

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN  
DAN *PASSING* BAWAH KE DINDING TERHADAP HASIL  
*PASSING* BAWAH BOLA VOLI  
EKTRAKULIKULER SMP N 1 INDRALAYA**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**Nama: Aldi Agus Tira**

**NIM: 06061281823016**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN  
DAN *PASSING* BAWAH KE DINDING TERHADAP HASIL  
*PASSING* BAWAH BOLA VOLI  
EKTRAKULIKULER SMP N 1 INDRALAYA**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Nama: Aldi Agus Tira**

**NIM: 06061281823016**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Mengesahkan**

**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.**

**Pembimbing,**



**Destriani, M.Pd  
NIP. 198912012019032018**



**Destriani, M.Pd  
NIP. 198912012019032018**

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN  
DAN *PASSING* BAWAH KE DINDING TERHADAP HASIL  
*PASSING* BAWAH BOLA VOLI  
EKTRAKULIKULER SMP N 1 INDRALAYA**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Nama: Aldi Agus Tira**

**NIM: 06061281823016**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Disetujui Untuk Diajukan Dalam Ujian Akhir Program Sarjana**

**Mengetahui,  
Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.**



**Destriani, M.Pd  
NIP. 198912012019032018**

**Pembimbing,**



**Destriani, M.Pd  
NIP. 198912012019032018**

**PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERPASANGAN  
DAN *PASSING* BAWAH KE DINDING TERHADAP HASIL  
*PASSING* BAWAH BOLA VOLI  
EKTRAKULIKULER SMP N 1 INDRALAYA**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Nama: Aldi Agus Tira**

**NIM: 06061281823016**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Telah diujikan dan lulus pada :**

**Hari : Rabu**

**Tanggal : 27 Desember 2023**

**TIM PENGUJI**

**1. Ketua : Destriani, M.Pd**



**2. Anggota : Destriana, M.Pd**



**Palembang , 27 Desember 2023**

**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi**



**Destriani, M.Pd**

**NIP.198912012019032018**

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aldi Agus Tira

NIM 06061281823016

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Dan *Passing* Bawah Ke Dinding Terhadap Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Ektrakurikuler SMP N 1 Indralaya” ini seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penipuan dan penjiplakan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan plagiat di perguruan tinggi. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atau pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Indralaya,

Yang membuat pernyataan ini

A 1000 Rupiah postage stamp with a signature over it. The stamp features a portrait of a man and the text 'METRAL TEMPEL' and '1000A.DC14.1.000'. The signature is written in black ink over the stamp.

Aldi Agus Tira

NIM. 06061281823016

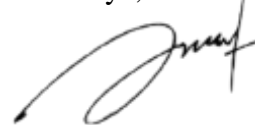
## **PRAKATA**

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Dan *Passing* Bawah Ke Dinding Terhadap Hasil *Passing* Bawah Bola Voli Ektrakurikuler SMP N 1 Indralaya” ini bisa diselesaikan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapat bantuan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Destriani, M.Pd selaku dosen pembimbing Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang selalu mengarahkan dan membimbing selama ini. Ibu Destriana M.Pd selaku penguji saya ucapkan terimakasih atas saran dan masukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Ir. Taufik Marwa, SE.Msi selaku Rektor Universitas Sriwijaya. Dr. Hartono M.A selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sekolah SMP Negeri 1 Indralaya yang telah mengizinkan, mendukung selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran studi Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Indralaya, Maret 2023



Aldi Agus Tira  
NIM. 06061281823016

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahrabbi'alamiin

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, dengan kehendak dan ridhonya telah mempermudah saya menyelesaikan skripsi ini. Ingin saya ungkapkan rasa terimakasihku untuk semua orang pilihan Allah yang telah memberikan do'a dan dukungan dalam perjuangan masa kampus.

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

- ❖ Allah SWT yang telah memberikan saya kemudahan, kesempatan dan bisa bertahan sampai detik ini.
- ❖ Kedua orang tuaku, ibuku Martinah dan Ayahku Sukirman yang sangat saya cintai dan sayangi, yang paling berpengaruh atas kehidupanku, terimakasih untuk selama ini dan sampai kapan pun telah membimbingku dan mencintaiku sampai detik ini. Doa terbaik senantiasa untuk mu. Panjang umur untuk semua hal baik dan sehat selalu untuk bapak dan ibuku.
- ❖ Kakakku Ogilius Sulfanus dan Adikku Tri Laksani Suryani yang ku cintai. Terimakasih sudah memberikan yang terbaik untuk selama ini.
- ❖ Ibu Destriani M.Pd selaku pembimbing akademik dan ketua prodi dan ibu Destriana M.Pd. Selaku penguji yang tidak pernah bosan-bosannya memberikan arahan, bimbingan, nasihat dan motivasi kepada saya dalam menyelesaikan skripsi.

