

**ANALISIS KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI
PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER
SISWA KELAS VIII SMP N 1
MUARO JAMBI**

SKRIPSI



OLEH:

YORAL ZAPUTRA

NIM A1H121033

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
APRIL 2025**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Jambi untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



OLEH:

YORAL ZAPUTRA

NIM A1H121033

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

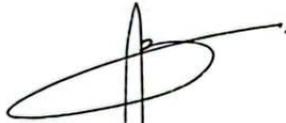
UNIVERSITAS JAMBI

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul "Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kegiatan ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi" diajukan oleh Yoral Zaputra NIM: A1H121033 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan dalam Sidang Dewan Penguji.

Dosen Pembimbing I



Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or.
NIP. 197703022005012002

Pembimbing II



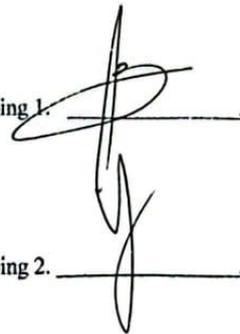
Bangkit Yodho Prabowo, M.Or
NIP. 199007192022031006

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul "Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kegiatan ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi" diajukan oleh Yoral Zaputra NIM: A1H121033 telah di pertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 18 Maret 2025.

Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or.
NIP. 197703022005012002

Pembimbing 1.



Bangkit Yudho Prabowo, M.Or
NIP. 199007192022031006

Pembimbing 2.

Jambi, 22 April 2025
Mengetahui
Ketua Prodi
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



Dr. Alek Oktadinata, S.Pd., M.Pd
NIP. 198810242015041003

Didaftarkan Tanggal :
Nomor :

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Yoral Zaputra

NIM : A1H121033

Program Studi : Pendidikan Olahraga dan kesehatan

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

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, Januari 2025
Yang Membuat Pernyataan



Yoral Zaputra

NIM: A1H121033

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Majulah Kedepan, Jangan Putus Asa”

**“Maka, sesungguhnya beserta Kesulitan ada Kemudahan.
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan”
(QS. Al-Insyirah:5-6)**

Kupersembahkan Skripsi ini untuk Ayahanda dan Ibunda tercinta yang dengan perjuangan kerasnya telah mengantarkan aku untuk meraihilmu. Semoga aku dapat menjadi yang terbaikdarisebelumnya.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji hanya milik Allah SWT, Tuhan yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, yang dengan limpahan rahmat dan karunia-Nya, memberikan kekuatan, kemudahan, dan petunjuk dalam setiap langkah perjalanan ini. Tiada yang lebih indah selain ridha-Nya, dan tiada yang lebih agung selain kasih-Nya.

Segala perjuangan saya hingga titik ini, saya persembahkan teruntuk orang-orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, menjadi alasan saya untuk kuat sehingga bisa menyelesaikan skripsi ini.

1. Kepada panutanku, ayahanda Zainal Abidin. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau bekerja keras serta mendidik, memberi motivasi dan memberikan doa serta dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan ini sampai selesai.

2. Pintu surgaku, Ibunda Jelita. Beliau sangat berperan penting dalam proses menyelesaikan pendidikan saya, beliau tiada henti untuk memberikan semangat serta doa yang selalu mengiringi setiap langkah saya sehingga bisa menyelesaikan pendidikan ini sampai selesai.

3. Yoka Resona Lingga, S.Pd dan Yovan Agustian, S.Pd Saudara terbaik saya. Terima kasih sudah selalu membersamai, memberi dukungan moril maupun material serta menjadi pendengar yang baik saat penulis sedang berada di titik rendah.

4. Dengan segala hormat, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or., sebagai pembimbing I saya dan juga Bapak Bangkit Yudho Prabowo, M.Or., sebagai pembimbing II saya. Terima kasih

atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang luar biasa selama proses penyusunan skripsi ini.

5. Untuk sahabat yang tak saya sebut namanya satu persatu dan teman-teman seperjuangan Porkes B 2021, terima kasih atas kebersamaan, tawa, dan semangat yang tak pernah padam selama masa kuliah ini. Kalian adalah sumber inspirasi dan kekuatan yang membuat perjalanan ini terasa lebih ringan. Bersama kalian, setiap tantangan menjadi lebih berarti dan setiap kesuksesan lebih manis

6. Untuk NIM.404220015 terima kasih telah menjadi rumah yang selalu ada buat penulis dan yang selalu menemani dan menjadi support system penulis mengerjakan skripsi. Terima kasih telah selalu menemani dalam keadaan suka maupun duka, telah memberikan semangat kepada penulis untuk pantang menyerah.

7. Dan yang terakhir, untuk diriku sendiri. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan terus maju meskipun banyak rintangan. Setiap tetes keringat dan setiap detik yang telah dilalui, adalah bagian dari perjalanan yang luar biasa. Aku bangga dengan diriku yang tidak pernah menyerah, dan ini adalah hasil dari semua usaha dan keyakinan yang telah ditanamkan.

