

**PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA SISWA PUTRA DAN
PUTRI YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER BOLA
VOLI DI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

SKRIPSI

oleh

M Ridho Maliki

NIM : 06061082025101

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

**PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA SISWA PUTRA DAN
PUTRI YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER BOLA
VOLI DI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

M RIDHO MALIKI

NIM : 06061082025101

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan:

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

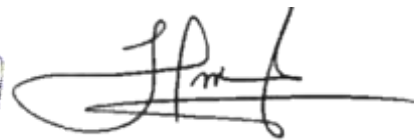


Destriani, M. Pd

NIP. 198912012019032018



Pembimbing,



Dr. Herri Yusfi, M.Pd

NIP. 198707022013111201

**PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA SISWA PUTRA DAN
PUTRI YANG MENGIKUTI EKSTRAKULIKULER BOLA
VOLI DI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

M RIDHO MALIKI

NIM : 06061082025101

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

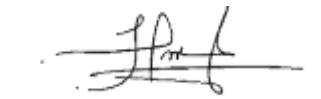
Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Rabu

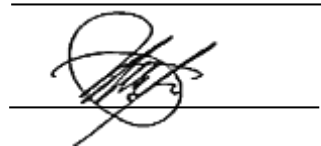
Tanggal : 29 November 2023

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Herri Yusfi, M.Pd



2. Anggota : Ahmad Richard Victorian, M.Pd



Palembang, Desember 2023

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Destriani, M. Pd

NIP. 198912012019032018

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M Ridho Maliki

NIM : 060610820251001

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Drill* terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah pada Siswa Putra dan Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 2 Palembang” ini adalah benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan 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. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau pengaduan pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, Desember 2023

Yang Membuat Pernyataan



M Ridho Maliki

NIM. 060610820251001

PRAKATA

Segala puja dan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Drill* terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah pada Siswa Putra dan Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 2 Palembang”, sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan penyelesaian skripsi ini tidak akan tercapai tanpa dukungan, bantuan, bimbingan, serta nasehat dari berbagai pihak yang turut membantu selama proses penyusunan skripsi. Oleh karena itu, dengan tulus dan ikhlas penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Prof. Dr. Taufik Marwa, S.E, M.Siselaku Rektor Universitas Sriwijaya, Dr. Hartono M.A selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya, Destriani, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Palembang atas izin, dukungan, dan bantuan yang diberikan selama penulis melakukan penelitian ini sebagai bagian dari penyelesaian skripsi. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembelajaran di bidang studi pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi, serta berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni. Semoga karya ini menjadi sumbangan positif bagi perkembangan ilmu dan pendidikan.

Palembang, Desember 2023

Penulis,



M Ridho Maliki

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Rasa syukur tak terhingga penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkah, rahmat, dan petunjuk-Nya yang telah membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya ini penulis dedikasikan untuk orang-orang yang memiliki peranan sangat istimewa dalam kehidupan penulis, yaitu:

- Terima kasih kepada orang tua tercinta, Dr. M Nirwan M,P.d dan Elly Nirdawati M.kes, yang telah memberikan segala bentuk pengorbanan, cinta, dan kasih sayang, yang selalu mendoakan kesuksesan di setiap langkah perjalanan hidup penulis.
- Keluarga besar penulis, termasuk kakak perempuan Indah Permata Qholby S.E, yang senantiasa memberikan dukungan, saran, dan inspirasi untuk terus maju ke depan, yang selalu menjadi sumber hiburan dan kenyamanan.
- Seseorang yang selalu bersama penulis, yang selalu membantu menuju kesuksesan, Ade Vina Mardila, terima kasih telah meluangkan waktu dan banyak membantu dalam proses penulisan dari awal proposal, penelitian, hingga sidang akhir.
- Ketua Program Studi Jasmani dan Kesehatan, Ibu Destriani, M.Pd., yang senantiasa memberikan inspirasi untuk terus melangkah maju ke depan.
- Dosen Pembimbing, Dr. Herri Yusfi, M.Pd., yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing penulis serta selalu memberikan nasehat dan perhatian dalam kondisi apapun.
- Dosen penguji, Ahmad Richard Victorian, M.Pd, yang selalu memberikan motivasi, masukan, dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.
- Seluruh dosen dan karyawan admin prodi pendidikan jasmani dan kesehatan Universitas Sriwijaya.
- Seluruh teman-teman Penjaskes Jakabaring yang telah berjuang bersama, berbagi pengalaman, dan memberikan dukungan hingga sekarang ini.
- Agama, bangsa, dan almamater penulis.