- ❖ Bapak dan ibu dosen pendidikan jasmani dan kesehatan Bpk Syamsuramel, Bpk Iyakrus, Ibu Hartati, Pak Yusfi, Pak Wahyu, Pak Ricard, Pak Reza, Pak Giartama, Pak Sholeh, Ibu Silvi, dan admin prodi Penjaskes (Kak Andi).
- ❖ Untuk sahabatku yang terkasih Roma, Habel, Umar Nur Rohman, M. Dani, Zulkarnain, Sulaiman Ahmad, Aulia Rahmah Farid, M. taufik Nizar, Redy Rias, Rizki Dwi Oktario Bongga, Ahmad Ramdani terimakasih telah memberikan arahan dalam menyelesaikan skripsi bahkan untuk sekedar mendengarkan keluh kesahku dan selalu menemani di setiap perubahan moodku. Dan untuk orang terkasihku Ayu Rabika J terimakasih telah mendengarkan keluh kesahku selama ini.
- ❖ Kepala sekolah dan guru-guru SMP Negeri 1 Indralaya.
- ❖ Untuk teman-teman penjaskes 2018 kelas indralaya dan Palembang.
- ❖ Serta semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang selalu membantu dan memberikan motivasi serta doa dan dukungan dari awal hingga akhir.
- ❖ Almamaterku Universitas Sriwijaya.



## **MOTTO**

Percayala Pada Dirimu Sendiri Dan Ketahuilah Bahwa Ada Sesuatu Di Dalam  
Dirimu Yang Lebih Besar Daripada Rintangan Apapun.

*(Christian D.Larson)*

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>i</b>
<b>PRAKATA.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO. ....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN. ....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK. ....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang. ....	1
1.2 Permasalahan Penelitian.....	5
1.3 Tujuan Penelitian. ....	5
1.4 Manfaat Penelitian. ....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Hakikat Bola Voli .....	7
2.2 Hakikat Latihan.....	9
2.3 Teknik Dasar Permainan Bola Voli .....	15
2.4 Pengertian <i>Passing</i> Bawah.....	18
2.5 Penelitian Yang Relevan.....	24
2.6 Hipotesis.....	34
2.7 Kerangka Berpikir.....	26

<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
3.1 Jenis Penelitian.....	37
3.2 Rancangan Penelitian.....	37
3.3 Variabel Penelitian.....	38
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
3.5 Populasi dan Sampel.....	39
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.7 Instrumen Penelitian.....	41
3.8 Teknik Analisis Data.....	43
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	48
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	48
4.1.2 Deskripsi Sampel Penelitian.....	48
4.1.3 Deskripsi Data Hasil <i>Pretest Passing</i> Bawah Ke Dinding.....	49
4.1.4. Deskripsi Data Hasil <i>Posttest Passing</i> Bawah Ke Dinding.....	53
4.1.7 Uji Normalitas.....	59
4.1.8 Uji Hipotesis.....	59
4.2 Pembahasan.....	61
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>66</b>
5.1 Kesimpulan.....	66
5.2 Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>68</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Program Latihan.....	32
Tabel 4.1 Variabel Data Instrumen Tes <i>Passing</i> Ke Dinding ( <i>pretest</i> ). 50	
Tabel 4.2 Hasil Data Instrumen Tes <i>Passing</i> Ke Dinding ( <i>pretest</i> )......	50
Tabel 4.3 Variabel Data Instrumen Tes <i>Passing</i> Ke Dinding ( <i>posttest</i> ). 54	
Tabel 4.4 Hasil Data Instrumen Tes <i>Passing</i> Ke Dinding ( <i>posttest</i> ). .....	54
Tabel 4.5 Daftar Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	57
Tabel 4.6 Daftar Peningkatan Rata-rata <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	58