Dengan penuh rasa syukur, saya persembahkan skripsi ini sebagai bentuk terima kasih atas segala nikmat yang tak terhitung jumlahnya. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan berkah-Nya, dan menjadikan karya ini sebagai amal yang diterima dan bermanfaat bagi umat-Nya.

Aamiin, aamiin, aamiin ya rabbal alamin

ABSTRAK

Yoral Zaputra. 2025 "Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Kegiatan ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi". Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or. (II) Bangkit Yudho Prabowo, M.Or

Kata kunci: Keterampilan *Passing Bawah Bola Voli*, *Kegiatan ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII*

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMP Negeri 1 Muaro Jambi khususnya siswa kelas VIII, pada saat pembelajaran jasmani siswa saat melakukan *passing* belum terlihat sempurna, saat melakukan gerakan antara gerakan kaki dan tangan yang melakukan *passing* masih belum seimbang, sehingga bola yang di *passing* sering tidak tepat pada sasaran yang di tuju. Untuk itu melalui penelitian ini peneliti ingin melihat secara khusus mengenai keterampilan yang di miliki siswa tersebut, dengan harapan kesalahan dalam gerakan dapat di evaluasi serta di perbaiki. Tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui keterampilan *Passing Bawah Bola Voli* Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian survey dengan metode deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode tes dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. sampel di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *total sampling* atas berbagai pertimbangan sebagaimana dikemukakan di atas maka yang akan dijadikan sebagai informan (Subjek penelitian) ini adalah siswa kelas VIII mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 1 Muaro Jambi yang berjumlah 12 orang.

Berdasarkan analisis data hasil keterampilan *Passing Bawah Bola Voli* dari 12 orang yang memiliki kategori sangat baik dengan rentang >25 sebanyak 5 orang dengan persentasi 41.67%, yang memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

Kesimpulan penelitian ini bahwa keterampilan *Passing Bawah Bola Voli* Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt, yang telah memberikan kesehatan dan kekuatan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Tak lupa, sholawat dan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad Saw, yang telah memimpin umatnya menuju jalan yang benar, penuh berkah, dan ilmu pengetahuan. Skripsi ini disusun sebagai bagian dari syarat untuk menyelesaikan studi Program Sarjana di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan, Universitas Jambi.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, bimbingan, dan doa dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Helmi, S.H., M.H., Rektor Universitas Jambi.
2. Bapak Prof. Dr. M. Rusdi, S.Pd., M.Sc., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
3. Bapak Prof. Dr. Drs. Ilham M.Kes., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan Universitas Jambi.
4. Bapak Dr. Alek Oktadinata, S.Pd., M.Pd., Ketua Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Jambi.
5. Ibu Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or., Pembimbing I.
6. Bapak Bangkit Yudho Prabowo, M.Or., Pembimbing II.
7. Bapak/Ibu dosen di Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, atas ilmu dan bimbingan yang diberikan selama perkuliahan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada kedua

pembimbing atas ketelitian, kesabaran, serta bimbingan yang penuh perhatian dan kritis, yang telah memotivasi penulis untuk terus berusaha memperbaiki kesalahan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga ilmu yang telah diberikan menjadikan skripsi ini semakin sempurna. Tak lupa, penulis juga berterima kasih kepada Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dekan FKIP Universitas Jambi atas kemudahan dan arahan dalam proses perizinan penelitian serta pengesahan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada kedua orang tua tercinta, yang selalu memberikan doa, dukungan, dan keridhoan untuk kesuksesan penulis. Semoga segala pengorbanan mereka mendapatkan balasan terbaik dari Allah Swt, dan keyakinan penulis semakin kuat bahwa tanpa mereka, penulis tidak akan mencapai titik ini.

Jambi, April 2025

Penulis

Yoral Zaputra

NIM. A1H121179

DAFTAR ISI

SKIRIPSI.....	1
PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang masalah.....	1
1.2 Identifikasi masalah	4
1.3 Batasan masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Hakekat Analisis	6
2.2 Hakekat Olahraga Bola Voli	8
2.2.1 Fasilitas Perlengkapan Bola Voli.....	9
2.2.2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	13
2.3 Hakekat Kemampuan	25
2.4 Profil dan Karakteristik Siswa SMP Negeri 1 Muaro Jambi.....	25
2.5 Penelitian Relevan	28
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
3.2 Jenis Penelitian	35
3.3 Populasi dan Sampel	35
3.4 Instrumen Penelitian	36
3.6 Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Hasil Penelitian	39

4.2 Pembahasan	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
5.1 Kesimpulan.....	42
5.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Lapangan Bola Voli	10
2.2. Net Bola Voli.....	11
2.3. Antena	12
2.4. Bola	13
2.5 servis bawah	16
2.6 Servis atas.....	17
2.7 Servis melompat.....	18
2.8 <i>Passing</i> atas	19
2.9 <i>Passing</i> bawah.....	19
2.10 Teknik bendungan.....	25
2.11 Kerangka Berfikir	34
3.1 Tes <i>Passing</i> bawah Bola Voli	38
4.1 Diagram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	39

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Norma Tes Passing bawah Bola Voli.....	38
4.1 Klasifikasi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	39

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang masalah

Olahraga adalah bagian dari aktivitas sehari-hari yang sangat penting dan sudah dijadikan kebutuhan bagi manusia dan berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat hal ini terbukti bahwa sepadat apapun kegiatan yang dilakukan masih disempatkan untuk melakukan kegiatan olahraga.

Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan pada pasal 28 Ayat 5 menyatakan bahwa Pengembangan dan pembinaan prestasi olahraga sebagaimana dimaksud pada ayat (1) sampai dengan (4) dicoba dengan memberdayakan kelompok olahraga, membangun pusat pembinaan olahraga di tingkatan nasional serta wilayah, dan menyelenggarakan kompetisi yang berkelanjutan dan berjenjang.

Perkembangan olahraga saat ini telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kebugaran, kesegaran dan kesehatan masyarakat. Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai olahraga dapat diklasifikasikan menjadi beberapa macam, yaitu : olahraga kesehatan (olahraga untuk mencapai derajat sehat), olahraga pendidikan (olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan), olahraga prestasi (olahraga yang digunakan untuk mencapai prestasi pada cabang olahraga tertentu), dan olahraga rekreasi (olahraga yang digunakan untuk mencapai tujuan memperoleh kepuasan bathiniah para pelakunya, (Badriah,2019: 67).

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan pada dasarnya merupakan bagian rekonstruksi dari sistem pendidikan nasional secara menyeluruh. pada era globalisasi saat ini pendidikan dikatakan berhasil tergantung pada seberapa besar kualitas pendidikan yang dimiliki oleh negaranya (Junaedi & Wisnu, 2019).

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan kebugaran para siswa Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional, spiritual, sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individual secara organik, neuromuscular, perceptual, kognitif, sosial dan emosional. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Menpora, dalam Purwanto, 2013).

Permainan bola voli tidak lagi hanya sebagai olahraga rekreasi, akan tetapi telah berkembang menjadi bagian dari olahraga pendidikan dan olahraga prestasi. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tetap menekankan pada aktivitas jasmani dengan materi-materi cabang olahraga yang meliputi atletik, permainan dan senam. Adapun salah satu cabang permainan yang diajarkan pada peserta didik adalah permainan bola voli. Untuk pembelajaran permainan bola voli itu sendiri tetap menekankan pada penguasaan teknik-teknik dasarnya, seperti *service* , *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *block*. Semua teknik dasar ini saling mendukung dalam bermain.

Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli adalah *passing*. Teknik dasar *passing* sendiri ada beberapa macam, yaitu *passing* bawah, dan *passing* atas. Penguasaan teknik *passing* ini sangat penting, karena jika terjadi kesalahan dalam melakukannya maka merugikan regu sendiri di mana tim lawan akan mendapat angka sesuai dengan sistem *rallypoint* yang berlaku, Untuk menghindari kesalahan tersebut perlu dikuasai teknik dasarnya terlebih dahulu.

Teknik dasar yang diajarkan kepada pemula dalam melakukan *passing* adalah *passing* bawah, karena *passing* bawah merupakan *passing* yang sangat sederhana dan mudah untuk dilakukan. *Passing* adalah suatu usaha ataupun upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu tehnik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan kepada bola yang dimainkan itu kepada teman seregunya untuk di mainkan lapangan sendiri”.

Menurut (Dieter Beutelstahl dalam Iwan, 2016) bahwa *passing* bawah pemain dalam melakukan *passing* bawah sikap awal kaki dibuka sedikit lebih lebar dari bahu. lutut ditekuk berat badan bertumpu pada kaki bawah, saat menerima bola pemain mendekatkan kedua lengan sehingga saling bersebelahan tangan harus lurus saat menerima bola, tahap akhir pemain membiarkan kedua lengannya terus melaju mengikuti ayunan lengan itu sendiri”. *Passing* bawah merupakan *passing* yang paling sering dipakai, karena *passing* ini merupakan *passing* yang paling mudah, terutama bagi para siswa.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di SMP Negeri 1 Muaro Jambi khususnya siswa kelas VIII, pada saat pembelajaran jasmani siswa saat melakukan *passing* belum terlihat sempurna, saat melakukan gerakan antara gerakan kaki dan tangan yang melakukan *passing* masih belum seimbang, sehingga bola yang di

passing sering tidak tepat pada sasaran yang di tuju. Untuk itu melalui penelitian ini peneliti ingin melihat secara khusus mengenai keterampilan yang di miliki siswa tersebut, dengan harapan kesalahan dalam gerakan dapat di evaluasi serta di perbaiki.