MOTTO

“Warisan, cita-cita, takdir, waktu dan impian manusia merupakan hal yang tidak bisa dihentikan, selama manusia masih terus mencari makna kebebasan mereka tidak akan pernah berhenti”

– Gol D. Roger –

“Aku tidak peduli walaupun harus mati ketika berjuang meraih mimpiku, aku tidak akan menyesalinya.”

– Luffy –

“Jika kau tidak mencoba, maka kau tidak akan tahu hasilnya. Lagi pula, kita akan mati nanti, kenapa tidak kita coba dengan serius dan bersungguh-sungguh?”

– Roronoa Zoro –

“Future’s gonna be okey”

– Agust D –

DAFTAR ISI

JUDUL SKRIPSI	i
SURAT PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	1
ABSTRACT	2
BAB I PENDAHULUAN.....	3
1.1 Latar Belakang	3
1.2 Permasalahan Penelitian.....	6
1.2.1 Identifikasi Masalah	6
1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah.....	6
1.2.3 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Deskripsi Teori	8
2.1.1 Permainan Bola Voli	8
2.1.1.1 Sejarah, Perkembangan dan Prinsip Permainan Bolavoli	8
2.1.1.2 Sarana Dan Perlengkapan	9
2.1.1.3 Teknik Dasar Bermain Bola voli.....	9
2.1.2 Latihan.....	21
2.1.2.1 Pengertian Latihan	21

2.1.2.2 Tujuan Latihan	21
2.1.2.3 Prinsip Latihan	21
2.1.3 Metode Latihan <i>Drill</i>	23
2.1.4 Ekstrakurikuler Bola voli	24
2.1.5 Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Palembang.....	25
2.2 Kajian Penelitian yang Relevan	25
2.3 Kerangka Berpikir	27
2.4 Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Jenis Penelitian.....	29
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	30
3.3 Populasi dan Sampel	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel.....	30
3.4 Definisi Operasional Variabel.....	31
3.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	31
3.5.1 Teknik Pengumpulan Data	31
3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data	32
3.6 Teknik Analisis Data.....	33
3.6.1 Statistik Deskriptif.....	33
3.6.2 Statistik Inferensial.....	34
3.6.2.1 Uji Prasyarat.....	34
3.6.2.1.1 Uji Normalitas	34
3.6.2.1.2 Uji Homogenitas	34
3.6.2.2 Uji Hipotesis	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Hasil Penelitian	36
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
4.1.2 Karakteristik Sampel	36
4.1.3 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	37

