

**SURVEI KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI SISWA
KELAS VII SMP NEGERI 5 TANJUNG JABUNG TIMUR**

SKRIPSI



OLEH

JAROT MULYANTO

K1A120073

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
TAHUN 2024**

**SURVEI KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI SISWA
KELAS VII SMP NEGERI 5 TANJUNG JABUNG TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan kepada universitas jambi

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan

Program sarjana pendidikan olahraga dan kesehatan



OLEH

JAROT MULYANTO

K1A120073

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN

JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS JAMBI

TAHUN 2024

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul “**Survei Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur**” : Skripsi Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, yang disusun oleh Jarot mulyanto, Nomor Induk Mahasiswa K1A120073 telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam sidang dewan penguji.

Jambi, Maret 2024

Dosen Pembimbing I

Prof. Dr. Drs. Ilham, M.Kes.

NIP.196712311992031019

Jambi, Maret 2024

Dosen Pembimbing II

Bangkit Yudho Prabowo, M.Or.

NIP. 199007192022031006

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “**Survei Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur**”: Skripsi Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, yang disusun oleh Jarot Mulyanto, Nomor Induk Mahasiswa K1A120073 telah dipertahankan dihadapan tim penguji pada.

Prof. Dr. Drs. Ilham, M.Kes.

NIP.196712311992031019

Pembimbing Skripsi 1. _____

Bangkit Yudho Prabowo, M.Or.

NIP. 199007192022031006

Pembimbing Skripsi 2. _____

Jambi, Maret 2024

Mengetahui,
Ketua Program Studi,
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Dr. Alek Oktadinata, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198810242015041003

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Jarot Mulyanto

NIM : K1A120073

Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari hasil peneliti pihak lain. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil jiplakan atau plagiat, saya bersedia menerima sanksi dicabut gelar dan ditarik.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, November 2023

Materai
Rp.
10.000

Ttd

Jarot Mulyanto

NIM K1A120073

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanhirahim

Assalamualaikum, wr. Wb

Alhamdulillahirabbil alamin.. rasa syukur yang terbesar hamba limpahkan kepadamu ya allah karna telah memberikan kesempatan untuk terus menimba ilmu.menyelesaikan satu jenjang pendidikan. Semoga ini menjadi berkah untuk hidup hamba, orang tua, dan juga orang-orang tercinta hamba..

Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantara kamu dan orang-orang yang berilmu pengetahuan terhadap derajat. Dan allah maha mengetahui apa saja yang kamu kerjakan.

(al-mujadillah:11)

Ayah dan ibunda tercinta...

Sangat besar jasmu dalam hidup ini. Tidak sanggup anakmu ini membalas jasa-jasmu. Hanya karya kecil ini yang semoga bisa membuatmu merasa jerih payah, usaha, serta doamu selama ini tidak sia-sia. Tiap tetes peluhmu menjadi pendorong serta penyemangatku untuk tetap maju. Semoga bisa membuatmu sedikit bangga dan bahagia. Aamiin ya robbal alamin.. ya allah..

Anakmu tahu belum bisa membuat ayah dan ibu bahagia.semoga apa yang telah dilakukan selama ini mengenyam pendidikan ini bisa menjadi amal shaleh untukku dan kedua orang tuaku diiringi doa daan pengorbananmu terimakasih atas semuanya yang ayah dan ibu berikan atas doa dan pengorbanan..

Skripsi ini ku persembahkan untuk kedua orang tuaku...

Ayah :Sumardi

Ibu :Suyatmi

Saudara kandungku:yekti utami, jamaludin, dalleh budi prayitno, siti hartinah, may linda noviana, sigit haryono, agus wiranto

Dan untuk semua keluargaku beserta orang-orang yang kusayangi yang begitu berarti bagi hidupku yang telah memberikan doa, duukungan dan semangat tentunya.

Semua adalah kehendakmu

Berikanlah hamba selalu rahmad dan hidayah mu ya allah SWT

Wassalamualaikum, wr.wb

ABSTRAK

Mulyanto , Jarot :2024. “Survei Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur”. Jurusan Pendidikan Olahraga dan kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. Pembimbing (1) Prof. Dr. Drs.Ilham, M.Kes. Dan Pembimbing (2) Bangkit Yudho Prabowo, M.Or.

Kata Kunci : Survei Keterampilan, *Passing* Bawah, Bola Voli

Bola voli merupakan jenis permainan bola besar yang di mainkan oleh dua tim dimana setiap tim beranggotakan 6 orang di setiap lapangan di pisahkan oleh sebuah net. *Passing* bawah merupakan keterampilan dasar dalam permainan bola voli yang sangat penting untuk dikuasai dalam permainan bola voli. Cara yang di gunakan untuk mengetahui teknik passing bawah yang di lakukan sudah teepat atau belum salah satunya dengan melakukan penelitian mengenai survei ketrampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran dengan lembar observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah 20 siswa. Dan sampel yang di gunakan ddalam penelitian ini adalah 20 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui survei keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas VII SMP Negri 5 Tanjung Jabung Timur.

Hasil penelitian menunjukan bahwa keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas VII SMP Negri 5 Tanjung Jabung Timur di peroleh data sebagai berikut Siswa yang berada pada kategori sangat kurang yaitu (0) dengan persentase (0%). Pemain yang berada pada kategori kurang yaitu 1 siswa dengan persentase (5%). Siswa yang berada pada kategori sedang yaitu 5 siswa dengan persentase (25%). Siswa yang berada pada kategori baik yaitu 6 siswa dengan persentase (30%). Siswa yang berada pada kategori sangat baik yaitu 8 siswa dengan persentase sebesar (40%). Hasil penelitian survei keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan survei keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas VII SMP Negri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan karunia-Nya. Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Survei Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna menyelesaikan studi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi agar mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) bagi mahasiswa S-1 Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.

Dengan tersusunnya skripsi ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan membimbing penulis hingga skripsi ini selesai disusun. Ucapan terimakasih ini disampaikan, utamanya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Helmi, S.H.,M.H selaku Rektor Universitas Jambi
2. Bapak Prof. Dr.M. Rusdi, S.Pd.,M.d sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
3. Bapak Dr. Alek Okta Dinata, S.Pd., M.Pd. sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
4. Bapak Prof. Dr. Drs. Ilham, M.Kes. sebagai Dosen Pembimbing 1 Yang telah memberikan arahan dan bimbingan menyusun skripsi.
5. Bapak Bangkit Yudho Prabowo, M.Or selaku Dosen Pembimbing II Yang telah memberikan arahan dan bimbingan menyusun skripsi.
6. Segenap dosen fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas jambi
7. Buat yang teristimewa Bapak Sumardi dan Ibu Suyatmi, sebagai orangtua penulis dimana mereka orang yang terhebat yang dapat memberikan motivasi,

semangat dan doa yang sangat luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan hingga saat ini.

Jambi, Maret 2024
Mahasiswa

Jarot Mulyanto
K1A1210073

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Batasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah.....	5
1.5. Tujuan Penelitian	5
1.6. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1. Hakikat Permainan Bola Voli.....	7
2.1.1. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	8
2.1.2. Peralatan dan Perlengkapan.....	12
2.2. Keterampilan Passing Bawah	17
2.2.1. Pengertian Keterampilan	17
2.2.2. Pengertian Passing Bawah	19
2.2.3. Teknik Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah	20
.....	21
2.2.4. Manfaat dan tujuan <i>passing</i> bawah	22
2.3. Profil Sekolah	23
2.4. Penelitian Relevan.....	24

2.5. Kerangka Berpikir	25
BAB III.....	25
METODOLOGI PENELITIAN	25
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.2. Desain Penelitian	25
3.3. Populasi dan Sampel	26
3.3.1. Populasi	26
3.3.2. Sampel.....	26
3.4. Variabel Penelitian	26
3.5. Definisi Operasional	26
3.6. Instrumen Penelitian.....	28
3.6. Uji Validasi Ahli / Kelayakan	30
3.7. Teknik Pengumpulan Data	31
3.8. Teknik Analisis Data	32
BAB IV	33
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1. Deskripsi Pengambilan Data dan Analisis Data penelitian.....	33
4.2. Hasil Penelitian Tes Keterampilan Passing Bawah.....	34
4.4. Pembahasan Hasil Penelitian	36
BAB V.....	39
KESIMPULAN DAN SARAN	39
5.1. Kesimpulan.....	39
5.2. Implikasi	39
5.3. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Bola Voli	12
Gambar 2. 2 Bola Voli	13
Gambar 2. 3 Net Bola Voli	14
Gambar 2. 5 Baju dan Celana pendek.....	15
Gambar 2. 6 Elbowpad(deker siku)	15
Gambar 2. 7 Pelindung Ruas Jari.....	16
Gambar 2. 8 Kneepad(pelindung lutut).....	16
Gambar 2.9 <i>passing</i> bawah.....	21
Gambar 2.10 Kerangka Berfikir.....	25
Gambar 4.1 Histogram Analisis Keterampilan <i>Passing</i> Bawah.....	35

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Lembar Observasi Tes Keterampilan Passing Bawah Bola Voli.....	29
Tabel 3. 2 Norma Penilaian Keterampilan <i>Passing</i> Bawah.....	30
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Bawah.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Tes Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.....	42
Lampiran 2. Pengolahan Data Penelitian	43
Lampiran 3. Dokumentasi foto Pelaksanaan Penelitian.....	44

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pemerintah pada saat ini telah melakukan program pembangunan di bidang olahraga melalui panji keolahragaan yaitu memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang dilakukan baik dalam kompetitif atau juga santai. Olahraga pada umumnya bertujuan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik sambil memberikan efek relaksasi ke orang yang melakukan olahraga dan ke hiburan ke orang yang menonton. Berolahraga secara rutin dapat meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tubuh tidak mudah terserang penyakit.

