibutuhkan setiap orang untuk mendapatkan kebugaran jasmani dengan adanya kebugaran jasmani diharapkan meningkatkan produktifitas. Disisi lain olahraga juga dapat dijadikan sebagai ajang kompetisi atau pertandingan untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi. Menurut Undang undang Republik Indonesia No.3 Tahun 2005 pasal 17 menerangkan ruang lingkup olahraga meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Ketiga kriteria ini mempunyai peran penting peningkatan sumber daya manusia. Undang Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Pasal 18 ayat 4 yang berbunyi "Olahraga Pendidikan pada jaur pendidikan formal dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan". Olahraga dilaksanakan pada intasi pendidikan guna meningkatkan jiwa *sportifitas* dan kebugaran jasmani. Penerapannya sesuai pasal 18 ayat 4 dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisah dari pendidikan pada umumnya yang mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, efektif dan psikomotor melalui aktivitas jasmani. Melalui aktivitas jasmani anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman yang berharga untuk kehidupan seperti kecerdasan, emosi, perhatian, kerjasama, keterampilan, dan sebagainya.

Aktivitas jasmani untuk pendidikan jasmani ini dapat melalui olahraga atau non olahraga. Titik perhatiannya adalah meningkatkan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antar gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya

seperti pendidikan jasmani yang perkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Sukintaka (2004) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental sosial, serta emosional dalam kerangka menuju manusia indonesia seutuhnya dengan wahana aktivitas jasmani sehingga pengertian pendidikan ajasmani adalah peroses interaksi antasra peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya. Salah satunya adalah teknik *passing* bawah bola voli. Gerakan *passing* bawah dilakukan saat posisi bola berada di bawah atau rendah.

Teknik *passing* bawah dalam voli biasanya digunakan untuk menerima bola yang datang dan meluncur ke arah bawah. Teknik ini biasa digunakan sebagai benteng pertahanan untuk menahan *smash* dari lawan. Lalu, *passing* bawah digunakan untuk menerima, menahan, dan mengendalikan bola servis yang dilambungkan oleh lawan. Posisikan tangan kamu berada di bawah dengan menggunakan satu atau dua tangan. Selain mengasah teknik ini, dibutuhkan pula kerja sama yang kuat antara satu tim.

Menurut Winarno (2011:40) menyatakan bahwa permainan bolavoli merupakan cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh enam orang pemain setiap regu, permainan ini akan berjalan dengan baik apabila setiap pemain minimal telah menguasai teknik dasar bermain bolavoli. Menurut Sanchez (2014:153) mengatakan "bolavoli adalah olahraga yang ditandai dengan gerakan-gerakan yang umum seperti melompat, pukulan lengan dan perpindahan yang pendek. Serangan dan memblokir sangat penting dalam permainan bolavoli untuk mencapai kemenangan dalam kompetisi tingkat tinggi"

Dalam pelaksanaan program pendidikan jasmani di sekolah hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu mengedepankan prinsip "*Developmentally*

Appropriate Practice” (DAP). DAP artinya bahwa tugas ajar/gerak yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian maka dalam belajar gerak atau belajar melalui gerakan harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak/peserta didik. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik,psikis maupun keterampilanplannya.

Hal ini dimaksud adalah ketepatan dan kontrol pada teknik *passing* itu sendiri. Teknik *passing* yang dilakukan mengutamakan ketepatan saat *passing*. Siswa SMK S1 Pembangunan Kota Bengkulu pada saat melakukan *passing* bawah banyak siswa yang belum optimal dalam teknik dasar permainan bola voli. Contohnya ada siswa saat *passing* bawah bola tidak sampai pada teman yang menjadi pasangan *passing* dan ada siswa yang belum bisa dalam melakukan *passing* bawah yang benar, dan kurangnya minat siswa. Berdasarkan latar belakang dibawah maka penelitian tertarik melakukan penelitian yang berjudul : Analisis Keterampilan *passing* Bawah Bola Voli pada siswa Ekstrakurikuler SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu.