4.1.3.1 Deskripsi Statistik Hasil <i>Pretest</i> Ketepatan Servis Atas	37
4.1.3.2 Deskripsi Statistik Hasil <i>Posttest</i> Ketepatan Servis Atas.....	40
4.1.3.3 Deskripsi Statistik Hasil Perbandingan Sebelum dan Sesudah Latihan.....	44
4.1.4 Statistik Inferensial.....	45
4.1.4.1 Hasil Uji Prasyarat	45
4.1.4.2 Uji Hipotesis	47
4.2 Pembahasan	48
4.2.1 Pembahasan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	48
4.2.2 Pembahasan Hasil Data Pengaruh Latihan <i>Drill Passing</i> Bawah pada Ekstrakurikuler SMA N 2 Palembang.....	48
4.2.3 Kelemahan Penelitian.....	50
4.2.4 Keterbatasan Penelitian	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Kesimpulan.....	52
5.2 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahapan melakukan servis bawah bola voli.....	10
Gambar 2.2 Tahapan melakukan servis atas bola voli.....	11
Gambar 2.3 Posisi jari-jari tangan untuk <i>passing</i> bawah bola voli.....	13
Gambar 2.4 Posisi tangan untuk <i>passing</i> bawah bola voli.....	13
Gambar 2.5 Posisi jari-jari tangan untuk <i>passing</i> atas bola voli.....	14
Gambar 2.6 Posisi tangan untuk <i>passing</i> atas bola voli.....	15
Gambar 2.7 Tahapan melakukan <i>open spike</i>	16
Gambar 2.8 Tahapan melakukann <i>quick spike</i>	17
Gambar 2.9 Tahapan melakukan <i>semi spike</i>	18
Gambar 2.10 Ilustrasi ketika terjadi bendungan (<i>blocking</i>).....	19
Gambar 2.11 Tahapan saat melakukan <i>blocking</i> tunggal.....	19
Gambar 2.12 Tahapan saat melakukan <i>blocking</i> ganda (berpasangan).....	20
Gambar 3.1 Lapangan tes <i>passing</i> ke dinding.....	34
Gambar 4.1 Histogram Hasil <i>Pretest Passing</i> Bawah Siswa Laki-laki.....	40
Gambar 4.2 Histogram Hasil <i>Pretest Passing</i> Bawah Siswa Perempuan.....	41
Gambar 4.3 Histogram Hasil <i>Posttest Passing</i> Bawah Siswa Laki-laki.....	43
Gambar 4.4 Histogram Hasil <i>Posttest Passing</i> Bawah Siswa Perempuan.....	44
Gambar 4.5 Grafik perbandingan <i>mean pretest-posttest passing</i> bawah.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan <i>One Group Pretest Posttest Design</i>	30
Tabel 4.1 Deskriptif Statistik <i>Pretest Passing Bawah</i>	37
Tabel 4.2 Distribusi Hasil <i>Pretest Passing Bawah</i> Siswa Laki-laki	38
Tabel 4.3 Distribusi Hasil <i>Pretest Passing Bawah</i> Siswa Laki-laki	40
Tabel 4.4 Deskriptif Statistik <i>Posttest Passing Bawah</i>	41
Tabel 4.5 Distribusi Hasil <i>Posttest Passing Bawah</i> Siswa Laki-laki.....	42
Tabel 4.6 Distribusi Hasil <i>Posttest Passing Bawah</i> Siswa Perempuan	43
Tabel 4.7 Deskripsi Statistik Hasil Perbandingan Sebelum dan Sesudah Latihan	44
Tabel 4.8 Uji Normalitas Siswa Laki-laki.....	46
Tabel 4.9 Uji Normalitas Siswa Perempuan	46
Tabel 4.10 Uji Homogenitas	47
Tabel 4.11 Uji-t <i>Pretest dan Posttest Passing Bawah</i>	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup.....	57
Lampiran 2. Lembar Usulan Judul Skripsi	58
Lampiran 3. SK Pembimbing.....	59
Lampiran 4. Persetujuan Seminar Proposal Penelitian	61
Lampiran 5. Bukti Perbaikan Proposal Penelitian	62
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	63
Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian Dinas Pendidikan Provinsi Sumsel.....	64
Lampiran 8. Daftar Nama Peserta Ekstrakurikuler	65
Lampiran 9. Data <i>Pretest</i>	66
Lampiran 10. Program Latihan	67
Lampiran 11. Daftar Presensi Kehadiran	72
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	73
Lampiran 13. Data <i>Posttest</i>	77
Lampiran 14. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	78
Lampiran 15. Data Hasil Perbandingan Selisih <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	79
Lampiran 16. Deskriptif Statistik.....	80
Lampiran 17. Uji Normalitas dan Homogenitas	82
Lampiran 18. Hasil Analisis Uji t	84
Lampiran 19. Tabel t.....	85
Lampiran 20. Persetujuan Seminar Hasil Penelitian.....	85
Lampiran 21. Bukti Perbaikan Seminar Hasil Penelitian.....	87
Lampiran 22. Persetujuan Ujian Akhir Skripsi	88
Lampiran 22. Kartu Pembimbingan Skripsi.....	89
Lampiran 23. Bukti Perbaikan Skripsi	90

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada siswa dan siswi yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan desain “*The One Group Pretest Posttest Design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Palembang yang berjumlah 30 peserta. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *total sampling*. Instrumen *passing* bawah dari *test brady*. Analisis data menggunakan uji-t taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *drill* memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang, hasil ini berdasarkan nilai $t_{hitung} 16,860 > t_{tabel} 2,0452$, dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dengan kenaikan persentase sebesar 30,94%. Implikasi dari hasil penelitian yaitu hasil penelitian dapat digunakan sebagai salah satu metode latihan dan menjadi acuan dalam merancang program latihan dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli.