Seiring dengan majunya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara termasuk Indonesia menghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negara yang maju, di mana manusianya dapat dikatakan sudah sangat berkurang dalam gerak jasmaninya, sehingga tidak jarang menimbulkan gangguan-gangguan dalam metabolisme tubuh, sistem otot, tulang, jantung dengan pembuluh darahnya dan juga sistem sarafnya. salah satu jenis olahraga yang dapat dilakukan yaitu olahraga bola voli. olahraga bola voli bisa juga berfungsi sebagai olahraga ataupun kegemaran atau bahkan pekerjaan. untuk hal ini perlu suatu dukungan dari keluarga, sekolah masyarakat maupun pemerintah. Olahraga bola voli adalah salah satu olahraga yang banyak digemari kalangan masyarakat internasional. Bola voli merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat baik di lingkungan sekolah, instansi pemerintah maupun swasta, perguruan tinggi hingga masyarakat umum.

Pada awalnya ide dasar permainan bola voli yaitu memasukan bola kedaerah lawan melewati suatu rintangan yang berupa net dan berusaha memenangkan pertandingan. Permainan bola voli merupakan permainan yang dimainkan beregu atau tim yang bertujuan untuk mengarahkan bola ke daerah lawan dengan aturan yang ada untuk mendapatkan poin dan bertujuan memenangkan permainan tersebut.

Tujuan permainan bola voli adalah berolahraga untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani. Selain itu olahraga ini dari yang berawal dengan tujuan yang bersifat rekreatif untuk mengisi waktu luang kemudian berkembang menjadi permainan yang bertujuan untuk mencapai prestasi yang tinggi dari mengharumkan nama daerah bangsa dan negara.

Pembinaan serta pengembangan olahraga sebagai bagian dari usaha meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat guna membentuk watak disiplin dan sportifitas mengembangkan prestasi olahraga dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.dalam usaha untuk mencapai prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang benar-benar diperhitungkan secara matang dengan suatu usaha dari dasar melalui pembibitan secara dini, peningkatan melalui pendekatan ilmiah terhadap ilmu-ilmu pengetahuan yang terkait,serta disiplin yang sangat tinggi dan tidak boleh terlepas dari prinsip-prinsip dasar dalam melakukan latihan dengan tujuan mencapai hasil maksimal.untuk menguasai permainan bola voli dengan baik dan tepat maka diperlukan latihan untuk menguasai teknik dasar secara baik pula.adapun teknik dasar dalam permainan bola voli adalah, *servis passing,smash*, dan *blocking*

Passing bawah merupakan suatu teknik mengambil bola yang datangnnya

rendah atau tinggi posisi pengambilan bola badan condong ke depan kedua lengan tangan lurus. perkenaan pada ruas tangan di atas pergelangan sampai dengan siku. teknik *passing* bawah paling sering digunakan untuk menerima servis atau serangan dari lawan. posisi yang baik yaitu posisi kedua tangan yang kuat. lengan dirapatkan dan harus di bawah bola. dalam permainan bola voli *passing* bawah merupakan salah satu kunci suksesnya suatu permainan bola voli untuk mencapai sebuah kemenangan.

Keterampilan *passing* bawah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan *passing* bawah dengan baik dan benar, mulai dari sikap awalan *passing*, gerakan saat menerima bola, dan akhiran dengan tingkat keberhasilan yang konsisten. keterampilan *passing* bawah adalah salah satu faktor untuk menentukan keberhasilan saat melakukan *passing* bawah dalam melakukan pertahanan ataupun serangan dalam permainan bola voli. apabila pemain melakukan *passing* bawah kurang tepat atau benar itu akan membuat tim kesusahan melakukan serangan dan memudahkan tim lawan melakukan serangan.

Keterampilan *passing* bawah yang para pemain pada umumnya kurang memperhatikan keefektifan gerak dan kurang tepatnya saat melakukan gerakan *passing* bawah. kurangnya penguasaan teknik dalam melakukan *passing* bawah. hal ini hendaknya menjadi perhatian bagi pemain atau pelatih bola voli, karena pada saat melakukan *passing* bawah yang baik dan benar akan membantu tim untuk menang.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur kelas VII masih terdapat kesalahan pada saat melakukan keterampilan *passing* bawah. Pada sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

memiliki lapangan yang memadai untuk melakukan latihan bola voli.berdasarkan uraian permasalahan yang telah dikaji di atas belum adanya penelitian tentang keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur maka dari itu penulis melakukan survei permasalahan tentang keterampilan *passing* bawah. Karna *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain voli. Sehingga sebuah tim dapat melakukan serangan ataupun pertahanan yang baik.agar kita semua dapat mengetahui keterampilan *passing* bawah bola voli ,maka penulis melakukan penelitian yang berjudul **“Survei Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Dalam sebuah penelitian tidak terlepas dari sebuah permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut dipecahkan, dianalisis,dan teliti serta di cari jalan keluarnya dan mendapatkan solusinya. Setelah dibaca dan dipahami latar belakang masalah yang ada maka,yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah;

1. Belum di ketahui keterampilan passing bawah pada pemain bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
2. Kurangnya penguasaan pada saat melakukan *passing* bawah seperti pada saat melakukan awalan dan pelaksanaan serta akhiran.
3. Belum adanya penelitian tentang keterampilan *passing* bawah pemain bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

1.3. Batasan Masalah

Agar permasalahan yang di ambil tidak terlalu luas, maka penulis

membatasi masalah yang akan diteliti yaitu “survei keterampilan *passing* bawah pemain bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur”.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Bagaimanakah keterampilan *passing* bawah pemain bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur?

1.5. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui : keterampilan *passing* bawah pemain bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

1.6. Manfaat Penelitian

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang berkaitan dengan judul ini.

1. Secara teoritis:

- a) Sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan.
- b) Dalam mengetahui metode pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan bagi peserta didik.
- c) Dapat memberikan gambaran umum keterampilan *passing* bawah bola voli untuk menunjang kelancaran dalam proses pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan.
- d) Memberikan pengetahuan serta pengalaman tentang keterampilan *passing* bawah bola voli adalah salah satu faktor penting dalam permainan bola voli guna meningkatkan prestasi belajar.

2. Secara praktis:

- a) Memberikan pengetahuan serta pengalaman bagi guru khususnya guru pendidikan olahraga dan kesehatan dalam mengembangkan proses belajar mengajar.
- b) Sebagai bahan pertimbangan dalam menambah sarana dan prasarana pendidikan olahraga kesehatan dengan tujuan memperlancar kegiatan belajar mengajar.
- c) Siswa dan siswi lebih objek dari pembelajaran dapat menambah atau memperoleh pengetahuan dan dapat meningkatkan kualitas belajar siswa dan siswi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Hakikat Permainan Bola Voli

Menurut Wawan Junresti Daya (2019:47) menjelaskan bahwa “permainan bola voli adalah jenis permainan bola besar yang di mainkan oleh dua tim dengan ukuran lapangan 9 X 18 meter dengan masing-masing tim berjumlah 6 orang di dalam lapangan”.

Menurut Witono Hidayat (2017:35) menjelaskan bahwa “permainan bola voli merupakan olahraga yang di butuhkan keterampilan dan penguasaan teknik.hal ini karena mengingat dalam olahraga ini, seorang pemain di tuntutan untuk mampu menjaga bola agar tetap berada di udara dan tidak boleh jatuh menyentuh lantai.selain itu pemain juga di tuntutan mampu menciptakan pukulan yang membuat lawan tidak mampu menjaga bola secara sempurna guna mendapatkan poin.

Menurut Gunawan (2018: 51) menjelaskan bahwa “bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan.masing-masing tim memiliki enam orang dan terdapat pula variasi voli pantai yang masing-masing tim hanya dua orang.

Berdasarkan dari beberapa teori-teori para ahli di atas dapat di simpulkan bahwa “permainan bola voli adalah suatu permainan bola besar yang di mainkan oleh dua tim dan di dalam masing-masing tim terdapat 6 orang yang berada di lapangan yang di batasi oleh sebuah net dengan ukuran lapangan 18m X 9m.dengan tujuan permainan ialah melewati bola di atas net dengan

menjatuhkan bola ke daerah lapangan lawan dengan tujuan menghasilkan poin dan memenangkan pertandingan”.