Hakikat Pengetahuan Bola Voli

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan di Indonesia. Ini bisa dilihat dari memasyarakatnya olahraga bola voli yang dapat dilakukan oleh anak-anak, remaja, orang tua bahkan wanita melakukannya, sehingga tidak heran kalau olahraga bola voli termasuk olahraga rakyat. Ada 4 tujuan manusia melakukan olahraga. Pertama adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga hanya untuk tujuan rekreasi yakni mereka berolahraga untuk mengisi waktu luang dilakukan dengan penuh gembira. Kedua mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan, olahraga ini dilakukan secara formal dengan tujuan untuk mencapai sasaran pendidikan. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Hal ini dikerjakan secara formal baik program

sarana maupun fasilitas di bawah bimbingan tenaga profesional. Keempat adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu (M. Sajoto, 1995 : 2)

Lapangan tempat pertandingan dimainkan bervariasi tergantung pada tingkat usia para siswa anda jumlah pemain di lapngan, garis yang sudah di lantai lapangan, permukaan lapangan, dan jenis lapangan di dalam gedung (*in door*) atau di luar gedung (*out door*). Semua garis yang menandai area bermain pada lapangan berlantai keras memiliki lebar 5 cm. Untuk permainan 6 lawan 6, pertandingan biasanya dimainkan di bawah lapangan bola voli standar ukuran penuh dan garis lapangan sudah tersedia. Ukuran lapangan bola voli *indor* 9 x 18 meter. (Dr. Aep Rohendi,M.Pd & Dr. H. Etor Suwandar, M.Si,2018:157) Olahraga bola voli merupakan permainan yang sangat populer di Indonesia. Hampir di setiap daerah memiliki lapangan voli, selain mudah untuk dilakukan, olahraga bola voli juga tidak memerlukan lapangan yang luas seperti pada olahraga sepakbola, sering kali di desa-desa diadakan kompetisi bola voli yang biasa disebut dengan tarkam atau antar kampung, dan peminatnya pun juga sangat banyak. Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang bertanding menggunakan tangan dan dipisahkan oleh sebuah net, kemudian setiap tim berusaha menjatuhkan bola di area lapangan lawan dengan memukul bola melewati bawah net, setiap tim memiliki enam pemain inti dan beberapa pemain cadangan. Pada permainan bola voli diperlukan kerja sama yang baik dari para pemain sehingga dapat memenangkan pertandingan. Selain kerja sama di dalam permainan bola voli juga ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain, seperti service, passing, smash, dan block. Teknik dasar itu harus dikuasai oleh pemain, jika salah satu teknik dasar tersebut tidak dapat dikuasai dengan baik oleh pemain, maka akan mengalami kesulitan dalam bermain bola voli dan timnya pun juga akan sulit untuk meraih kemenangan. (Arif Hadi Masroni, Eko Hariyanto 2021;06).

Teknik Dasar Bola Voli

Permainan bola voli merupakan jenis olahraga yang membutuhkan keterampilan dan penguasaan teknik. Hal ini karena mengingat dalam olahraga ini, seorang pemain dituntut untuk mampu menjaga bola agar tetap berada diudara dan tidak boleh menyentuh tanah. Selain itu, pemain dituntut mampu menciptakan pukulan yang mampu membuat lawan tidak mampu menciptakan pukulan yang mampu membuat lawan tidak mampu menguasai bola tersebut secara sempurna guna menghasilkan poin. Peroses ini bisa tercipta, bila seorang pemain mampu menguasai teknik bermain bola voli dengan baik dan benar. (Hidayat, 2017:35)

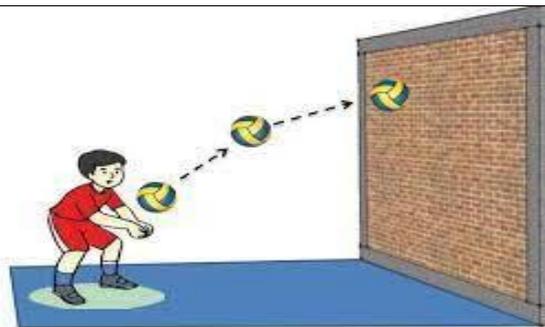
1. Passing

Passing merupakan teknik menerima bola dan mengayunkan kembali kearah yang diinginkan. Teknik ini merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli dan harus diketahui oleh mereka yang ingin melakukan permainan tersebut.