Kata kunci: *drill, passing bawah, bola voli*

ABSTRACT

This research aims to determine the influence of drill exercises on the improvement of the underhand passing skills of male and female students participating in volleyball extracurricular activities at SMA Negeri 2 Palembang. This study is a quasi-experimental research with "The One Group Pretest Posttest Design." The population in this study consists of 30 participants from the volleyball extracurricular activities at SMA Negeri 2 Palembang. Sampling was done using total sampling technique. The underhand passing instrument used was the Brady test. Data analysis was conducted using a significance level of 5% with a t-test. The results show that drill exercises have a significant impact on the improvement of underhand passing skills among participants in the volleyball extracurricular activities at SMA Negeri 2 Palembang. This is evidenced by the calculated t-value of 16.860 > the tabulated t-value of 2.0452, and a significance value of 0.000 < 0.05, with a percentage increase of 30.94%. The implications of the research suggest that the findings can be utilized as a training method and a reference in designing training programs to enhance underhand passing skills in volleyball.

.Keyword: *drill, underhand passing, volleyball*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Cabang olahraga voli ialah kegiatan yang merakyat (Erdiyanti & Febriyanto, 2019) kegiatan bola voli, yang jenis permainannya beregu, diminati dan menyenangkan, serta tidaknya memerlukan biaya yang begitu besar untuk dapat dinikmati (Erliana, 2014), hanya memerlukan sebidang tanah kosong yang bisa diubah menjadi lapangan, dengan jaring & bola tersedia membuat game ini mudah diakses. Ini lah yang menjadikan voli semakin populer dan diminati oleh penduduk diseluruh wilayah Indonesia. selanjut nya, kian meningkatnya pengembangan kegiatan voli di lingkungan perusahaan, pemerintah & lembaga pendidikan, mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi, mencakup SD, SMP, SMA, SMK, serta institusi pendidikan tinggi juga turut berkontribusi pada popularitasnya. Bola voli ialah satu jenis olahraga yang telah merakyat di kalangan masyarakat.

Bagi anak usia muda, mengembangkan kemampuan bergerak / bermain bola voli dengan keterampilan baik tidaklah mudah, diperlukan proses untuk memastikan bahwa keterampilan gerak anak dalam permainan bola voli dapat dikuasai secara efektif. Kompleksitas disebabkan oleh sifat *permainan* bola voli menekankan kecekatan, fleksibilitas, kesigapan dari tiap pemain bola voli (Neviantoko, Mintarto, & Wiriawan, 2020). Untuk dapat terlibat dalam permainan bola voli, kemahiran teknik dasar menjadi kunci, mencakup servis, *passing*, *smash*, and *block*. (Daryono & Almy, 2021; Erliana, 2014; gazali, 2016; Subarna, 2015).

Passing didalam bola voli ialah upaya se orang pemain ball voli untuk mengoper bola kepada rekan setimnya, menggunakan teknik khusus. *Passing* dapat di lakukan dari atas (*pass* atas) atau dari bawah (*pass* dari bawah). Jika bola turun didepan atau disamping badan pada tingkat setinggi perut kebawah, pemain

akan melaksanakan teknik *passing* dari bawah (Winarno et al., 2013). Kemahiran teknik dasar *passing* bawah menjadi prioritas utama didalam pembelajaran bola voli, baik disekolah maupun diklub masyarakat. Hal ini dikarenakan *passing* bawah ialah suatu teknik bermain bola voli yang memiliki tingkat penting yang sangat tinggi. Fungsi dari *passing* bawah melibatkan berbagai situasi, seperti menerima bola servis, menghadapi serangan atau *smash* dari lawan, mengambil bola setelah terjadi blok / pantulan *dinet*, menyelamatkan bola yang ter pantal ke luar lapangan *permainan* / merespon terhadap bola datang rendah secara mendadak. Terlebih lagi, *passing* bawah juga diperlukan ketika bola tidak dapat melewati *net*, mengakibatkan permainan tidak dapat di lanjutkan berjalan baik.

Dalam rangka melatih teknik *passing* bawah secara efektif dalam bola voli, terdapat berbagai metode yang dapat digunakan, baik dengan menggunakan alat bantu maupun tanpa menggunakan alat bantu. Salah satu metode efektif adalah melatih *passing* bawah dengan memanfaatkan tembok sasaran yang dilengkapi dengan dilingkaran dan tali jadi media pembantu dilatih. Ini menjadi penting karena penguasaan teknik dasar, khususnya *passing* bawah, perlu diperoleh dengan maksimum.