Berdasarkan permasalahan di atas peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul: Analisis keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian maka identifikasi masalah penelitian ini yaitu:

1. pada saat pembelajaran jasmani siswa saat melakukan passing belum terlihat sempurna,
2. saat melakukan gerakan anatara gerakan kaki dan tangan yang melakukan passing masih belum seimbang, sehingga bola yang di passing sering tidak tepat pada sasaran yang di tuju.

1.3 Batasan masalah

Batasan masalah penelitian ini yaitu: Analisis keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini yaitu: “Bagaimanakah keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi”?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu: untuk mengetahui keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai sarana untuk menambah referensi dan sebagai bahan acuan untuk program peningkatan prestasi bola voli sehingga dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia, khususnya dalam olahraga permainan bola voli di SMP N 1 Muaro Jambi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peserta didik, hasil ini diharapkan agar dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk meningkatkan kemampuan bermain bola voli.
- b. Bagi pihak sekolah, hasil ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam usaha untuk peningkatan prestasi olahraga bola voli di SMP N 1 Muaro Jambi.
- c. Bagi Guru, dapat mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan bermain bola voli para siswanya dan hasil Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk membentuk tim bola voli sekolah

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakekat Analisis

Analisis adalah proses penyelidikan atau proses mencari tahu terhadap suatu kejadian agar dapat diketahui keadaan yang sebenarnya, analisis sangat dibutuhkan untuk menganalisa dan mengamati sesuatu yang tentunya memiliki tujuan untuk mendapatkan hasil akhir dari penelitian yang sudah dilakukan. Adapun menurut (Krisnawati 2021) menyatakan bahwa Analisis adalah penyelidikan terhadap suatu peristiwa untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya.

Adapun menurut (Habibi 2020) menyatakan bahwa analisis adalah aktivitas yang terdiri dari serangkaian kegiatan seperti mengurai, membedakan, memilah, sesuatu untuk dikelompokkan kembali menurut kriteria tertentu dan kemudian dicari kaitannya lalu ditafsirkan maknanya. Analisis merupakan bagian dari sebuah proses untuk mengkaji sebuah data, diiringi dengan ketelitian agar dapat mencapai sebuah tujuan yang diharapkan, salah satunya mendapatkan sebuah kesimpulan yang dapat dipercaya.

Kemudian di sampaikan oleh (Komariyah 2014) defenisi analisis adalah usaha untuk mengurai suatu masalah menjadi bagian-bagian. Sehingga, susunan tersebut tampak jelas dan kemudian dapat di simpulkan maknanya . serta di perkuat dengan pendapat. Harahap dalam (Azwar, 2019) analisis adalah memecahkan atau menguraikan sesuatu unit menjadi unit terkecil.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bahwa analisis merupakan upaya pemilahan atau pemecahan suatu permasalahan yang bisa diteliti

dan menyimpulkan kembali hasil pemilahan tersebut menjadi sebuah hasil kesimpulan yang dapat ditarik kesimpulannya.

2.1.1 Fungsi dan Tujuan Analisis

Berikut ini merupakan Fungsi dan Tujuan dari Analisis menurut (Yulianto 2022) sebagai berikut :

- 1) Mengintegrasikan sejumlah data yang didapat dari lingkungan tertentu. Sejumlah data yang didapatkan dari sumber yang berbeda membutuhkan analisis lebih lanjut agar mendapatkan kesimpulan dan mendapatkan pemahaman yang lebih rinci.
- 2) Menetapkan sasaran yang didapat secara spesifik. Fungsi dan tujuan analisis satu ini agar data yang telah didapatkan, pengertiannya lebih spesifik dan mudah dipahami.
- 3) Memilih Langkah alternatif untuk mengatasi masalah dan menetapkan langkah-langkah diantara yang terbaik untuk mendapati persiapan yang tepat guna sesuai kebutuhan.
- 4) Tujuan dasar analisis adalah mengenali sejumlah data yang didapat dari populasi tertentu, dalam rangka mendapatkan kesimpulan. Nantinya kesimpulan tersebut akan digunakan para pelaku analisis untuk menetapkan kebijakan, mengambil keputusan, dalam mengatasi suatu permasalahan.

2.1.2 Langkah-Langkah Dalam Analisis

Berikut ini merupakan langkah-langkah dalam melakukan sebuah Analisis menurut (Yulianto 2022) sebagai berikut :

- 1) Mengumpulkan data-data penting.
- 2) Memeriksa kejelasan dan kelengkapan tentang pengisian instrumen pengumpulan data.
- 3) Melakukan proses identifikasi dan klasifikasi dari setiap pernyataan yang ada dalam instrumen pengumpulan data berdasarkan variabel yang akan dianalisis.
- 4) Melakukan tabulasi atau kegiatan pencatatan data ke dalam tabel-tabel induk.
- 5) Melakukan pengujian terhadap kualitas daya yakin dengan menguji validitas dan juga menguji reliabilitas instrumen dari pengumpulan data.
- 6) Menyajikan data dalam bentuk tabel frekuensi ataupun diagram agar lebih mudah untuk memahami atau menganalisis karakteristik data.
- 7) Menguji hipotesis, pada langkah ini dilakukan pengujian terhadap hipotesis apakah isinya benar atau tidak.