a. *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan suatu teknik dasar dalam permainan bolavoli yang sangat penting. Agar passing bawah yang dilakukan menjadi lebih baik dan sempurna maka passing bawah harus dilakukan dengan gerakan yang dirangkaikan secara baik dan harmonis. Menurut Erianti (2011:159) Passing bawah adalah Passing bawah dalam permainan bolavoli merupakan elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan (bola yang datangnya terlalu keras dan sulit dimainkan dari passing bawah, maka diambil dengan passing bawah). Sementara Bachtiar dkk menjelaskan bahwa “passing bawah di samping untuk pertahanan juga sangat berperan untuk membangun serangan. Passing bawah dapat dilakukan dengan satu atau dua tangan dan penggunaannya sesuai dengan situasi dan tujuan yang ingin dicapai”.

Menurut Hidayat (2017:44) *passing* bawah adalah digunakan pada saat menerima servis atau juga pada saat menerima pukulan *smash*. *Passing* bawah dipilih karena dengan teknik ini, kekuatan tangan akan lebih kuat daripada menggunakan *passing* bawah.



Gambar 1. Teknik passing bawah

Sumbe: Roli Mardian(2020)

a. Pengertian Latihan

Pengertian latihan yang berasal dari kata *training* adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktik, menggunakan metode, dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip-prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya. Salah satu ciri dari latihan baik yang berasal dari kata *practice*, *exercise*, dan *training* adalah beban latihan. Beban latihan oleh pelatih maupun atlet untuk memperbaiki kualitas fungsional berbagai peralatan tubuh. Menurut Basyaruddin Daulay & Sambri Saldi Daulay (2018).

Pengertian latihan menurut Lumintuarso (2010: 45) “latihan pada dasarnya merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk membantu individu dalam meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor”. Diperkuat Noer (1993: 90) “latihan adalah suatu proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan dengan berulang – ulang secara kontinyu dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan untuk mencapai tujuan”. Latihan dikelompokkan menjadi tiga bagian yaitu latihan jangka panjang, jangka menengah, dan jangka pendek.

b. Pengertian Keterampilan

Secara umum pasti kamu sudah tahu. Keterampilan atau Kemampuan selalu disebut-sebut sebagai *skill* yang dimiliki oleh seseorang. Membicarakan tentang *skill*, memang ada banyak ragam kemampuan yang dimiliki oleh setiap orang. Ada keterampilan dibidang menulis, dibidang

public speaking, ada juga keterampilan dibidang olahraga, dibidang matematika dan dibidang kepemimpinan pun ada. Menurut Ridwan Karim (2021)

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan analisis data kuantitatif. Penelitian deskriptif menurut Sugiyono (2016:53) adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui keberadaan nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Prosedur dalam metode penelitian ini adalah dengan menganalisis keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa SMK-S1 Pembangunan.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu, tingkat keterampilan tersebut dituangkan dalam bentuk penilaian yang berwujud tes dan pengukuran. Deskripsi hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu diklasifikasikan berdasarkan norma tes. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data tes *Passing* Bawah Bola Voli tampak pada gambar berikut :

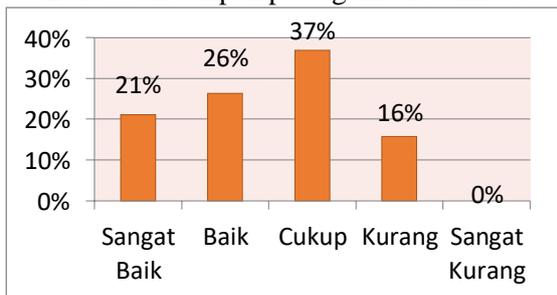


Diagram Batang Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa secara umum data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “cukup” dengan perolehan sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 21%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 5 orang dengan presentasi sebesar 26%, kategori “Baik (B)”

sebanyak 7 orang dengan presentase sebesar 37%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 16%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

Secara rinci peneliti mengelompokan hasil tes berdasarkan jenis kelaminya. Hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu ditampilkan dalam bentuk grafik tes *Passing* Bawah Bola Voli pada gambar berikut :