2.1.1. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Menurut Suhadi Sujarwo dalam Kholidman Idham (2019 :12) menjelaskan bahwa “teknik dasar merupakan gerakan dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain voli baik dalam gerakan kaki dan gerakan tubuhnya. masing-masing individu tidak akan sama dalam setiap gerak dasarnya berdasarkan postur tubuhnya.

Menurut Witono Hidayat (2017: 35) menjelaskan bahwa “teknik dalam bahasa ini di artikan sebagai sebuah masalah prosedur yang sudah di kembangkan berdasarkan praktik serta memiliki tujuan untuk mencari penyelesaian masalah pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna”.

Menurut Nuril Ahmadi dalam Idham Kholidman (2019:12) menjelaskan bahwa “Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik yang harus dikuasai.teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas *servis*, *passing* (*passing* atas dan *passing* bawah) *smash*, dan *block*.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa “teknik dasar di antaranya *servis*, *passing* (*passing* atas dan *passing* bawah) *smash*, dan *block* dalam permainan bola voli dapat di artikan sebagai cara memainkan bola voli secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku agar dapat mencapai hasil yang maksimal dan dapat berprestasi”. Dan di dalam permainan bola voli teknik menyelesaikan

masalah pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna.

1. Servis

Menurut M.E.Winarno, (2013:37) mengemukakan bahwa “*Service* merupakan sajian awal untuk memulai suatu pertandingan bola voli, sekaligus sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan *service*”

Menurut Wawan Junresti Daya (2019:87) mengemukakan bahwa “servis merupakan salah satu teknik dasar yang di lakukan pertama kali dalam memulai permainan dan dapat juga di gunakan untuk melakukan serangan awal pertandingan.

Menurut Muhajir (2007:123) mengemukakan bahwa “*service* adalah suatu tindakan untuk memasukan bola kedalam permainan oleh pemain belakang kanan,yang memukul bola itu dengan satu tangan atau lengan daerah *service*

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli di atas dapat di simpulkan bahwa servis adalah suatu upaya memasukan bola ke daerah lapangan lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan oleh pemain yang di lakukan di belakang garis lapangan .

Adapun jenis servis dalam permainan bola voli terbagi menjadi 3 yaitu:

a. servis tangan dibawah (*underhand serve*)

- b. servis tangan di atas :*top spin, back spin, in side spin, outside spin*
mengapung (*floating serve*)
- c. *jumping serve*

2. *passing* bawah

Menurut M.E. Winarno ,(2013:40) mengemukakan bahwa “*passing* bawah merupakan mengumpan bola dari depan badan setinggi perut ke bawah kepala teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Menurut Wawan Junresti Daya (2019:107) mengemukakan bahwa” *passing* bawah adalah memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting.

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dikemukakan di atas dapat di simpulkan bahwa,*passing* bawah adalah suatu teknik mengambil bola atau menerima bola yang datangnya rendah setinggi perut kebawah menggunakan kedua lengan bagian dalam pada saat menahan bola dan mengumpan bola ke teman satu tim.

3. *passing* atas

Menurut Wawan Junresti Daya (2019 :112) menerangkan bahwa “*passing* atas adalah sebuah operan yang di tujuhan kepada teman satu regu menggunakan jari-jari tangan dan di lakukan pada bola yang datang dengan ketinggian sama dengan bahu atau lebih di atasnya.

Menurut Idham Kholidman (2019:16) mengemukakan bahwa “*passing* atas adalah sebuah teknik untuk mengumpan bola ke teman satu regu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *passing* atas adalah salah satu teknik dasar memainkan bola dengan ketinggian sama dengan bahu atau lebih tinggi menggunakan jari-jari tangan.

4. *smash*

Menurut Endang Susanti (2015:16) mengemukakan bahwa “*smash* merupakan pukulan yang keras dari atas kebawah, yang jalannya bola menukik.

Menurut Wawan Junresti Daya (2019:121) mengemukakan bahwa “*smash* adalah serangan terhadap lawan yang dilakukan dari garis tengah lapangan atau depan dengan ciri menukik”

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa, *smash* merupakan suatu serangan atau pukulan yang dilakukan di garis tengah atau garis depan lapangan dengan cara memukul bola dengan keras dan menukik tajam ke lapangan lawan”. Dalam permainan bola voli *smash* terbagi menjadi 3:

- a). *Open smash (smash normal)*
- b). *Quicker (bola cepat)*
- c). *Semi smash*

5. *passing* atas

Menurut M.E. Winarno ,(2013:42) mengemukakan bahwa “*blocking* adalah teknik menutup laju bola pada saat bola berada di atas net, dengan tujuan untuk mengembalikan bola secara langsung kearah permainan lawan”.

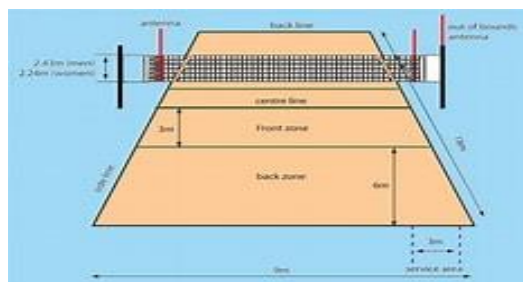
Menurut Wawan Junresti Daya (2019:121) mengemukakan bahwa “*block* adalah pertahanan pertama dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan mengulurkan tangan di atas net dengan maksud menghalangi laju bola yang diduga akan di lakukan *smash*”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa “*block* adalah pertahanan pertama dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan cara mengulurkan tangan di atas net dengan tujuan menghalangi lajunya bola yang di duga akan dilakukan *smash* lawan.

2.1.2. Peralatan dan Perlengkapan

Dalam olahraga bola voli pasti memerlukan sarana dan prasarana untuk menunjang pelaksanaan olahraga bola voli, baik ketika latihan atau pun dalam sebuah pertandingan. Berikut adalah beberapa peralatan yang sering digunakan dalam sebuah kegiatan olahraga bola voli:

1. Lapangan Voli



Gambar 2. 1 Lapangan Bola Voli

Sumber: <https://edukasicenter.blogspot.com/2016/05/ukuran-lengkap-lapangan-bola-voli.html> (diakses pada 09/11/2023/10:30)

Berikut adalah penjelasan ukuran lapangan bola voli:

- a. Panjang lapangan bola voli memiliki ukuran 18 meter.
- b. Untuk lebar lapangan voli dibuat dengan ukuran 9 meter
- c. Sedangkan panjang garis serang lapangan voli berukuran 3 meter
- d. Lebar baris dari lapangan voli setebal 5 sentimeter
- e. Area servis lapangan bola voli berukuran 3 meter.

2. Bola Voli



Gambar 2. 2 Bola Voli

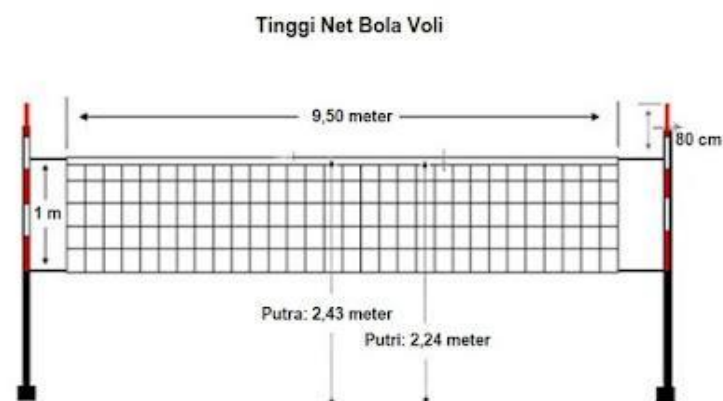
https://s1.bukalapak.com/img/1594748221/w-1000/Bola_Voli_Mikasa_MVA_300_k.jpg(diakses pada 10/11/2023/15:11)

Berikut adalah penjelasan ukuran bola yang sesuai dengan standar nasional/internasional:

- a. Diameter bola :18-20 cm

- b. Tekanan bola :0,30-0,325
- c. Keliling bola :65-67 cm
- d. Berat bola :260-280 gram

3. Net



Gambar 2. 3 Net Bola Voli

<http://1.bp.blogspot.com/zBKJ88W2sTw/XZsltYHKC51>
(Diakses pada 10/11/2023/22:15)

Berikut adalah penjelasan ukuran net bola voli baik untuk putra maupun putri:

- a. Tinggi net putra :2,43
- b. Tinggi net putri :2,24

4. Sepatu Voli



Gambar 2. 4 Sepatu Bola Voli

<https://www.ncrsport.com/product/V1GA191206/Sepatu-Volley-Mizuno-Wave-Momentum-Blue-Original>(diakses pada:10-11-2020/23.20)

Sepatu adalah alat pelindung kaki dan sebagai penunjang performa pemain.