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan <i>Passing</i> Bawah.....	25
Gambar 2.2 <i>Passing</i> Bawah Menggunakan Dinding. ....	27
Gambar 2.3 Kerangka Berpikir. ....	26
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian. ....	38
Gambar 4.1 Histogram <i>Pretest</i> Hasil <i>Passing</i> Bawah. ....	51
Gambar 4.2 Histogram <i>Posttest</i> Hasil <i>Passing</i> Bawah. ....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Analisis Data Hasil <i>Pretest</i> .....	78
Lampiran 2 Daftar Analisis Data Hasil <i>Posttest</i> . ....	79
Lampiran 3 Daftar Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	80
Lampiran 4 Data Latihan .....	81
Lampiran 5 Tabel Distribusi. ....	82
Lampiran 6 Ususl Judul .....	83
Lampiran 7 Persetujuan Seminar Proposal. ....	84
Lampiran 8 Bukti Perbaikan Seminar Proposal. ....	85
Lampiran 9 SK Pembimbing.....	86
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	87
Lampiran 11 Surat Balasan Dari Sekolah. ....	88
Lampiran 12 Dokumentasi.....	89

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan latihan *passing* bawah ke dinding terhadap hasil *passing* bola voli ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Indralaya. Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperiment* dengan desain “*two groups pre-test-post-test design*”. Sampel yang didapat berjumlah 30 siswa. Instrumen tes *passing* bawah menggunakan tes *passing* bawah sendiri. Analisis data menggunakan uji t taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan *passing* bawah ke dinding dan latihan *passing* bawah berpasangan terhadap hasil *passing* bawah bola voli ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Indralaya, dengan  $t_{hitung} 3,250 > t_{tabel} = 2,120$  dan sig,  $0,005 < 0,05$ . Sebagai rekomendasi bahwa pengembangan ini untuk kedepannya dapat terus dilakukan untuk menunjang kemajuan dan kemudahan dalam melaksanakan tes *passing* bawah pada permainan bola voli.

**Kata kunci:** Latihan, *Passing* Berpasangan, dan ke Dinding, Bola Voli.

**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi,**

**Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.**



**Destriani, M.Pd**

**NIP. 198912012019032018**

**Pembimbing,**



**Destriani, M.Pd**

**NIP. 198912012019032018**

## ABSTRACT

*This study aims to determine the effect of pair bottom passing practice and bottom passing practice against a wall on extracurricular volleyball passing results at SMP Negeri 1 Indralaya. This research uses a quasi-experimental method with a "two group pre-test-post-test design". The samples obtained amounted to 30 students. The lower passing test instrument uses its own lower passing test. Data analysis used a t test with a significance level of 5%. The results of the research show that there is an influence of bottom passing practice against the wall and bottom passing practice in pairs on the results of extracurricular volleyball bottom passing at SMP Negeri 1 Indralaya, with  $t_{hitung} 3.250 > t_{table} = 2.120$  and  $sig 0.005 < 0.05$ . As a recommendation, this development can continue to be carried out in the future to support progress and ease in carrying out down passing tests in volleyball games.*

**Keywords:** *Practice, Passing in Pairs, and against the Wall, Volleyball.*

**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.**



**Destriani, M.Pd**

**NIP. 198912012019032018**

**Pembimbing,**



**Destriani, M.Pd**

**NIP. 198912012019032018**



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga adalah suatu kegiatan menggerakkan tubuh yang dilakukan individu guna menjaga kebugaran jasmani dan kesehatan tubuh. Kegiatan olahraga dilakukan dengan cara sistematis dan terstruktur sehingga dalam kegiatan olahraga seorang individu dapat mengobarkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki didiri mereka baik potensi jasmani, rohani, bahkan sosial (Apriyani, 2021). Olahraga adalah suatu proses kegiatan sistematis agar dapat mendorong dan membina serta mengembangkan suatu potensi jasmani, rohani, serta sosial (E Saputra, T Wibowo, 2020).