Ekstrakurikuler ialah aktivitas diluar jam pelajaran resmi yang bertujuan memperluas pengetahuan, meningkatkan keterampilan, dan menerapkan nilai-nilai kepandaian serta kecakapan, terutama lingkup olahraga dan kreasi. (Fauziyyah & Silfia, 2020; Suryawan, 2018). Terlebih lagi, ekstrakurikuler juga berfungsi sebagai metode untuk mengidentifikasi dan mengembangkan bakat siswa yang mungkin tidak terakomodasi selama jam pelajaran reguler di sekolah. Peran penting ekstrakurikuler di lingkungan sekolah terletak pada pembentukan karakter kreatif, penyaluran potensi, dan peningkatan keterampilan siswa, sehingga mendorong mereka menuju kemampuan kreatif dan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi (Fajar, 2020; Kistiasari, 2015). Pelaksanaan ekstrakurikuler ialah suatu langkah memajukan yang diadakan lingkungan disekolah dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa melalui latihan khusus sesuai dengan minat mereka dalam cabang olahraga tertentu. Hal ini memiliki signifikansi

penting karena dapat memastikan bahwa pengembangan and memajukan bakat olahraga di kalangan siswa terus berkembang and capai hasil optimal.

Kemampuan belum sempurna dalam teknik dasar *permainan* bola voli Mampu menimbulkan konsekuensi kurang menguntungkan pada kualitas permainan yang rendah. Berdasarkan pengamatan peneliti, pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang, belum mencapai hasil optimal. Terdapat murid yang masih sulit dalam mengeksekusi teknik dasar, terutama pada *passing* bawah. Beberapa anak mengalami rasa takut dan keluhan lengan sakit, sehingga terlihat kurang antusias engga mau melakukan gerakan *passing*. Per masalah kerap terjadi saat ekstrakurikuler bola voli, di mana murid cenderung melakukan *passing* bawah yang kurang akurat, bahkan bola dapat melenceng ke arah yang tidak diinginkan. Selain itu, terdapat kecenderungan siswa melakukan *passing* asal-asalan dengan tujuan utama agar bola melewati *net* and jatuh di area lain. Sayangnya, kesadaran akan pentingnya teknik dasar *passing* bawah dalam *permainan* bola voli belum sepenuhnya tercapai, dan bentuk latihan yang diberikan masih dirasakan kurang bervariasi, sehingga kemampuan dalam teknik dasar tersebut masih perlu ditingkatkan.

Untuk mengatasi masalah tersebut, dibutuhkan pembaruan didalam pelaksanaan ekstrakurikuler bola voli. Suatu pembaruan dapat diimplementasikan adalah memanfaatkan Latihan yang menyenangkan dan tidak monoton agar murid tetap bersemangat dan ter motipasi saat ikut aktifitas tersebut. Sebagai alternatif, kursus *drill* dapat menjadi pilihan yang efektif meningkat kan upaya *passing* bawah dalam permainan bola voli. Metode kursus dril melibatkan kegiatan yang dilakukan secara mengulang and penuh dedikasi, tujuannya untuk mem perkuat and menyempurnakan keterampilan tertentu sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang tetap terintegrasi (Dini et al., 2019).

Pendapat selurus dengan pandangan Astuti (2017), menyebutkan bahwa penerapan desain *drill* dalam teknik bola voli, kayak *service*, *passing* bawah, and *passing* atas, di lakukan secara mengulang dapat membuat murid menjadi terampil dalam melaksanakannya, sehingga mereka dapat dianggap punya keterampilan bermain bola voli tersebut. Penerapan desain *drill* dilakukan dari

cara mengajar yang melibatkan siswa dalam berbagai kegiatan latihan, dengan tujuan agar mereka memperoleh kecekatan, kefasihan yang begitu tinggi daripada telah di pelajari. (Akbar et al., 2017). Penerapan desain juga didapat u/ meningkatkan tangkas, cakapan, percepatan, and teliti murid didalam menyelesaikan berbagai jenis soal, mulai dari sederhana hingga kompleks (Sari & Appulembang, 2019).

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat di simpulkan bahwa latihan *drill* dalam proses pembelajaran memiliki karakteristik menyenangkan and tidak membosankan bola voli memiliki dampak yang signifikan. Menyadari pentingnya hal tersebut, peneliti merasa tertarik untuk menjalankan penelitian yng judulnya, ”Pengaruh Latihan *Drill* terhadap Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah pada Siswa Putra dan Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 2 Palembang.”