5. Baju dan Celana Pendek



Gambar 2. 5 Baju dan Celana pendek

<https://images.tokopedia.net/img/cache/200-square/hDjmkQ/2023/8/29/1e72b0c2-a42e-4801-8ff2-4131b30bf68a.jpg>(diakses pada 25-11-2020/23:50)

6. Elbow Pad



Gambar 2. 6 Elbow Pad(deker siku)

<https://images.tokopedia.net/img/cache/200-square/hDjmkQ/2022/1/13/a67171c1-412c-4af9-a234-6a9eedefcfa8.jpg>(diakses pada 25-11-2020/23:55)

Elbow Pad adalah deker siku yang dimana fungsi dari perlengkapan ini adalah sebagai pelindung siku pemain.

7. Pelindung Ruas Jari



Gambar 2. 7 Pelindung Ruas Jari

https://images.tokopedia.net/img/cache/200-square/product-1/2018/11/28/275781721/275781721_35e3394a-c7a6-4448-9b0e-de44bb3dd000_700_700.jpg(diakses pada 11-11-2023/00:10)

Pelindung ruas jari ini berfungsi untuk meminimalisir cedera pada saat melakukan *blocking*.

8. Knee pad



Gambar 2. 8 Kneepad(pelindung lutut)

<https://images.tokopedia.net/img/cache/200-square/VqbcmM/2021/10/1/c557630a-21de-4fb7-a9f4-695a3a93ebf3.jpg>(diakses pada 11-11-2023/00:15)

Knee Pad adalah deker lutut yang berfungsi utamanya adalah menjaga sendi lutut saat menopang tubuh atau sebagai alat untuk meminimalisir cedera.

2.2. Keterampilan Passing Bawah

2.2.1. Pengertian Keterampilan

Menurut pendapat Wahjoedi (2015:9) mengatakan bahwa “keterampilan adalah kegiatan melakukan gerakan secara efisien dengan efektif atau bila seseorang nampak mempunyai potensi yang baik untuk melaksanakan satu gerakan khusus. Keterampilan seseorang tergambarkan dalam kemampuan menyelesaikan tugas gerak tertentu dengan terlihat mutunya dari seberapa jauh orang tersebut mampu menampilkan tugasnya yang di berikan dengan tingkat keberhasilan tertentu.

Menurut Yudha dalam (Idham Kholidman 2019:18) mengutarakan bahwa “keterampilan adalah suatu kemampuan atau kecakapan untuk menyelesaikan tugas tertentu dengan baik, istilah terampil biasanya di

gunakan untuk menggambarkan tingkat suatu kemampuan seseorang bervariasi. Suatu keterampilan ini baru dapat dikuasai atau di peroleh apabila di latih dengan persyaratan tertentu ,satu di antaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut di lakukan dengan terus menerus dalam jangka waktu yang memadai.”

Menurut pendapat Widiastuti (2011:196) mengutarakan bahwa “gerak keterampilan adalah gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar”

Berdasarkan dari beberapa para ahli di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa “keterampilan dasar bermain bola voli adalah sebuah tingkat kemampuan melakukan suatu teknik suatu dasar gerakan dasar dalam permainan bola voli yang dilakukan secara efektif dan efisien dengan tingkat keberhasilan yang konsisten dan keterampilan dalam di pelajari secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu.

Menurut Robbins mengatakan dalam (Idham Kholidman 2019:16) bahwa di dalam keterampilan terbagi menjadi 4 kriteria:

1. Basic Literacy Skill : Keahlian dasar yang sudah pasti wajib dimiliki oleh setiap orang adalah :membaca,menulis, berhitung, serta mendengar.
2. Technical Skill: keahlian secara teknis yang di dapatkan melalui pembelajaran dalam bidang teknik seperti mengoperasikan komputer dan alat digital lainnya.

3. Interpersonal Skill: keahlian setiap orang dalam melakukan komunikasi satu sama lain seperti mendengar seseorang ,memberi pendapat dan berkerja sama.
4. Problem Solving: keahlian seseorang dalam memecahkan masalah dengan menggunakan logika atau perasaan.

2.2.2. Pengertian Passing Bawah

Menurut Wawan Junreesti Daya (2019:107) mengatakan bahwa “*passing* bawah adalah memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting . Kegunaan teknik *passing* bawah antara lain adalah untuk penerimaan bola *servis*, serangan/*smash*, dan pengambilan bola setelah terkena blok atau bola pantulan dari net,dan menyelamatkan bola yang terkadang terpental jauh diluar lapangan dan untuk pengambilan bola rendah”.

Menurut pendapat Suhadi Sujarwo (2019: 29) mengatakan bahwa “*passing* bawah merupakan teknik menerima bola dengan menggunakan kedua tangan. Perkenaan pada ruas tangan diatas pergelangan tangan ke atas sampai siku.”

Menurut pendapat Bonnie Kenny Gunawan (2018: 52) mengatakan bahwa “*passing* bawah adalah gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman dalam satu regu”

Berdasarkan dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa “ *passing* bawah merupakan sebuah teknik pengambilan bola yang datang dengan ketinggian tertentu ,menggunakan kedua lengan tangan bagian dalam di atas pergelangan sampai siku untuk menerima

servis atau mengumpan, mengembalikan bola kelapangan lawan melalui atas net”.

2.2.3. Teknik Pelaksanaan *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan salah satu teknik yang terpenting yang harus dikuasai dengan baik oleh seorang pemain voli. Salah satu Keberhasilan suatu tim dalam permainan di tentukan oleh baik dan buruknya kualitas keterampilan *passing* bawah seorang pemain.

Menurut Nuril Ahmadi dalam Idlam Kholidman (2019:31) mengutarakan “analisis gerak *passing* bawah adalah sebagai berikut”.

Langkah-langkah dalam melakukan *passing* bawah adalah:

1. Sikap persiapan
 - a. Bergerak ke arah datangnya bola
 - b. Genggam jemari tangan
 - c. Kaki dalam posisi di buka selebar bahu
 - d. Tekuk lutut ,tahan tubuh rendah
 - e. Sikut terkunci
 - f. Lengan sejajar paha
 - g. Pinggang lurus
 - h. Pandangan ke arah bola
2. Sikap pelaksanaan
 - a. Terima bola di depan badan
 - b. Kaki sedikit diluruskan
 - c. Berat badan di alihkan kedepan
 - d. Pukulah bola jauh dari badan

e. Pinggul bergerak kedepan

f. Perhatikan bola saat menyentuh lengan.perkenaan lengan bagian dalam pada permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

3. Sikap lanjutan

a. Jari tangan tetap di genggam

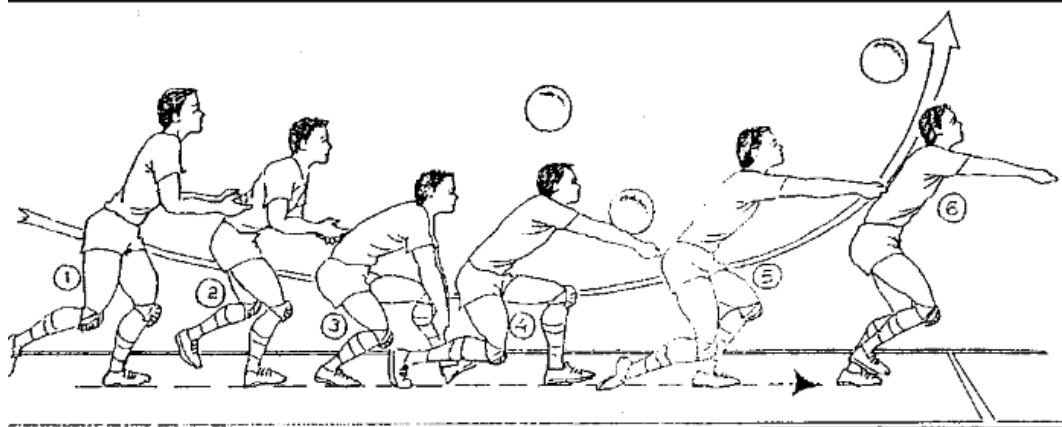
b. Siku tetap terkunci

c. Landasan mengikuti bola arah sasaran

d. Pindahkan berat badan ke arah sasaran

e. Tangan mengikuti lintasan bola tidak lebih dari 90 derajat dan berhenti kearah target *passing*

f. Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran.



Gambar 2.9 *passing* bawah

2.2.4. Manfaat dan tujuan *passing* bawah

Menurut Wawan Junresti Daya (2019:117) mengutarakan bahwa “*passing* bawah yaitu suatu cara mengoper bola dengan tangan dari bawah selain berguna mengoper bola juga dapat digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah”.

Menurut novi lestari (2008:82) menyatakan bahwa” kegunaan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli yaitu sebagai berikut:

1. Untuk menerima bola *servis* dan *smash* dari lawan.
2. Untuk mengambil bola hasil blok atau dari pantulan net.
3. Untuk menyelamatkan bola yang terpantul jauh dari lapangan.