Olahraga berperan penting dalam kesehatan tubuh, sedangkan jika dilihat dari dimensi sosial olahraga berperan penting dalam menanamkan nilai-nilai dan norma-norma kehidupan sehari-hari. Nilai dan Norma yang terkandung dalam olahraga itu sangat dibutuhkan sebagai landasan dan inspirasi untuk kehidupan berbangsa dan bernegara. Nilai-nilai yang terkandung tersebut antara kerja sama, komunikasi, peduli terhadap peraturan, kejujuran, *fair play*, kerja keras, dan tentunya masih banyak lagi nilai yang terkandung didalamnya. Warga Indonesia sebagian besar telah menyadari bahwa olahraga banyak memberikan dampak positif bagi kehidupan. Terbukti dari banyaknya antusias masyarakat dengan adanya perlombaan-perlombaan yang diselenggarakan di setiap daerah, nasional, maupun internasional, serta pada hari libur tak sedikit masyarakat melakukan

aktivitas olahraga di lapangan ataupun tempat-tempat yang memungkinkan untuk melakukan aktivitas olahraga (Khoir et al., 2021).

Umumnya di Indonesia olahraga tidak hanya sebagai kepentingan pendidikan, rekreasi, dan kebugaran jasmani melainkan juga sebagai ajang prestasi. Terdapat beberapa jenis olahraga yang sering dilakukan bahkan sering dijadikan ajang kompetisi misalnya olahraga bersifat aktivitas gerak yaitu permainan bola voli. Permainan bola voli merupakan permainan yang berkembang pesat dan memiliki banyak penggemar di Indonesia. Kemajuan olahraga bola voli di Indonesia ditunjukkan dengan banyaknya lapangan bola voli lokal yang dimanfaatkan sebagai gedung olahraga daerah. Selain itu, semakin banyak pula pertandingan bola voli mulai dari antar desa, kota hingga kompetisi umum, khususnya penyelenggaraan ajang proliga bola voli. Hal ini menunjukkan bahwa permainan bola voli selain olahraga dapat dimanfaatkan sebagai olahraga prestasi dan *pro game*. Dengan demikian bola voli adalah olahraga tim yang *kompleks* dengan teknik, taktik, gerakan atletik tertentu. Pemain bola voli melakukan perpindahan pendek, awalan yang diselingi dengan kecepatan dan lompatan dalam sikap bertahan atau menyerang.

Menurut (Destriana et al., 2022) bola voli adalah permainan yang terdiri dari dua regu yang beranggotakan enam orang, dengan diawali memukul bola untuk di lewatkan di atas net agar mendapatkan angka, namun tiap regu dapat memainkan tiga sentuhan untuk mengembalikan bola. Menurut (Deka Ismi Mori Saputra, Yahfenel Evi Fussalam, 2021). Permainan bola voli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna,

seorang pemain harus memiliki teknik-teknik dasar, yaitu: *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. (Deka Ismi Mori Saputra, Yahfenel Evi Fussalam, 2021), mengemukakan cabang olahraga bola voli adalah salah satu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan setiap orang, karena dalam setiap permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk semua gerakan dalam permainan bola voli itu sendiri. Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu berjumlah enam orang, tujuan utama dalam permainan ini adalah memukul bola kelapangan lawan sehingga lawan tidak bisa mengembalikan bola (Mahendra, 2015). Permainan bola voli merupakan salah satu aktivitas fisik yang berada dalam kelompok aktivitas permainan dan olahraga (Yudiana, 2015).

Teknik *passing* adalah langkah awal yang akan menentukan kemampuan sebuah tim untuk bertahan dan melakukan dan penyerangan, *passing* yang baik bukanlah *passing* yang hanya mampu mencegah bola agar tidak jatuh atau menyentuh area tim, tetapi juga harus mampu mencapai posisi setter dengan arah yang tepat, serta dengan gerakan dan kecepatan yang stabil (Destriani, Putra & Afrizal, 2017). *Passing* adalah mengoperkan bola keteman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha seorang pemain bola voli dengan menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman seregunya. *Passing* bawah akan dilakukan oleh seorang pemain apabila bola jatuh berada didepan atau disamping badan setinggi perut ke bawah (Sabran, 2019).

Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, salah satunya teknik *passing* bawah. *Passing* bawah adalah salah satu keterampilan dasar dalam permainan bola voli dengan satu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serang kepada regu lawan. Penggunaan teknik dasar *passing* bawah adalah teknik yang pertama kali di ajarkan disekolah-sekolah maupun yang ada diklub-klub di masyarakat, karena *passing* bawah merupakan teknik bermain bola voli yang sangat penting kegunaan *passing* bawah diantaranya antara lain, untuk menerima bola servis untuk menerima bola dari lawan yang berupa serangan/smash untuk pengambilan bola setelah terjadi *block* atau pantulan bola setelah terjadi *block* atau bola pantulan dari net, untuk menyelamatkan bola yang terkadang terpental jauh dari lapangan pemain, atau untuk mengambil bola yang rendah atau mendadak datangnya atau bahkan bola yang dipassing tidak dapat melewati net sehingga permainan tidak dapat dimainkan dengan baik, menggunakan alat maupun tanpa menggunakan alat. Diantaranya dengan *passing* bawah menggunakan dinding sebagai sasaran dan bisa juga memakai lingkaran dan tali sebagai media pembantu dalam latihan, sehingga perlu dilakukan kegiatan ekstrakurikuler guna memberikan jam tambahan kepada peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara guru PJOK yang berada di SMP Negeri 1 Indralaya. Terdapat beberapa permasalahan pada saat latihan *passing* bawah. Siswa SMP Negeri 1 Indralaya belum memahami penuh cara melakukan gerakan *passing* bawah dengan benar, bahkan pada saat *passing* yang dilakukan masih banyak siswa yang kesulitan dalam mengarahkan bola. Hal ini yang mengakibatkan kemampuan teknik dasar *passing* peserta didik masih kurang.

Jadi perlu adanya latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah ke dinding untuk melatih kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah yang baik. Selain itu saya juga sudah melakukan observasi yang mana saya mewawancarai guru penjaskes yang berada di sekolah tersebut. Hasil wawancara dengan guru yang bersangkutan ialah dari 30 siswa hanya 15 orang atau 50% yang mampu melaksanakan *passing* bawah dengan baik dan sempurna, dan 50% lainnya mengalami kesulitan dalam melakukan *passing* bawah.

Pada saat latihan *passing* bawah terdapat permasalahan, seperti halnya Siswa SMP Negeri 1 Indralaya belum memahami penuh cara melakukan gerakan *passing* bawah dengan benar, bahkan pada saat *passing* yang dilakukan masih banyak siswa yang kesulitan dalam mengarahkan bola. Hal ini yang mengakibatkan kemampuan teknik dasar *passing* peserta didik masih kurang. Jadi perlu adanya latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah ke dinding untuk melatih kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah yang baik. Sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* kedinding terhadap hasil *passing* bawah bola voli ekstrakurikuler SMP N 1 Indralaya. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan hasil bentuk latihan bola voli antara bentuk latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah ke dinding terhadap hasil *passing* bawah dalam permainan bola voli, sehingga dari hasil penelitian ini didapatkan pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* bawah ke dinding dalam permainan bola voli ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Indralaya tahun 2023.

## **1.2 Permasalahan penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat kesulitan saat siswa mengikuti latihan permainan bola voli yang disebabkan oleh kemampuan otot lengan yang dimiliki seseorang sehingga tidak mampu mendorong bola ke atas sehingga menyebabkan *passing* yang dilakukan tidak mampu melewati net.
2. Siswa SMP Negeri 1 Indralaya belum memahami penuh cara melakukan gerakan *passing* bawah dengan benar.
3. Pada saat melakukan *passing* bawah masih banyak siswa yang kesulitan dalam mengarahkan bola.

### **1.2.2 Batasan Masalah**

Berdasarkan permasalahan penelitian di atas, batasan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* kedinding terhadap hasil *passing* bola voli ekstrakurikuler SMP N 1 Indralaya.

### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian yaitu:

1. Bagaimana pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan terhadap hasil *passing* bola voli ekstrakurikuler SMP N 1 Indralaya?
2. Bagaimana pengaruh latihan *passing* bawah ke dinding terhadap hasil *passing* bola voli ekstrakurikuler SMP N 1 Indralaya?

3. Bagaimana pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan latihan *passing* bawah ke dinding terhadap hasil *passing* bawah bola voli ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Indralaya?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* kedinding terhadap hasil *passing* bola voli ekstrakurikuler SMP N 1 Indralaya.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat memiliki manfaat antara lain:

1. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi dan masukan apabila penelitian serupa akan dikembangkan atau dilanjutkan.
2. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam berperan serta di dunia pendidikan.
3. Menjadi sumber informasi mengenai pengaruh latihan *passing* bawah berpasangan dan *passing* kedinding terhadap hasil *passing* bola voli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, D., Usra, M., & Solahuddin, S. (2019). Latihan Melempar Bola Basket Ke Dinding Dengan Sasaran Lingkaran Terhadap Shooting Free Throw Bola Basket Pada Siswa Smp. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8122>
- Apriyani, N. (2021). Metode Bermain Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 126–140. <https://doi.org/10.19109/ra.v5i2.8933>
- Atmoko, R. D. (2019). *Perbandingan Antara Latihan Passing Berpasangan dan Passing Ke Dinding Terhadap Akurasi Passing Atas Peserta Didik Ektrakurikuler Bola Voli Di SMA nEGERI 2 Purbalingga Tahun 2018/2019*.
- Deka Ismi Mori Saputra, Yahfenel Evi Fussalam, R. kurniawan. (2021). Tinjauan Kemampuan Bermain Bola Voli pada Pemain Club Arembang Sungai Abang. *Frontiers in Neuroscience*, 14(1), 1–13.
- Destriana, D., Destriani, D., Victorian, A. R., & Makorohim, M. F. (2022). Need Analysis for The Development Passing Test for Volleyball Games. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 5(1), 68. <https://doi.org/10.31851/hon.v5i1.6469>
- Destriani, Destriana, H. Y. (2019). *Pengembangan teknik pembelajaran passing bawah permainan bola voli smp kelas vii*. 172–176.
- Destriani, Putra, M. D. A., & Afrizal. (2017). Korelasi Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Tungkai Terhadap Passing SAtas Permainan Bola Voli. *Universitas Sriwijaya*, 134–140.
- E Saputra, T Wibowo, A. B. (2020). *Survei Tingkat Keterampilan Lay Up Siswa pada Permainan Bola Basket di SMP Negeri 2 Seluma*. 21(2), 25–31.
- Erwin, Rahmad, H. A., & Sanusi, R. (2019). Pengaruh Latihan Teknik Passing Bawah Berpasangan Dan Metode Drill Terhadap Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Citra Fc Perjuangan Kabupaten Meranti. *Jurnal Online Mahasiswa Penjaskesrek (JOMPENJAS)*, 1(1), 1–9. <http://stkipmeranti.ac.id/ejournal.stkipmeranti.ac.id/index.php/Pjkr/article/view/38>
- Gelen, G., Usra, M., & Hartati, H. (2018). *Pengaruh Latihan Split Squat Jump Terhadap Hasil Lompat Jangkit Pada Kegiatan Ektrakurikuler Smk Negeri 2 Palembang Tahun ....* [https://repository.unsri.ac.id/125/%0Ahttps://repository.unsri.ac.id/125/1/RAMA\\_85201\\_06061281419079\\_0028056101\\_0010066002\\_01\\_front\\_ref.pdf](https://repository.unsri.ac.id/125/%0Ahttps://repository.unsri.ac.id/125/1/RAMA_85201_06061281419079_0028056101_0010066002_01_front_ref.pdf)



- Harsono. (2017). *Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Cabang Olahraga Bola Voli*. 1–5.
- Hartati, H., Solahuddin, S., & Irawan, A. (2020). Latihan Kelincahan Dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Hasil Dribble Sepak Bola. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 38–46. <https://doi.org/10.36706/altius.v9i1.11557>
- Kastrena, E., Setiawan, E., Patah, I. A., & Nur, L. (2020). Pembelajaran Peer Teaching Berbasis Zoom Video sebagai Solusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli saat Situasi Covid 19. *Indonesian Journal of Primary Education*, 4(1), 69–75. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v4i1.25133>
- Khoir, S. N., Usra, M., & Destriana. (2021). Efektivitas Pembelajaran Pjok Tatap Muka Terbatas Era New Normal. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya*, 421–434.
- Mahendra, A. (2015). *Pengaruh Latihan Barrier Hop Terhadap Hasil Smash pada Permainan Bola Voli Ekstrakurikuler di SMA Negeri 11 Palembang Tahun 2015*. 23–34.
- Meidiansya, P., Syamsuramel, & Destriana. (2021). Latihan lompat gawang terhadap kemampuan tendangan sepak bola. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmanin dan Kesehatan*, 1(1), 365–375. <http://ejournal.fkip.unsri.ac.id/index.php/semnaspnjas/article/view/229>
- Nugroho Agung & Pedomanta Keliat. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Dengan Modifikasi Alat Pada Siswa SD. *Jurnal Ilmiah*, 5(1), 1–11.
- Riani, F., Fajar, M., & Rizhardi, R. (2022). Pengaruh Latihan Kekuatan Lengan Menggunakan Alat Resistance Band Terhadap Hasil Smash Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Ypi Tunas Bangsa Palembang. *Universitas PGRI Palembang*, 4(1), 7–14.
- Rizkian, N. T. (2019). *Pengaruh Koordinasi Mata Tangan Dan Tingkat Percaya Diri Terhadap Ketepatan Servis Atas Bola Voli Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli Smpn 1 Nanggung Kabupaten Bogor*.
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2013). Hubungan koordinasi mata kaki dan kelentukan togok dengan kemampuan menggiring bola di SMA N1 Indralaya Utara. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Sabran, J. (2019). *Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Bawah Dalam*