2.2 Hakekat Olahraga Bola Voli

Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim berjumlah 6 orang (Pranopik, 2017). Bola voli merupakan suatu cabang olahraga permainan beregu yang menuntut kerjasama tim, dan menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sportifitas dan disiplin (Maizan, 2020). Permainan bola voli menjadi olahraga yang cukup digemari diberbagai penjuru dunia, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Beberapa orang melakukan permainan bola voli bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani. Seiring

berjalannya waktu, tujuan tersebut semakin berkembang keranah prestasi, serta membawa nama baik bangsa dan negara.

Roji dalam (Ernailis, 2016) menyatakan bahwa dalam permainan yang sesungguhnya, permainan bola voli dilakukan dua regu yang masing-masing regu berjumlah enam orang. Lama pertandingan adalah tiga atau lima set atau kemenangan bisa ditentukan dengan selisih dua set. Masing-masing set adalah 25 angka (*point*) dengan menggunakan *rally point*, yakni setiap bola mati dihitung menjadi poin.

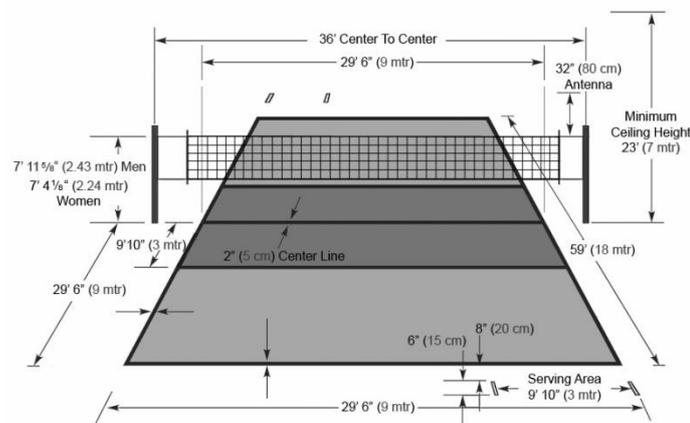
Berdasarkan pendapat diatas dapat dijelaskan bahwa bolavoli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Tidak dapat dipungkiri bahwa bola voli telah menjadi olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat dunia, khususnya masyarakat Indonesia. Tak heran apabila bolavoli ini dimainkan hampir oleh semua kalangan dari masyarakat pedesaan, kalangan perkantoran, sampai warga perkotaan yang tinggal di kompleks perumahan. Bahkan dalam lingkup sekolah menengah dan kampus-kampus perguruan tinggi, saat ini lapangan bola voli sudah banyak dijumpai.

2.2.1 Fasilitas Perlengkapan Bola Voli

Fasilitas dan perlengkapan bola voli merupakan segala hal berbentuk barang yang berguna untuk memperlancar proses latihan atau pertandingan bola voli. Fasilitas dan perlengkapan bola voli terdiri atas lapangan, jaring, bola, dan perlengkapan pemain. Fasilitas bola voli terdiri dari: (1) lapangan permainan bola voli, (2) net atau jaring, (3) tiang dan tongkat, dan (4) bola voli. Berikut ini penjabaran terkait fasilitas permainan bola voli:

1) Lapangan

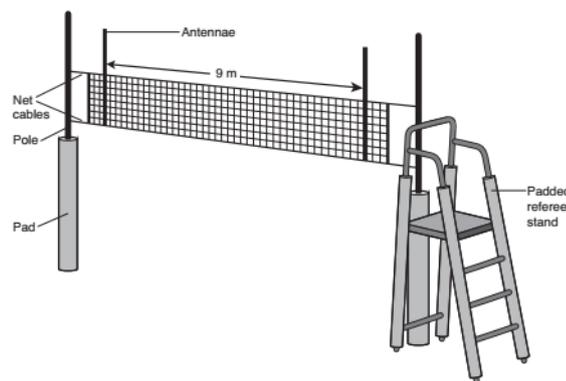
Menjelaskan bahwa lapangan bola voli berjarak 18 meter dari garis akhir ke garis akhir dan 9 meter dari *sideline* ke *endline*. Garis tengah (di bawah net) membagi pengadilan menjadi dua (Dearing, 2019). Garis serangan masing-masing tim adalah tiga meter dari garis tengah. Seorang pemain barisan belakang harus tetap berada di belakang serangan garis saat melompat untuk menghubungi bola yang berada di atas ketinggian bersih. Pemain dapat memulai servis dari mana saja di sepanjang garis akhir. Garis tengah tersebut membagi lapangan permainan menjadi dua bagian yang sama, yaitu masing-masing 9 meter persegi (Sujarwo, 2014). Selain itu pada saat pertandingan terdapat area khusus berbentuk kotak pada sudut sejajar bangku pemain. Kotak tersebut digunakan untuk para pemain cadangan melakukan pemanasan dan bersiap memasuki lapangan.