Selain itu ada beberapa manfaat bila menguasai teknik dasar keterampilan *passing* bawah adalah:

1. Apabila bola yang datang dengan kecepatan tinggi akan tetap baik saat pengembaliannya apabila keterampilan *passing* bawahnya baik dan benar.
2. Untuk bertahan dari serangan lawan dan membangun sebuah serangan dengan baik

Tujuan *passing* bawah dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut:

1. *Passing* bawah bertujuan meengambil atau mengoper bola yang datangnya rendah dengan baik dan benar.
2. Melambungkan bola dan mengarahkan ke *setter* atau teman satu tim.

2.3. Profil Sekolah

SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur merupakan sekolah yang beralamat di Jln. Sultan Thaha Blok D Pandan Jaya Geragai Kelurahan Pandan Jaya, Kecamatan Geragai, Kabupaten tanjung jabung timur, Provinsi Jambi. Yang mempunyai sebuah visi dan misi yaitu :

visi

“Mewujudkan Pendidikan Yang Bermutu dan Terjangkau Melalui Optimalisasi Layanan ”

misi

1. Menciptakan pelayanan pendidikan yang merata, berkeadilan, terjangkau dari aspek lokasi, biaya dan kesempatan
2. Menyelenggarakan pendidikan yang bermutu sesuai dengan standar operasional, Standar Pelayanan Minimal (SPM) dan berorientasi pada Standar Nasional Pendidikan (SNP)
3. Memberikan pelayanan terhadap penyelenggaraan pendidikan formal dan non formal;
4. Memberikan pembinaan dan pengembangan kreativitas siswa;
5. Mengingatkan manajemen dinas pendidikan Kabupaten, unit pelaksana teknis dinas Pendidikan Kecamatan dan sekolah.

Dengan kepala sekolah Kepala Sekolah Abdullah, M.Pd.I serta terdapat 27 guru dan 6 di antaranya berjenis kelamin laki-laki dan 21 berjenis kelamin perempuan, dan untuk tenaga kependidikan berjumlah 33 tenaga pendidik 10 di antaranya berjenis kelamin laki-laki dan 23 lainnya berjenis kelamin perempuan. Serta untuk jumlah siswa adalah 333 jumlah

keseluruhan 167 berjenis kelamin laki-laki dan 166 berjenis kelamin perempuan. Mempunyai 16 ruangan yang berkondisi baik 13 dan 3 lainnya rusak sedang.

2.4. Penelitian Relevan

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan sama-sama mengkaji mengenai teknik dasar bola voli. Metode yang di gunakan sama, yaitu survei dan teknik analisis. Manfaat dari penelitian relevan ini adalah sebagai acuan agar penelitian yang sedang di lakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Endang susanti (2015), dengan judul “survei keterampilan passing bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015”. Hasil penelitian menunjukan bahwa keterampilan passing bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Ngablak Kecamatan Serunbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015 berada pada kategori “sangat baik” sebesar 10% (2 siswa), kategori “baik” 25% (5 siswa) ,kategori “cukup” sebesar 25% (5 siswa), kategori “kurang” sebesar 40% (8 siswa), kategori “sangat kurang” 0% (0 siswa). Berdasarkan hasil data di atas dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bola voli di SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015 dalam kategori cukup baik.
2. Penelitian Idham Kholidman (2019) dengan berjudul “ Analisis Keterampilan *Passing* Bawah dan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 2 Kota Sungai Penuh”. Dari hasil penelitian

tersebut di dapatkan hasil keterampilan passing bawah dan passing atas peserta ekstrakurikuler bola voli yaitu kategori sangat kurang 0% ,kategori kurang 0%, kategori sedang 57,90%, kategori baik 42,10%, dan kategori sangat baik 0%. Berdasarkan hasil yang di dapatkan nilai rata-rata adalah 12,158, dapat di tarik kesimpulan bahwa Analisis Keterampilan Passing Bawah dan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 2 Kota Sungai Penuh berada pada kategori sedang.

3. Alwi Kurnianti (2012), yang berjudul “Analisis Teknik Smash Atlet Bola Voli Junior di klub GANEVO Yogyakarta”. Metode yang di gunakan pada penelitian ini adalah survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran yang di lakukan tiga orang judge.sampel yang di ambil dari hasil sampling berjumlah 21 orang atlet.hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik Smash Atlet Bola Voli Junior di klub GANEVO Yogyakarta untuk kategori sangat kurang 14,29%,kategori kurang 14,29%,kategori cukup 14,29%,kategori baik 9,53%, dan kategori sangat baik 47,69%. Berdasarkan hasil di atas nilai rata-rata yaitu 57,2. Dapat di tarik kesimpulan bahwa Teknik Smash Atlet Bola Voli Junior di klub GANEVO Yogyakarta berada pada kategori baik.

2.5. Kerangka Berpikir

Dalam olahraga bola voli memiliki keterampilan teknik dasar yang baik dan benar sangatlah penting. Memiliki keterampilan yang baik dan benar dapat meningkatkan kualitas permainan dalam sebuah tim bola voli, salah satu teknik dasar yang harus di kuasai oleh pemain bola voli adalah keterampilan *passing*

bawah. Passing bawah juga di gunakan untuk melakukan pertahanan dari serangan lawan dan untuk membangun serangan untuk rekan tim nya sendiri.

Selain itu manfaat menguasai teknik passing bawah yang baik dan benar adalah Apabila bola yang datang dengan kecepatan tinggi akan tetap baik saat pengembaliannya apabila keterampilan *passing* bawahnya baik dan benar.oleh karna itu baik seorang pemain ataupun seorang pelatih harus mengetahui langkah-langkah melakukan teknik *passing* bawah yang baik dan benar.

Cara untuk mengetahui apakah teknik *passing* bawah yang dilakukan sudah benar atau belum, salah satunya dengan melakukan survei keterampilan *passing* bawah.. Sesuai dengan permasalahan yang di jabarkan di atas tentang keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.maka untuk lebih jelas dapat dilihat dari gambar kerangka berfikir berikut:



Gambar 2.9 Kerangka Berpikir

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur yang bertempat di Kecamatan Geragai, Kabupaten Tanjung Jabung Timur, Jambi. Waktu penelitian ini adalah 1 Januari 2024.

3.2. Desain Penelitian

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif tentang pengukuran keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. winarno (2013:57) Deskriptif bertujuan untuk memaparkan peristiwa yang terjadi pada masa kini, peristiwa tersebut di lakukan secara sistematis yang menekankan pada pengungkapan data berdasarkan fakta yang di peroleh di lapangan. Menurut A. Sodik (2015:55) Kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan proses data-data yang berupa angka sebagai alat survey mengenai keterampilan *passing* bawah.

Penelitian kuantitatif ini hanya menggambarkan tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur pada saat penelitian tanpa melakukan pengujian hipotesis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar tes observasi melalui pengamatan.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Menurut Winarta (2014:65) menyatakan “populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri dari atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang telah ditetapkan”. Hal serupa juga menurut pendapat Suhartini Arikunto (2019 :45) mengatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Dari penuturan para ahli di atas populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sebanyak 12 siswa pemain voli putra.

3.3.2. Sampel

Menurut pendapat Suhartini Arikunto (2019:45) mengatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi”. Teknik sampling dalam penelitian ini total sampling atau kata lain sampel keseluruhan yang berjumlah 12 siswa pemain voli putra kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

3.4. Variabel Penelitian

Menurut Winarno (2013 :22) mengatakan bahwa “variabel merupakan objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan *passing* bawah siswa SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

3.5. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah paham dalam penafsiran pada penelitian ini maka di kemukakan definisi operasional. Variabel dalam penelitian ini merupakan

variabel tunggal yaitu keterampilan *passing* bawah pada permainan bola voli. Keterampilan *passing* bawah bola voli tersebut adalah suatu tingkat kemampuan dalam melakukan suatu teknik dasar *passing* bawah bola voli yang dilakukan secara efektif dan efisien, dengan tingkat keberhasilan yang konsisten.

1. Keterampilan Bola Voli

Keterampilan dasar bermain bola voli adalah sebuah tingkat kemampuan melakukan suatu teknik suatu dasar gerakan dasar dalam permainan bola voli yang dilakukan secara efektif dan efisien dengan tingkat keberhasilan yang konsisten dan keterampilan dalam di pelajari secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu.

2. *Passing* Bawah Bola Voli

passing bawah merupakan sebuah teknik pengambilan bola yang datang dengan ketinggian tertentu, menggunakan kedua lengan tangan bagian dalam di atas pergelangan sampai siku untuk menerima servis atau mengumpan, mengembalikan bola kelapangan lawan melalui atas net.

3. Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur terdapat beberapa siswa siswa pemain bola voli yang mewakili kelas dalam Class Meeting atau bahkan dalam beberapa ajang kompetisi tertentu dalam cabang olahraga bola voli.

Keterampilan pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur dapat di uji dengan menggunakan tes keterampilan *passing* bawah dan mencocokkan dengan lembar observasi.