*Permainan Bola Voli Melalui Metode Latihan Variasi Pada Siswa Kelas XI MIA 1 SMA Negeri 1 Pekanbaru.*

- Sanjaya, M., Iyakrus, I., Solahuddin, S., & Bayu, W. I. (2022). The effect of multidirectional skipping on lay-up ability. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.35194/jm.v12i1.2070>
- Setiawan, F. A., Studi, P., Guru, P., & Dasar, S. (2022). *pengaruh latihan passing bawah ke dinding terhadap hasil passing bawah pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Muara Pinang.*
- Simanjuntak, V. G. (2015). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Nomor 9).
- Syamsuramel, S., Hartati, H., & Rahmadani, T. (2019). Pengaruh Latihan Interval Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Frekuensi Kecepatan Tendangan Lurus Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat Di Man 3 Palembang. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8501>
- Syariah, Destriana, D. (2023). *Analysis of Development Needs for Android-Based Lower Passing Tests*. 6(Ii), 655–669.
- Tri Ayun Wulandari. (2021). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Upaya meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli dengan menggunakan model pembelajaran student teams achievement division*, 1(1), 1–9.
- Winarno, M. E. (2018). *Buku bolavoli 2013. January.*
- Yudiana, Y. (2015). Implementasi Model Pendekatan Taktik dan Teknik dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli pada Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 5(1), 95–114.
- Anggara, D., Usra, M., & Solahuddin, S. (2019). Latihan Melempar Bola Basket Ke Dinding Dengan Sasaran Lingkaran Terhadap Shooting Free Throw Bola Basket Pada Siswa Smp. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8122>
- Apriyani, N. (2021). Metode Bermain Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini. *Raudhatul Athfal: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 126–140. <https://doi.org/10.19109/ra.v5i2.8933>
- Atmoko, R. D. (2019). *Perbandingan Antara Latihan Passing Berpasangan dan Passing Ke Dinding Terhadap Akurasi Passing Atas Peserta Dididk Ektrakulikuler Bola Voli Di SMA nEGERI 2 Purbalingga Tahun 2018/2019.*
- Deka Ismi Mori Saputra, Yahfenel Evi Fussalam, R. kurniawan. (2021). Tinjauan Kemampuan Bermain Bola Voli pada Pemain Club Arembang Sungai Abang.

*Frontiers in Neuroscience*, 14(1), 1–13.