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Merujuk pada latar belakang yang telah dikemukakan diatas, adapun identifikasi permasalahan penelitian ini yaitu:

- 1) Penguasaan keterampilan bermain bola voli pada murid putra and putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang masih rendah, terutama *passing* bawah.
- 2) Rendahnya tingkat kemampuan teknik *passing* bawah murid putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang.
- 3) Belum di ketahuinya pengaruhnya latihan *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada murid putra putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang.

1.2.2 Pembatasan Lingkup Masalah

Memperjelas dan untuk menghindari terlalu luasnya penelitian yang akan dilakukan, maka penelitian ini hanya di batasi isu yang muncul berkaitan dengan kesulitan dalam *passing*, khususnya *passing* bawah. Dalam melaksanakan *passing*

bawah, baik kepada rekan satu tim maupun lawan, terdapat kendala di mana bola yang di *passing* tidak mencapai sasaran atau dilakukan dengan kurang sempurna.

1.2.3 Rumusan Masalah

Dengan dasar informasi yang telah dijabarkan sebelumnya, peneliti menyusun pernyataan masalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh latihan *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada murid putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA N 2 Palembang?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah di sebutkan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah pada siswa putra dan putri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut :

- 1) Sebagai bentuk kontribusi pemikiran untuk Universitas Sriwijaya Palembang, serta menjadi referensi bermanfaat bagi mahasiswa pendidikan olahraga dan dunia pendidikan secara umum.
- 2) Untuk dunia pendidikan atau pelatihan, dapat dijadikan sebagai salah satu materi pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam olahraga bola voli.
- 3) bagi peneliti lain di harapkan dapat di gunakan sebagai bahan acuan bagi peneliti pada masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, W., . S., & Ramdani, D. (2017). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Menyimak Siswa Kelas VII SMPN I Bunut Hulu. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (Jppk)*, 6(1).
Diambil Dari
<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/17956>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Pt Bina Aksara.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode Drill Dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa Sd Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru Mi*, 4(1), 1–16.
<https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276>
- Beutelstahl, D. (2013). *Belajar Bermain Bola Volley*. Kuningan: Pioner Jaya.
- Budiwanto, S. (2017). *Metode Statistika Untuk Mengolah Data Keolahraagaan*. Malang: Um Press.
- Budiwanto, S., Rahayuni, K., & Sulistyorini. (2016). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Pukulan Forehand Overhead Stroke Menggunakan Metode Latihan Berulang (Drilling) Umpan Lempar. *Jurnal Motion*, Vii(1), 107–118.
<https://doi.org/10.33558/motion.v7i1.501>
- Darwin, M., Mamondo, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, Y., Tambunan, H., Sylvia, D., ... Antonius Adolf Gebang. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Bandung: Cv. Media Sains Indonesia.
- Daryono, D., & Almy, M. A. (2021). Peningkatan Keterampilan Bermain Bola Voli Mahasiswa Melalui Latihan Gaya Self Check. *Halaman Olahraga Nusantara : Jurnal Ilmu Keolahraagaan*, 4(1), 89–99.
<https://doi.org/10.31851/hon.v4i1.5101>
- Dini, J. A., Salma, Y., & Fatmawati, □. (2019). Metode Drill Dalam Meningkatkan Keterampilan Membuat Tas Makrame Untuk Anak Tunarungu Di Slb Bina Bangsa. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh*

- Kembang Anak Usia Dini*, 4(3), 27–34.
<https://doi.org/10.14421/jga.2019.43-04>
- Dr. Sandu Siyoto, Skm., M. K., & M. Ali Sodik, M. . (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Sleman: Literasi Media Publishing.
- Dwi Yulia Nur Mulyadi, M. P., & Endang Pratiwi, M. P. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Bening Media Publishing (Vol. 3). Palembang: Bening Media Publishing.
- Erdiyanti, Y. P., & Febriyanto, B. D. (2019). Bimbingan Belajar Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Atlet Bola Voli O2sn Kabupaten Majalengka. *Jurnal Educatio Fkip Unma*, 5(1), 19–26.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v5i1.10>
- Erliana, M. (2014). Pengaruh Pembelajaran Model Bermain Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Mini. *Jurnal Multilateral Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 13(1), 53–62.
- 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.
 Diambil Dari
<http://stkipmeranti.ac.id/ejournal.stkipmeranti.ac.id/index.php/pjkr/article/view/38>
- Fajar, M., & Pd, M. (2020). Survei Kemampuan Teknik Dasar Bulutangkis Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sma Patra Mandiri 1 Plaju. *Halaman Olahraga Nusantara : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 90–101.
<https://doi.org/10.31851/hon.v3i1.3740>
- Fauziyyah, B. S., & Silfia, S. (2020). Pertumbuhan Kreativitas Siswa Melalui Program Ekstrakurikuler Di Sekolah Dasar. *Fondatia*, 4(1), 35–40.
<https://doi.org/10.36088/fondatia.v4i1.512>
- Gazali, Novri R. (2016). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bolavoli. *Journal Of Physical Education Health And Sport*, 3(1). <https://doi.org/10.15294/jpehs.v3i1.6342>

- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program Ibm Spss 23 (Viii)*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegor.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga: Teori Dan Metodologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Januarshah, Z. (2016). Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank Dan Side Plank) Dan Core Stability Dinamis (Side Lying Hip Abduction Dan Oblique Crunch) Terhadap Keseimbangan. *Journal Of Physical Education Health And Sport*, 3(2). Diambil Dari <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs/article/view/6550>
- Kistiasari, E. (2015). Analisis Ektrakurikuler Seni Tradisional Reog Terhadap Pembentukan Karakter Kreatif Siswa Sma Negeri 2 Kabupaten Ponorogo Tahun Pelajaran 2014/2015. *Citizenship Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 4(1), 362–370. <https://doi.org/10.25273/citizenship.v4i1.1088>
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia.
- Rahmani, M. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga (1 Ed.)*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Rukminingsih, M. P., Dr. Gunawan Adnan, M.A., P. ., & Mohammad Adnan Latief, M.A., P. . (2020). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Erhaka Utama.
- Sari, T. N., & Appulembang, O. D. (2019). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kognitif Siswa Pada Materi Himpunan Kelas Vii Pada Suatu Smp Di Sentani [The Implementation Of The Drill Method To Increase Students' Cognitive Learning Outcomes Of Sets In A Grade 7 Class At A Junior High School In Sentani]. *Johme: Journal Of Holistic Mathematics Education*, 2(2), 131–140. <https://doi.org/10.19166/johme.v2i2.1689>
- Subagio, M., Pujiyanto, D., & Nopiyanto, Y. E. (2022). Pengaruh Latihan Drill *Passing* Melalui Circuit Training Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Siswa Ektrakurikuler Bola Voli Putra Smp Negeri 10 Kota Bengkulu. *Sport*

- Gymnastics : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 74–85.
<https://doi.org/10.33369/Gymnastics.V3i1.20611>
- Subarna. (2015). Perbandingan Pengaruh Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan Terhadap Hasil Pembelajaran Spike Dalam Permainan Bola Voli Pada Ekstrakurikuler Bola Voli Ma Plus Al Munir Kabupaten Sumedang. *Jurnal Multilateral*, 14(2 Desember), 187–196.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Vol. 2). Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyanto. (2013). *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Jakarta: Yuma.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryawan, I. G. (2018). Pembelajaran Ekstrakurikuler Seni Lukis Kaca Di Smp Negeri 3 Sukasada. *Brikolase : Jurnal Kajian Teori, Praktik Dan Wacana Seni Budaya Rupa*, 10(2), 146–157. Diambil Dari <https://jurnal.isi-ska.ac.id/index.php/brikolase/article/view/2328>
- Udam, M. (2017). Pengaruh Latihan Shuttle-Run Dan Zig-Zag Terhadap Kemampuan Dribbling Bola Pada Siswa Sekolah Sepakbola (Ssb) Imanuel Usia 13-15 Di Kabupaten Jayapura Melkianus Udam Program Pendidikan Magister Program Studi Pendidikan Olahraga Konsentrasi Pendidikan Ol. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1), 1–14.
- Winarno, M. E. (2018). *Tes Ketrampilan Olahraga*.
- Winarno, M. E., Tomi, A., Imam, S., & Shandy, D. (2013). *Teknik Dasar Bermain Bolavoli*. Mala: Universitas Negeri Malang.
- Yahya, A. A. (Andi), & Sufitriyono, S. (Sufitriyono). (2020). Pembelajaran Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Pada Permainan Bolavoli Siswa Smpn 2 Mare Kabupaten Bone. *Jendela Olahraga*, 5(1), 1–9.
<https://doi.org/10.26877/Jo.V5i1.4179>