3.6. Instrumen Penelitian

Menurut Winarno (2013: 96) mengatakan bahwa “dalam kegiatan penelitian di perlukan alat untuk mengumpulkan data, alat tersebut yang dikatakan instrumen”. Instrumen artinya sarana untuk melakukan penelitian berupa seperangkat alat tes untuk mengumpulkan data sebagai bahan pengolahan. Tujuan dari instrumen yaitu untuk mengukur keterampilan *passing* bawah pada siswa.

Adapun instrumen yang digunakan dalam mengukur keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur yaitu, tes *passing* bawah dan mencocokkan dengan lembar observasi. Menurut Winarno (2013: 106) mengatakan bahwa “mengobservasi dapat di lakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap kemudian di catat dengan subjektif”. adapun menurut pendapat Suharsimi Arikunto (2013 :272) mengatakan bahwa “dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapi dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen”.

Di dalam lembaran observasi berisikan pernyataan-pernyataan yang merupakan objek dari pengamatan dan telah di sediakan kolom check list sehingga peneliti hanya mengamati kemudian memberikan tanda (√) pada kolom tersebut. Untuk membantu penelitian dalam keterampilan *passing* bawah berikut adalah teori Nuril Ahmadi (2007 :23) berikut adalah instrumen penelitian pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. 1 Lembar Observasi Tes Keterampilan Passing Bawah Bola Voli

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola		
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan		
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan		
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan		
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar		
	6.	Sikut terkunci		
	7.	Lengan sejajar dengan paha		
	8.	Punggung sedikit di condongkan		
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola		
tahapan pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang		
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku		
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan		
	5.	Badan bergerak keatas depan		
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		
Tahapan lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		
	2.	Siku tetap terkunci		
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran		
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap		

Keterangan:

1. Penelitian akan memberi tanda check (✓) pada kolom penilaian tersebut, apabila siswa melakukan gerakan sesuai pada tabel maka siswa tersebut mendapatkan nilai 1 (satu)
2. Peneliti tidak akan memberikan tanda (✓) pada kolom tersebut apabila siswa melakukan gerakan yang tidak sesuai dengan yang ada pada tabel tersebut.

Setelah data di peroleh dalam bentuk nilai maka data dapat di kategorikan sesuai yang telah di tentukan. Menurut pendapat M.E. Winarno (2006:67) mengatakan bahwa “pengkategorian menggunakan 5 acuan kategori:sangat baik, baik, sedang, kurang, sangat kurang”.

Tabel 3. 2 Norma Penilaian Keterampilan *Passing* Bawah

No	Nilai	Klasifikasi/kategori
1	17-20	Sangat Baik
2	13-16	Baik
3	9-12	Sedang
4	5-8	Kurang
5	0-4	Sangat Kurang

3.6. Uji Validasi Ahli / Kelayakan

Dengan instrumen yang valid akan menghasilkan data yang valid pula. Atau dapat juga dikatakan bahwa jika ada data yang dihasilkan sebuah instrumen valid, maka data tersebut dikatakan valid. Instrumen penelitian yang telah disusun berdasarkan kisi-kisi kemudian di validasikan para ahli, maka dalam melakukan penelitian ini lembar observasi akan di validasi ahli yang dilakukan oleh bapak

Iwan Budi setiawan, S.Pd., M.Pd. yang merupakan dosen program studi pendidikan olahraga dan kesehatan sekaligus ahli dalam bidang permainan bola voli. Masukan dan arahan terkait instrumen penelitian didapatkan setelah melakukan validasi dengan ahli.

3.7. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik dalam pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Peneliti harus menyiapkan peralatan yang akan digunakan dalam penelitian.
2. Sampel di kumpulkan di lapangan
3. peneliti harus menjelaskan serta mengarahkan tentang tes yang akan dilakukan.
4. Sebelum tes dilaksanakan seluruh peserta melakukan doa kemudian dilanjutkan dengan pemanasan.
5. Kemudian peserta berbaris satu banjar kebelakang dan yang paling depan yang akan menerima bola di lanjutkan dengan peserta berikutnya.
6. Petugas berdiri melempar bola di depan peserta paling depan.
7. Kemudian peneliti dan *expert judgement* berdiri di samping di antara peserta dan mengamati gerakan peserta dan menilainya.
8. Peserta melakukan gerakan passing 2 kali dengan bola yang di lempar oleh petugas.
9. Peneliti dan *expert judgement* mengamati dan menilai teknik gerakan passing bawah yang dilakukan oleh peserta di tulis pada lembar observasi.
10. Saat tes dilaksanakan pengambilan dokumentasi foto maupun video.
11. Apabila terjadi kesalahan pada saat penilaian yang di lakukan oleh peneliti dan *expert judgement*. peneliti dan *expert judgement* dapat melihat kembali hasil

dokumentasi menjeda atau mengulang kembali jika gerakan terlewatkan.

3.8. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses ataupun upaya pengolahan data menjadi sebuah informasi terbaru agar data tersebut lebih mudah di mengerti dan berguna atau dapat menjadi solusi dalam suatu permasalahan yang berhubungan dengan peneliti. Sebelum melakukan analisis data di lakukan tes *passing* bawah kesampel dengan pengamatan dan pencocokan pada lembar observasi. analisis data ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keterampilan passing bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan cara deskriptif kuantitatif dengan hanya mencari persentase dengan mengacu dari hasil lembar tes observasi. Setelah data terkumpul selanjutnya data akan dianalisis sehingga dapat di tarik sebuah kesimpulan.

Menurut Anas Sudjono (2012:40) mengatakan bahwa “frekuensi relatif dengan tabel persentase dikatakan “frekuensi relatif” sebab frekuensi yang disajikan disini bukanlah frekuensi sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persenan, sehingga untuk menghitung persentase responden dengan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan : P = Angka Persentase

F = Frekuensi yang sedang di cari persentasenya

N = Jumlah sampel

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Deskripsi Pengambilan Data dan Analisis Data penelitian

Dalam penelitian ini data di yang dapatkan dengan menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes *passing* bawah pada siswa, dimana siswa melakukan gerakan *passing* bawah dan *judge* (Guru) yang berjumlah 1 orang dan peneliti 1 orang melakukan pengamatan dan mencocokkan dengan indikator pada lembaran observasi tes *passing* bawah bola voli.

Adapun pelaksanaan dalam melakukan pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Peneliti masuk ke sekolah dan menemui kepala sekolah untuk meminta izin melakukan penelitian.
- b. Peneliti menyiapkan peralatan yang akan digunakan , dilanjutkan dengan mengumpulkan data membariskan sampel di lapangan. Setelah di bariskan rapi peneliti memberikan penjelasan serta arahan tentang tes yang akan dilakukan dilanjutkan peneliti dan peserta sampel melakukan doa serta melakukan peregangan/pemanasan.
- c. Kemudian peserta sampel berbaris dua bersaf untuk menerima bola yang dilakukan oleh petugas . posisi petugas melempar bola yaitu berdiri sejajar berhadapan dengan peserta sampel. Kemudian peneliti dan *judge* (Guru) berdiri untuk melakukan penilaian.
- d. Kemudian petugas melakukan kearah salah satu peserta sampel dan peserta sampel melakukan gerakan *passing* bawah untuk mengambil bola, dan dilakukan sebanyak 3 kali pengulangan. Disaat peserta melakukan *passing*

bawah

peneliti

melaku pengamatan saat melakukan passing bawah. Kemudian di saat bersamaan di ambilah dokumentasi dalam bentuk video dan foto.

- e. kemudian dilakukan penilaian oleh guru dan ahli dalam passing bawah dengan pengamatan pada saat melakukan passing bawah dan di bantu dengan dokumentasi yang di dapatkan di lapangan apakah peserta melakukan gerakan passing bawah sesuai dengan indikator-indikator pada lembar observasi tes passing bawah. Setelah dilakukan pengamatan secara teliti oleh peneliti, ahli bola voli dan guru barulah akan di dapatkan data dari pengamatan tersebut.