Gambar 2.1. Lapangan Bola Voli
Sumber: (Radu, 2015)

2) Net atau Jaring

Jaring/net adalah alat yang digunakan untuk membatasi area dalam lapangan Bola voli. Ketentuan lebar net 1 m dan panjang 9,50 m, terdiri atas rajutan lubang-lubang 10 cm berbentuk persegi berwarna hitam. Net bola voli dapat dilihat pada Gambar 2 sebagai berikut.



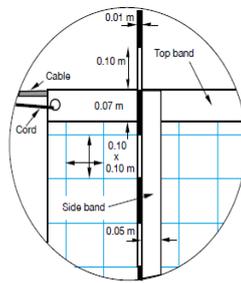
Gambar 2.2. Net Bola Voli
Sumber: (Dearing, 2019)

3) Tiang dan Antena

(Dearing, 2019) menyatakan bahwa antena terhubung ke jaring bola voli tepat di atas sela-sela. Bola voli harus selalu melewati net dan di antaranya antena saat melakukan servis dan selama reli. Aturan keselamatan membutuhkan bahwa tiang dan stand wasit harus dilapisi. Dalam pertandingan olahraga bola voli nasional maupun internasional, harus ada antena yang menonjol ke atas yang dipasang di atas batas samping jaring/net. Kegunaan dari antena ini yaitu untuk batas luar lambungan bola, jika bola melambung di luar antena maka dinyatakan keluar. Sebuah antena dipasang pada bagian luar dari setiap pita samping. Antena diletakkan dengan arah berlawanan pada sisi net. Dua buah antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan ditempatkan berlawanan dari net.

Antena dibuat dari bahan *fiber glass* ukuran panjang 180 cm garis tengah 1 cm. Antena itu harus berwarna kontras.

Tinggi antena di atas net adalah 80 cm dan diberi garis-garis yang berwarna kontras sepanjang 10 cm, bisa berwarna hitam putih, merah putih atau hitam kuning (FIVB, 2013: 61). Antena bola voli dapat dilihat pada Gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 2.3. Antena
Sumber: (FIVB, 2013)

4) Bola

Bola yang dipergunakan dalam pertandingan resmi haruslah mempunyai kriteria yang memenuhi syarat dan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Bola berbentuk bulat yang terbuat dari bahan kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis serta memiliki warna yang cerah dan mempunyai kombinasi warna. Biasanya bola voli berwarna kuning biru atau putih merah. Bahan kulit sintetis dan kombinasi warna bola yang dipergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar yang telah ditetapkan FIVB (*Federation Internationale de Volleyball*). Bola memiliki keliling lingkaran 65- 67 cm dengan berat 200-280 gr, tekanan dalam dari bola adalah 294,3-318,82 hpa. Gambar bola voli resmi dari FIVB sebagai berikut.



Gambar 2.4. Bola
Sumber: (FIVB, 2013)

5) Perlengkapan Pemain

Selain perlengkapan yang digunakan untuk permainan bola voli di atas, seorang pemain bola voli harus mempunyai perlengkapan pribadi. Seragam yang tepat mencakup kaus dan celana pendek yang serasi, sepatu voli yang sesuai, dan bantalan lutut. Jika Anda memulai yang baru tim, Anda harus membeli *T-shirt* dengan nomor di depan dan kembali; lalu pilih celana pendek tim. Warna dan mereknya harus sama untuk semua pemain, kecuali seragam yang dikenakan oleh libero, yang diharuskan mengenakan kemeja dengan warna yang kontras. Perlengkapan pribadi tersebut di antaranya seperti sepatu dan *decker*. (Dearing, 2019)

2.2.2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Bermain bola voli dengan baik, diperlukan penguasaan teknik dasar (Beutelstahl, 2015) menyatakan “Teknik adalah prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema gerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna”. Permainan bola voli dikenal ada dua pola permainan, yaitu pola penyerangan dan pola pertahanan. Kedua pola tersebut dapat dilaksanakan dengan sempurna, pemain harus benar-benar dapat menguasai teknik dasar bola voli dengan baik.

Adapun teknik dasar dalam permainan bola voli dijelaskan Suharno (Palevi, 2019) meliputi: *service*, *pass* bawah, *pass* atas, *set-up* (umpan), *smash*, *block* (bendungan). Hal senada, (Beutelstahl, 2015) menjelaskan ada enam jenis teknik dasar dalam permainan bola voli, yaitu: *service*, *dig* (penerimaan bola dengan menggali), *attack* (menyerang), *volley* (melambungkan bola), *block*, dan *defence* (bertahan). Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi: (a) *service*, (b) *passing*, (c) umpan (*set-up*), (d) *smash* (*spike*), dan (e) bendungan (*block*).