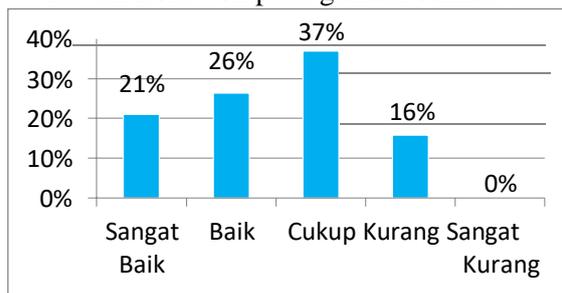


Diagram Batang Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putra SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa secara rinci data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putra di SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “Baik” dengan perolehan sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 25%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 4 orang dengan presentasi sebesar 33%, kategori “Baik (B)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 25%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 2 orang dengan presentase sebesar 17%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

Hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli Putri di SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu ditampilkan dalam bentuk grafik tes *Passing* Bawah Bola Voli pada gambar berikut :



Diagram Batang Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putri SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa secara rinci data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putri di SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “Cukup” dengan perolehan sebanyak 1 orang dengan presentase sebesar 14%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 1 orang dengan presentasi sebesar 14%, kategori “Baik (B)” sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 57%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 1 orang dengan presentase sebesar 14%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “cukup” dengan perolehan sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 21%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 5 orang dengan presentasi sebesar 26%, kategori “Baik (B)” sebanyak 7 orang dengan presentase sebesar 37%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 16%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

Secara rinci data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putra SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “Baik” dengan perolehan sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 25%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 4 orang dengan presentasi sebesar 33%, kategori “Baik (B)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 25%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 2 orang dengan presentase sebesar 17%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK). Data Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Putri SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “Cukup” dengan perolehan sebanyak 1 orang dengan presentase sebesar 14%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 1 orang dengan presentasi sebesar 14%, kategori “Baik (B)”

sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 57%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 1 orang dengan presentase sebesar 14%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

Keterampilan teknik merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga voli. Seorang pemain tidak akan bisa memainkan olahraga voli apabila tidak memiliki keterampilan teknik. Untuk bisa berlatih teknik seorang atlet harus mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilannya. Keberhasilan seseorang atau atlet dalam belajar dan berlatih teknik ditentukan oleh beberapa teknik yang terdiri dari: 1) faktor kondisi fisik, 2) pengalaman gerakan, 3) bakat dan kemampuan belajar, 4) motivasi, 5) bentuk informasi dan instruksi yang diberikan, 6) lingkungan.

Kesimpulan

Keterampilan *passing* Bawah Bola Voli pada siswa Ekstrakurikuler SMK-S1 Pembangunan Kota Bengkulu berada pada kategori “cukup” dengan rata – rata 35,79 dan nilai tertinggi 54, terendah 17 dengan perolehan sebanyak 4 orang dengan presentase sebesar 21%, kategori “Sangat Baik (SB)” sebanyak 5 orang dengan presentasi sebesar 26%, kategori “Baik (B)” sebanyak 7 orang dengan presentase sebesar 37%, kategori “Cukup (C)” sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 16%, dan kategori “Kurang (K)” dan tidak ada pemain pada kategori Sangat Kurang (SK).

DAFTAR PUSTAKA

- Ilham Alek Okta Idham Kholidman(2019). *Analisis keterampilan passing bawah dan passing bawah peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Kota Sungai Penuh* Barat Dayu. Volume.4. Nomor.4.Juni 2019
- Basyudin Davly Dan Samri Saldi Dauliy.(2018) *Pengembangan Variasi Latihan Kombinasi Passing Dan Smash Dalam Bola Voli*. Doi: <https://doi.org/10.24/14/jptk.v20,1.1104>
- Depdiknas .2006. *Permendiknas No 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi*. Jakarta : Depdiknas.
- Didik Rilastiyo Budi. (208). *Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Februari2021<https://www.researchgate.net>