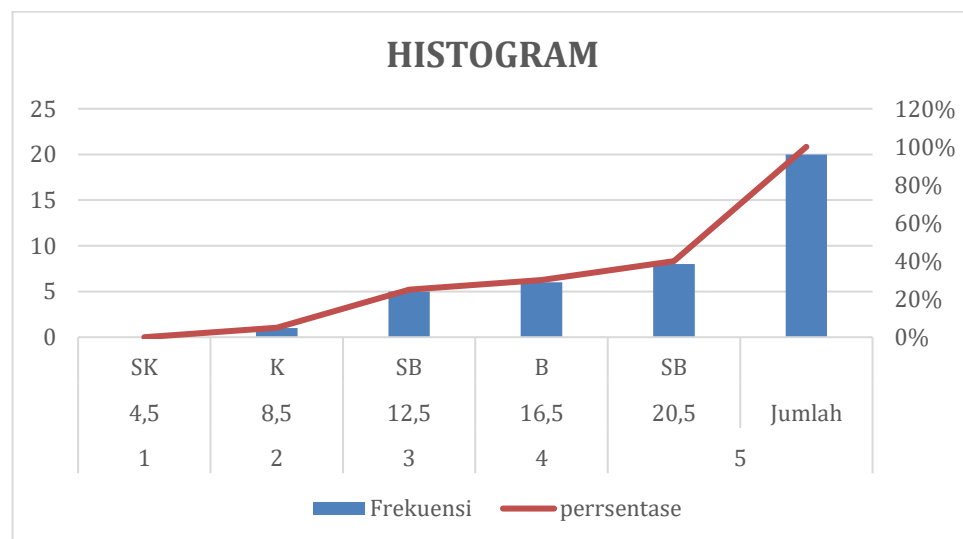
4.2. Hasil Penelitian Tes Keterampilan Passing Bawah

Data hasil survei keterampilan gerak *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP N 5 Tanjung Jabung Timur, peneliti mendapatkan hasil survei penelitian terbagi menjadi 5 kategori yaitu, 1 siswa kurang, 5 siswa dalam kategori sedang, 6 siswa dalam kategori baik dan 8 siswa dalam kategori sangat baik. Kemudian data hasil survei yang sudah di peroleh akan dimasukan tabel distribusi frekuensi keterampilan passing bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sesuai dengan hasil di atas. Dibawah ini adalah tabel distribusi frekuensi keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

T a b e l 4	No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	perrsentase
	1	0-4	Sangat Kurang (SK)	0	0%
	2	5-8	Kurang (K)	1	5%
	3	9-12	Sedang (S)	5	25%
	4	13-16	Baik (B)	6	30%
	5	17-20	Sangat Baik (SB)	8	40%
	Jumlah			20	100%

1. Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Bawah Siswa

Apabila di tampilkan dalam bentuk diagram maka data hasil penelitian survei keterampilan *passing* bawah bola voli SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur tampak pada gambar diagram berikut.



Berdasarkan tabel grafik di atas terlihat bahwa hasil penilaian survei keterampilan *passing* bawah pada siswa SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

berada pada kategori sangat kurang dengan persentase sebesar (0%), kategori kurang sebesar (5%), kategori sedang sebesar (25%), kategori baik sebesar (30%), kategori sangat baik sebesar (40%). Hasil penelitian survei keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

4.4. Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengenai survei keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. Berdasarkan hasil survei menunjukan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur dapat di rincikan sebagai berikut. Siswa yang berada pada kategori sangat kurang yaitu (0) dengan persentase (0%). Pemain yang berada pada kategori kurang yaitu 1 siswa dengan persentase (5%) dikarenakan siswa kurang aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang berada pada kategori sedang yaitu 5 siswa dengan persentase (25%) siswa terlalu banyak mengikuti kegiatan di sekolah sehingga hasilnya kurang maksimal. Siswa yang berada pada kategori baik yaitu 6 siswa dengan persentase (30%) karena siswa aktif saat ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang berada pada kategori sangat baik yaitu 8 siswa dengan persentase sebesar (40%) siswa lebih aktif dalam ekstrakurikuler bola voli di tambah dengan kegiatan bermain voli di desa mereka mengakibatkan siswa terbiasa dengan gerakan tersebut dan siswa tersebut juga aktif dalam turnamen baik dalam mewakili sekolah maupun dusun atau bahkan antar desa. Hasil survei menunjukan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

Menurut Toto Subroto (2010:51) Cara-cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:

1. Sikap permulaan

Sikap siap normal, yaitu berdiri dengan salah satu kaki di depan, lutut sedikit ditekuk, badan sedikit dibungkukkan, titik berat badan bertumpu pada kedua tapak kaki bagian depan, sehingga posisi badan labil. Kedua lengan siap di depan dada dalam kondisi rileks.

2. Pelaksanaan

Bergerak ke arah jatuhnya bola, kedua tangan dirapatkan, ayunkan lengan ke arah bola dan sasaran dengan poros gerak pada persendian bahu, kedua sikut lurus dan ditegangkan (difixir). Perkenaan bola pada bagian pergelangan tangan pada waktu lengan membentuk kira-kira 45 derajat dengan badan. Bola dipukul pada 1/3 bagian bawah bola.

3. Gerak lanjut

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang elangkah ke depan untuk kembali ke posisi siap untuk memainkan bola berikutnya.

Berdasarkan hasil survei keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur termasuk kedalam kategori sangat baik. Dikarenakan siswa-siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sudah terbiasa melakukan gerakan *passing* bawah yang baik dan benar, serta siswa-siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur rajin melatih teknik *passing* bawah sehingga banyak siswa yang melakukan gerakan teknik *passing* bawah

dengan baik dan sesuai dengan indikator-indikator yang ada pada lembar observasi.

Penguasaan keterampilan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli sangatlah penting, keberhasilan suatu tim dalam memenangkan suatu pertandingan bola voli salah satunya adalah dengan bagus tidaknya *passing* bawah. Sebab *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang bertujuan untuk bertahan dari serangan pukulan *smash* atau *servis* lawan, dan berguna untuk membangun sebuah serangan suatu tim.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan survei data, deskripsi, hasil penelitian, serta pembahasan dapat di ambil kesimpulan bahwa hasil dari survei penelitian keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur, keterampilannya dirincikan sebagai berikut : Siswa yang berada pada kategori sangat kurang yaitu (0) dengan persentase (0%). Pemain yang berada pada kategori kurang yaitu 1 siswa dengan persentase (5%). Siswa yang berada pada kategori sedang yaitu 5 siswa dengan persentase (25%). Siswa yang berada pada kategori baik yaitu 6 siswa dengan persentase (30%). Siswa yang berada pada kategori sangat baik yaitu 8 siswa dengan persentase sebesar (40%). Hasil survei menunjukan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik. Penguasaan keterampilan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli sangatlah penting, keberhasilan suatu tim dalam memenangkan suatu pertandingan bola voli salah satunya adalah dengan bagus tidaknya *passing* bawah. Sebab *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang bertujuan untuk bertahan dari serangan pukulan *smash* atau *servis* lawan, dan berguna untuk membangun sebuah serangan suatu tim.

5.2. Implikasi

Implikasi merupakan suatu efek atau akibat yang di dapatkan ketika objek yang diberikan suatu perlakuan dengan sengaja ataupun tida sengaja dan dampaknya akan dilihat dalam jangka waktu tertentu.. Yaitu, sekolah,guru dan

murid.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini memberikan pemahaman serta informasi kepada siswa pada siswa sekolah SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur yang mengenai keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII yang baik dan benar. Sedangkan bagi guru, penelitian ini menjadi bahan evaluasi terhadap teknik dasar *passing* bawah siswanya.

2. Secara Praktis

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya.

5.3. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat di sampaikan yaitu;

1. Bagi guru hendaknya lebih memperhatikan kinerja keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur, terutama pada siswa yang masih kurang dan sedang agar bisa lebih baik lagi.
2. Bagi siswa SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur umumnya dan siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur khususnya agar lebih semangat lagi dan menambah porsi latihan-latihannya yang mendukung kinerja teknik keterampilan *passing* bawah dan teknik-teknik lainnya sehingga akan menjadi pemain yang berkualitas.
3. Bagi peneliti yang akan datang, dalam skripsi ini masih banyak kekurangan-kekurangan untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrument penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunawan (2018) *Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Bola Voli SMP N 22 Sarolangun*, Jambi : Skripsi
- Hidayat, winoto, (2017). *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta Timur: Anugrah
- Kholidman, Idham. (2019). *Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Peserta Ekstrakurikuler Atas Bola Voli Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh*. Jambi: Universitas Jambi.
- Lestari, Novi. (2018). *Melatih Bola Voli Remaja*. Yogyakarta: PT Citra Aji Pratama.
- Sugiono (2013) *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif Dan R & D*, Bandung: Alfabet
- Sukendro, dkk. (2017) *Panduan Penulisan Skripsi*. Jambi: Universitas Jambi.
- Susanti, Endang. (2015) *Survei Keterampilan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang 2014/2015*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi.
- Toto Subroto (2010:51) dalam A Zamani *landasan teori passing bawah*
<https://repository.uir.ac.id/5288/5/bab2.pdf>
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wawan Junresti Daya (2019). *Bola Voli*. Jambi: Salam Media Indonesia.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta Timur: PT Bumi Timur jaya.
- Winarno. (2013). *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang (UM PRESS)
- Wikipedia. (2020). *Olahraga Cricket*. (Online)
<https://id.wikipedia.org/wiki/kriket>. Di akses 15 November 2020 jam 20:00 Wib.