- Destriana, D., Destriani, D., Victorian, A. R., & Makorohim, M. F. (2022). Need Analysis for The Development Passing Test for Volleyball Games. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 5(1), 68. <https://doi.org/10.31851/hon.v5i1.6469>
- Destriani, Destriana, H. Y. (2019). *Pengembangan teknik pembelajaran passing bawah permainan bola voli smp kelas vii*. 172–176.
- Destriani, Putra, M. D. A., & Afrizal. (2017). Korelasi Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Tungkai Terhadap Passing SAtas Permainan Bola Voli. *Universitas Sriwijaya*, 134–140.
- E Saputra, T Wibowo, A. B. (2020). *Survei Tingkat Keterampilan Lay Up Siswa pada Permainan Bola Basket di SMP Negeri 2 Seluma*. 21(2), 25–31.
- Erwin, Rahmad, H. A., & Sanusi, R. (2019). Pengaruh Latihan Teknik Passing Bawah Berpasangan Dan Metode Drill Terhadap Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Citra Fc Perjuangan Kabupaten Meranti. *Jurnal Online Mahasiswa Penjaskesrek (JOMPENJAS)*, 1(1), 1–9. <http://stkipmeranti.ac.id/ejournal.stkipmeranti.ac.id/index.php/Pjkr/article/view/38>
- Gelen, G., Usra, M., & Hartati, H. (2018). *Pengaruh Latihan Split Squat Jump Terhadap Hasil Lompat Jangkit Pada Kegiatan Ektrakurikuler Smk Negeri 2 Palembang Tahun .....* [https://repository.unsri.ac.id/125/%0Ahttps://repository.unsri.ac.id/125/1/RA\\_MA\\_85201\\_06061281419079\\_0028056101\\_0010066002\\_01\\_front\\_ref.pdf](https://repository.unsri.ac.id/125/%0Ahttps://repository.unsri.ac.id/125/1/RA_MA_85201_06061281419079_0028056101_0010066002_01_front_ref.pdf)
- Harsono. (2017). *Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Cabang Olahraga Bola Voli*. 1–5.
- Hartati, H., Solahuddin, S., & Irawan, A. (2020). Latihan Kelincahan Dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Hasil Dribble Sepak Bola. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 38–46. <https://doi.org/10.36706/altius.v9i1.11557>
- Kastrena, E., Setiawan, E., Patah, I. A., & Nur, L. (2020). Pembelajaran Peer Teaching Berbasis Zoom Video sebagai Solusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli saat Situasi Covid 19. *Indonesian Journal of Primary Education*, 4(1), 69–75. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v4i1.25133>
- Khoir, S. N., Usra, M., & Destriana. (2021). Efektivitas Pembelajaran Pjok Tatap Muka Terbatas Era New Normal. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya*,

421–434.

- Mahendra, A. (2015). *Pengaruh Latihan Barrier Hop Terhadap Hasil Smash pada Permainan Bola Voli Ekstrakurikuler di SMA Negeri 11 Palembang Tahun 2015*. 23–34.
- Meidiansya, P., Syamsuramel, & Destriana. (2021). Latihan lompat gawang terhadap kemampuan tendangan sepak bola. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmanin dan Kesehatan*, 1(1), 365–375. <http://ejournal.fkip.unsri.ac.id/index.php/semnaspnjas/article/view/229>
- Nugroho Agung & Pedomanta Keliat. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Dengan Modifikasi Alat Pada Siswa SD. *Jurnal Ilmiah*, 5(1), 1–11.
- Riani, F., Fajar, M., & Rizhardi, R. (2022). Pengaruh Latihan Kekuatan Lengan Menggunakan Alat Resistance Band Terhadap Hasil Smash Siswa Putra Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Ypi Tunas Bangsa Palembang. *Universitas PGRI Palembang*, 4(1), 7–14.
- Rizkian, N. T. (2019). *Pengaruh Koordinasi Mata Tangan Dan Tingkat Percaya Diri Terhadap Ketepatan Servis Atas Bola Voli Pada Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli Smpn 1 Nanggung Kabupaten Bogor*.
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2013). Hubungan koordinasi mata kaki dan kelenturan tokok dengan kemampuan menggiring bola di SMA N1 Indralaya Utara. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Sabran, J. (2019). *Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Latihan Variasi Pada Siswa Kelas XI MIA 1 SMA Negeri 1 Pekanbaru*.
- Sanjaya, M., Iyakrus, I., Solahuddin, S., & Bayu, W. I. (2022). The effect of multidirectional skipping on lay-up ability. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.35194/jm.v12i1.2070>
- Setiawan, F. A., Studi, P., Guru, P., & Dasar, S. (2022). *pengaruh latihan passing bawah ke dinding terhadap hasil passing bawah pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Muara Pinang*.
- Simanjuntak, V. G. (2015). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Nomor 9).
- Syamsuramel, S., Hartati, H., & Rahmadani, T. (2019). Pengaruh Latihan Interval Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Frekuensi Kecepatan Tendangan Lurus Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat Di Man 3 Palembang. *Altius: Jurnal Ilmu*

*Olahraga dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8501>

Syariah, Destriana, D. (2023). *Analysis of Development Needs for Android-Based Lower Passing Tests*. 6(Ii), 655–669.

Tri Ayun Wulandari. (2021). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Upaya meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli dengan menggunakan model pembelajaran student teams achievement division*, 1(1), 1–9.

Winarno, M. E. (2018). *Buku bolavoli 2013. January*.

Yudiana, Y. (2015). Implementasi Model Pendekatan Taktik dan Teknik dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli pada Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 5(1), 95–114.