1) Teknik Dasar Servis

Servis adalah pukulan dari garis belakang lapangan permainan sebagai awal permainan dimulai, tetapi dengan berbagai perubahan strategi permainan maka pada saat ini servis sudah dianggap sebagai serangan pertama. Apabila pihak lawan tidak bisa menerima servis dengan baik, maka angka akan diperoleh tim yang melakukan servis. Dari sinilah teknik dasar servis yang baik sangat diperlukan oleh pemain bola voli. Melakukan servis berdasarkan cara melakukannya ada beberapa cara, yakni servis bawah, servis atas, servis melompat (Mutohir, 2013).

a) Servis Bawah

Servis bawah adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai bola melewati net dengan cara berdiri siap untuk melakukan servis, posisi kaki dibuka selebar bahu, bola dilempar setinggi 2 bola, tangan terkuat mengayun dari bawah kemudian memukul bola pada bagian bawah (Mutohir, 2013).

Hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan servis bawah yaitu (Team Abdi Guru, 2016) yaitu kaki kiri di depan, badan condong ke depan, tangan kiri di

depan menyangga bola, bola dilambungkan ketika hendak dipukul, tangan kanan diayun ke belakang kemudian ke depan untuk memukul bola sekuat tenaga.

Adapun teknik-teknik servis dalam permainan bola voli antara lain:

1) Servis tangan bawah (*underhand*)

Persiapan

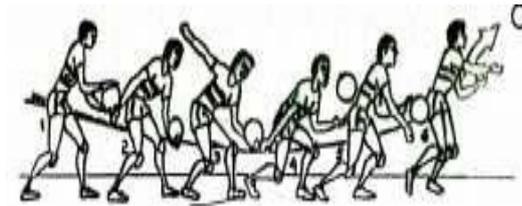
1. Kaki nyaman melangkah
2. Berat didistribusikan secara merata
3. Bahu sejajar dengan jaring
4. Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah
5. Pegang bola di depan tubuh
6. Gunakan tangan terbuka
7. Mengamati bola

Mengeksekusi

1. Ayunkan lengan ke belakang
2. Pindahkan berat ke belakang kaki
3. Ayunkan lengan ke depan
4. Pindahkan beban ke depan kaki
5. Bola kontak dengan tumit tangan terbuka
6. Bola kontak di pinggang tingkat
7. Jatuhkan pegangan tangan
8. Bola kontak di bawah bek tengah
9. Berkonsentrasi pada bola

Melaksanakan

1. Ayunkan tangan ke depan ke atas net
2. Pindahkan beban ke depan kaki
3. Pindah ke lapangan



Gambar 2.5 servis bawah
Sumber: (Mutohir, 2013)

b) Servis Atas

Servis atas adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai bola melewati net dengan cara berdiri siap untuk melakukan servis, posisi kaki dibuka selebar bahu, bola dilempar setinggi diatas dahi, tangan terkuat diangkat keatas bersiap memukul bola dengan posisi tangan dan siku agak ditekuk kemudian bola dipukul ke depan melewati net (Mutohir, 2013).

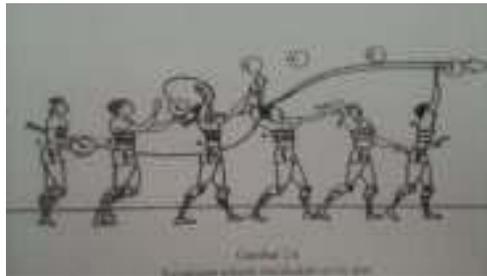
Servis atas bola voli Servis dengan cara tangan di atas dengan arah ke lapangan lawan dapat lakukan 2 sampai 3 kali.

Caranya:

- a. Berdiri di tengah-tengah lapangan.
- b. Tarik tangan untuk servis di atas kepala dengan tangan sedikit membengkok (posisi siku dan arahnya benar).
- c. Tahan pergelangan tangan lurus dan kuat.

- d. Lambungkan bola ke atas oleh tangan satunya, dan pada saat yang sama melangkah.
- e. Ayunkan tangan untuk servis ke depan, memukul bola tepat di tengah-tengah bola dengan telapak tangan seperti cup atau kepalan.
- f. Kerahkan tenaganya ke seluruh tangan.
- g. Tahan posisi tersebut, hingga bola melewati net dan bola jatuh di lapangan lawan.

Siswa melakukan gerakan servis atas bola voli mini dengan bantuan bola yang dimodifikasi diharapkan dapat mempermudah siswa sehingga pembelajaran akan menyenangkan dan mengarah juga pada hasil belajar Penjasorkes meningkat.