Lampiran 1. Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

No	Nama	Usia	Indikator			Jumlah Nilai	Keterangan Keterampilan
			T1	T2	T3		
			9	6	5		
1	M.zakaria fitra		9	4	2	16	B
2	Alfian Tika Warido		9	6	4	19	SB
3	Jastin Prassetiawan		9	6	3	18	SB
4	Qhizi Al Fayed		5	3	3	11	S
5	Abil Zikram Z		9	5	2	16	B
6	Fajar Adil P		9	6	4	20	SB
7	Gibran Pangalila		9	6	3	18	SB
8	Ivander D		9	3	2	14	B
9	Alfansus Bryan P		8	5	3	16	B
10	M. Rizki Saputra		6	3	3	12	S
11	Afdholu Gayuh I		9	6	5	20	SB
12	Dion Yoga A		4	2	2	8	K
13	Sahrul A		9	6	5	20	SB
14	Moses Junior M		8	5	3	16	B
15	Bahtiar		9	5	2	16	B
16	Apriadi		9	6	5	20	SB
17	Fhitra		9	6	5	20	SB
18	Farhan		7	3	2	12	S
19	Said		8	2	2	12	S
20	Bilal		6	3	3	12	S

Lampiran 2. Pengolahan Data Penelitian

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	perrsentase
1	0-4	Sangat Kurang (SK)	0	0%
2	5-8	Kurang (K)	1	5%
3	9-12	Sedang (S)	5	25%
4	13-16	Baik (B)	6	30%
5	17-20	Sangat Baik (SB)	8	40%
Jumlah			20	100%

Rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

$$1. \quad P = \frac{0}{20} \times 100 \% = 0\%$$

$$2. \quad P = \frac{1}{20} \times 100 \% = 5\%$$

$$3. \quad P = \frac{5}{20} \times 100 \% = 25\%$$

$$4. \quad P = \frac{6}{20} \times 100 \% = 30\%$$

$$5. \quad P = \frac{8}{20} \times 100 \% = 40\%$$

Lampiran 3. Dokumentasi foto Pelaksanaan Penelitian



Gambar 1. Peneliti Memberikan arahan dan berdoa Melakukan tes Penelitian



Gambar 2. Sampel Melakukan Streaching Dan Pemanasan



Gambar 3. Sampel Melakukan Streaching Dan Pemanasan



Gambar 4. Sampel Melakukan Streaching Dan Pemanasan



Gambar 5. Sampel Melakukan Tes Keterampilan Passing Bawah



Gambar 5. Sampel Melakukan Tes Keterampilan Passing Bawah



Gambar 6. Foto Bersama Sampel



Gambar 7. Foto Bersama Sampel



Gambar 8. Foto Bersama Sampel Dan Kepala Sekolah



Gambar 9. Foto Bersama Sampel Dan Kepala Sekolah



Gambar 10. Foto Bersama Sampel Dan Kepala Sekolah

LINK YOUTUBE

<https://youtu.be/4kuQbF0iqfQ?si=y0Dp6CL60MjN1sEN>

Nama : M.zakaria fitra
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : Alfian Tika Warido
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	19	1

Nama : Jastin Prassetiawan
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	18	2

Nama : Qhizi Al Fayed
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan		✓
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci		✓
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan		✓
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	12	8

Nama : Abil Zikram Z
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditebuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jemari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : Fajar Adil P
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jemari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	20	0

Nama : Gibran Pangalila
 Tempai : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jemari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	18	2

Nama : Ivander D
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	14	6

Nama : Alfansus Bryan P
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan		
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : M. Rizki Saputra
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan		✓
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci		✓
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang		
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	12	8

Nama : Afdholu Gayuh I
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	20	0

Nama : Dion Yoga A
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola		✓
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan		✓
	3.	kedua lutut sedikit ditebuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar		✓
	6.	Sikut terkunci		✓
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan		✓
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan		✓
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	8	12

Nama : Sahrul A
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditebuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : Moses Junior M
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	20	0

Nama : Bahtiar
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditebuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan		✓
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : Apriadi
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci		✓
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	16	4

Nama : Fhitra
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jemari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	20	0

Nama : Farhan
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha	✓	
	8.	Punggung sedikit di condongkan	✓	
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola	✓	
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan	✓	
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan	✓	
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam	✓	
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola	✓	
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	20	0

Nama : Said
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan		✓
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola		✓
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan		✓
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan	✓	
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	12	8

Nama : Bilal
 Tempat : SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur
 Hari Tanggal : Senin 22 Januari 2024
 Materi : Ketrampilan Passing Bawah

Indikator	No	deskriptif	Ya (✓)	Tidak (✓)
Tahapan Persiapan	1.	Bergerak ke arah datangnya bola	✓	
	2.	Kedua kaki di buka selebar bahu dan kaki sedikit di tekuk kedepan	✓	
	3.	kedua lutut sedikit ditekuk dan badan di condongkan kedepan	✓	
	4.	Letakan salah satu tangan di atas telapak tangan satunya dan genggam jari tangan	✓	
	5.	Rapatkan serta luruskan kedua lengan kedepan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar	✓	
	6.	Sikut terkunci	✓	
	7.	Lengan sejajar dengan paha		✓
	8.	Punggung sedikit di condongkan		✓
	9.	Pandangan ke arah datangnya bola		✓
Tahapan Pelaksanaan	1.	Terima bola didepan badan	✓	
	2.	Ayunkan lengan dari bawah keatas menuju bola yang datang	✓	
	3.	Perkenaan bola pada lengan bagian dalam di antara pergelangan dan siku	✓	
	4.	Saat tangan mengenai bola, tangan tidak boleh rapat dengan badan		✓
	5.	Badan bergerak keatas depan		✓
	6.	Lutut kaki diluruskan dan berat badan pindah kedepan		✓
Tahapan Lanjutan	1.	Jari tangan tetap digenggam		✓
	2.	Siku tetap terkunci	✓	
	3.	Ayunan lengan maksimal sejajar dengan bahu dan berhenti ke arah bola		✓
	4.	Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran	✓	
	5.	Kembali pada posisi awal normal/siap	✓	
		Jumlah	12	8



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS JAMBI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Kampus Puncak Masak Jalan Raya Jambi - Muarabatu, KM. 15, Mendalo Indah, Jambi
Kode Pos: 36161 Telp: (074) 5831531 Email: www.fkip.unja.ac.id Email: fkip@unja.ac.id

Nomor : 226/UN21.3/PT.01.04/2024
Hal : Permohonan Izin Penelitian

18 Januari 2024

Yth. Kepala SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

di-

Tempat

Dengan hormat,

Dengan ini diberitahukan kepada Saudara, bahwa mahasiswa kami atas nama:

Nama : Jarot Mulyanto
NIM : KIA120073
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan
Dosen Pembimbing Skripsi : 1. Prof. Dr. Ilham, M.Kes
2. Bangkit Yudho Prabowo, M.Or.

akan melaksanakan penelitian guna untuk penyusunan skripsi yang berjudul: **"Survey Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur."**

Untuk itu, kami mohon kepada Saudara untuk dapat mengizinkan mahasiswa tersebut mengadakan penelitian ditempat yang Saudara pimpin.

Penelitian akan dilaksanakan pada tanggal, **22 Januari s.d 5 Februari 2024**

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih

a.n. Dekan
Wakil Dekan BAKSI,



Wita Setika, S.S., M.IT.S., Ph.D
NIP 198110232005012002





PEMERINTAH KABUPATEN TANJUNG JABUNG TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 5 TANJUNG JABUNG TIMUR

Jl. Sultan Teba Blok D Pandan Jaya NPSN.10505284 NSS. 201100808001 Kode Pos. 36764
 Email : smpn5.tanjabtim@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422/ 26/SMPN 5 TJT/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini kepala SMP Negeri 5 tanjab timur dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : JAROT MULYANTO
 Nim : K1A120073
 Jurusan : PJOK
 Fakultas : KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Bahwa nama mahasiswa tersebut di atas telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur dengan judul: survai keterampilan passing bawah siswa kelas VII Di sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Tanjung Jabung Timur Provinsi Jambi

Demikinalah surat keterangan ini kami buat agar di pergunakan sebagaimana mestinya.

Pandan Jaya, 3 Januari 2024



ABDULLAH M.Pd.I

NIP. 197710282008011002

LEMBAR VALIDASI/KELAYAKAN AHLI MATERI
SURVEI KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI SISWA
SMP N 5 TANJUNG JABUNG TIMUR

A. Pengantar

Dengan hormat,

Saya mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan validasi/kelayakan terkait skripsi dengan judul "Survei Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur ". Surat ini bertujuan untuk memastikan kualitas dan validitas/kelayakan pernyataan yang akan digunakan dalam penelitian saya. Semoga hasil Observasi nantinya dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pemahaman dan pengembangan prestasi bola voli di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

B. Identitas Validator

Nama : Iwan Budi Setiawan, S.Pd.,M.Pd.

Nidn : 0002108906

Jabatan : Dosen

Instansi : Universitas Jambi

Validasi : Ke-3

Berdasarkan penilaian pernyataan observasi maka saya menyatakan pernyataan observasi ini

☒

Dapat digunakan tanpa revisi

☐

Dapat digunakan dengan revisi kecil

☐

Dapat digunakan dengan revisi besar

☐

Belum dapat digunakan

SARAN

Jambi, 08 November 2023



Iwan Budi Setiawan, S.Pd.,M.Pd.

NIP 196712311992031019