- /publication/348928725_Modifkas,
Femelajaran Pendidikan _Jasmani_Oleh
Tahun. 2021
- Dosen penddikan.(2014). *Pengertian Hipotesis*.
Diakses Pada Tanggal 19 Desember 2021
Dari; [http://www. Dosen Pendidikan.co.id/
hipotesis](http://www.Dosen Pendidikan.co.id/hipotesis)
- Dwi Arfianto. (2011) *Survei Keterampilan Teknk
Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra
Peserta Ekstra Kurikuler Bola Voli Di
SMA/SMK/ MA Sekecamatan Sukorejo
Kab.Kendal Tahun Ajaran 2010/2011*.
Diakses Pada Tanggal 25 Maret
2011.lib.vnnes.ac.id/243/.
- Eelva Alvina. 2017'' *Meningkatkan Kemampuan
Passing Bawah dan Servis Dalam
Permainan Bola Voli Dengan Modifikasi
Bola Plastik Pada Siswa Kelas IV SD
Negri 3 Mulyosari,Kecamatan Pagerojo
Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran
2015/2016*, Dalam Artkel Skripsi,Kediri;
Universitas Nusantara Pgri Kediri
- Ening Siti Rofigoh.(2021), *Pengaruh Modifikasi
Meda Latihan Terhadap Hasil Passing
Bawah Bola Voli Pesaerta Ekstrakulikuler
Masyarakat Islam 1 Prankasalak
Sukabumi*. Doi:
<http://dx.doi.org/10.31602/rjppo.v412.5200>
- Jefri Kuncoro.(2021). *Analisis Kemampuan
Passing Bawah Siswa Ekstrakulikuiler
Bola Voli SMP N 1 Kota Baru Kabupaten
Dharmasraya DJS (Dharmas Journal of
Sport)*, 1(1), 24–31. Retrieved from
[http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/djs
/article/view/213](http://ejournal.undhari.ac.id/index.php/djs/article/view/213)
- Muhammad Reza. (2021). *Pengertian
Pendidikan Jasmani, Pendidkan
Olahraga, dan Pendidikan Kesehatan*.
Juni 18,2021 [https://www.mandandi.com
/2021/06/ Pengertian _Pendidikan
_Jasmani. Html](https://www.mandandi.com/2021/06/Pengertian_Pendidikan_Jasmani.Html)
- Mardian, R. (2020). *Pengaruh Latihan
Mengumpan Ke Dinding Dan
Berpasangan Terhadap Keterampilan
Passing Bawah Bola Voli : Effect of wall
and pair pass practice on volleyball
bottom pass skills*. *Cerdas Sifa
Pendidikan*, 9(1), 1-11.
<https://doi.org/10.22437/csp.v9i1.10975>
- Ridwan Karim.(2021),10 *Pengertian
Keterampilan Menurut Para
AHLI*.Diakses Pada Tanggal 26 Februari
2021 Dari.[http:// Penerbit Buku Deepublish.
Com /Pengertian-Keterampilan/](http://Penerbit Buku Deepublish.Com/Pengertian-Keterampilan/).
- Rahmad, A. (2021). ” *Pengaruh Latihan Passing
bawah dengan Bantuan Tembok Langsung
terhadap Kemampuan Passing Bawah
Bola Voli siswa Putra kelas XI IPS SMA
Negeri 1 Salo*” dalam Jurnal Bola Volume
4, Nomor 1. Riau : Universitas Pahlawan
Tuanku Tambusai.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif,
Kualitatif dan R&D*.(Bandung: Alfabeta
2017)
- Sugiyono.(2019:65) *Metode Penelitian*
- Setyo Budiyanto.(2017:289) *Metodologi
Penelitian*
- Trio Aprianto, Andika Teriansyah, Wiwik
Yunitaningrum.(2010), *Pengaruh Latihan
Media Gantung Terhadap Teknik Dasar
Smash Bola Voli Siswa Kulikuler SMKN
03*. Volume 5. Nomor 11(2021) Dalam
Artikel
- Tuti Sarwita. (2017), *Pengaruh Lathan Passing
Bawah Berpasangan Terhadap Ketepatan
Passing Bawah*, Dalam *Permainan Bola
Voli Pada Klub Pervodc*. Jurnal
Penjaskesrek,4(1),31-37. Retriev Ved From
[https:// ejournal. bbg.ac. id/
Penjaskesrek
/Artikle/view/777](https://ejournal.bbg.ac.id/Penjaskesrek/Artikle/view/777).
- Yuni Astuti,Ali Mardius.(2018), *Efek Metode
Latihan Serkuit dan Metode Rangka
Bermain Terhadap Keterampilan Teknik
Dasar Bermain Bola Voli*. Volume
1,Nomor1(2018 Dalam Artikel).