Gambar 2.6 Servis atas
Sumber: (Mutohir, 2013)

c) Servis Melompat

Servis melompat adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai melewati net dan jatuh ke area lawan dengan cara memegang bola saat berdiri di belakang garis, kaki dalam posisi siap untuk melangkah, kemudian sambil melangkah lemparkan bola ke atas dengan ketinggian yang disesuaikan dengan tinggi lompat dan ketepatan memukul (timing) (Mutohir, 2013).



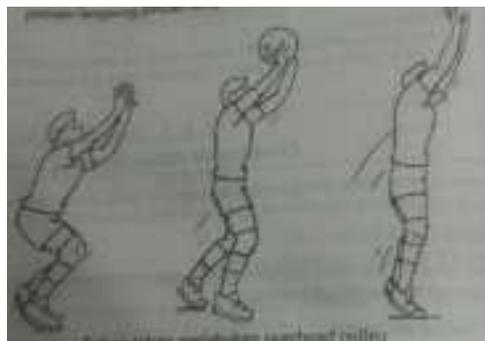
Gambar 2.7 Servis melompat
Sumber: (Mutohir, 2013)

2) Teknik Dasar *Passing*

Passing adalah teknik memantulkan bola dengan menggunakan tangan sehingga bola bisa terpantul untuk diberikan kepada pemain lainnya. Dalam bolavoli ada dua jenis passing yaitu passing atas dan passing bawah (Mutohir, 2013).

a) *Passing Atas*

Passing atas adalah teknik memantulkan bola dengan cara posisi kaki sedikit ditekuk untuk membantu menghasilkan lontaran yang baik, kedua tangan berada disamping dengan posisi telapak tangan membuka, pada saat bola datang telapak tangan menghadap kearah bola dengan membentuk segitiga posisi ibu jari tangan kanan dan kiri berdekatan, perkenaan jari-jari terhadap bola dilakukan dengan ditambah dorongan melompat, arah bola melambung ke atas (Muhammad, 2013).



Gambar 2.8 *Passing* atas
Sumber: (Beutelstahl, 2015)

b) *Passing* Bawah

Passing bawah adalah teknik memantulkan bola dengan cara kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggenggam bagian telapak tangan lain, kedua lengan bersikap lurus ke bawah dengan bawah siku menghadap ke arah depan, posisi badan sedikit jongkok dan berhadapan lurus dengan arah datangnya bola sehingga memudahkan lengan mengarahkan bola yang datang agar bisa diayunkan sesuai arah yang diinginkan (Muhammad, 2013)



Gambar 2.9 *Passing* bawah
Sumber: (Muhammad, 2013)

Teknik *passing* bawah banyak dipergunakan dalam permainan bolavoli, karena teknik *passing* bawah ini paling mudah untuk dipelajari dan merupakan dasar bagi pemain untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Menurut (PP.PB VSI 2015) analisis gerak teknik *passing* bawah meliputi:

1) Sikap Persiapan

- a) Kedua tangan dijadikan satu.
- b) Posisi kaki depan belakang selebar bahu.
- c) Lutut ditekuk.
- d) Kedua lengan sejajar paha.

- e) Pinggang lurus.
 - f) Pandangan ke arah bola.
- 2) Sikap saat Perkenaan
- a) Kedua ibu jari sejajar.
 - b) Salah satu tangan menggenggam tangan yang lain.
 - c) Menerima bola tepat di depan badan.
 - d) Lutut diluruskan.
 - e) Kedua lengan diayunkan.
 - f) Siku tidak ditekuk.
 - g) Gerak pinggung ke depan atas.
 - h) Melihat bola saat perkenaan.
- 3) Sikap Akhir
- a) Kedua tangan tetap jadi satu.
 - b) Tangan mengikuti lintasan bola menuju sasaran.
 - c) Berat badan pindah ke kaki depan.
 - d) Pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran.

Passing bawah merupakan teknik dasar bolavoli. Teknik ini digunakan untuk menerima servis, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memainkan bola yang memantul dari net. *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bolavoli. Keberhasilan penyerangan tergantung dari baik buruknya *passing* bawah. Apabila bola yang dioperkan jelek, maka pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang.

Passing bawah bolavoli merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks. Tidak jarang para siswa sering kali melakukan kesalahan. Menurut (Vierra 2000) kesalahan-kesalahan *passing* bawah adalah sebagai berikut;

- 1) lengan terlalu tinggi ketika memukul bola. Lanjutan lengan berada di atas bahu;
- 2) merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dipassing terlalu rendah dan terlalu kencang;
- 3) tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka;
- 4) lengan terpisah sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operan salah;
- 5) bola mendarat di lengan daerah siku, atau menyentuh tubuh.

Hal senada menurut (Ahmadi 2013) kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan *passing* bawah, antara lain meliputi:

- 1) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- 2) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas. Sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90
- 3) Bola jatuh pada kepalan telapak tangan.
- 4) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- 5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.

- 6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif, sehingga bola lari jauh melenceng.
- 7) Kurang menekuk pada lutut langkah persiapan pelaksanaan.
- 8) Persentuhan pada bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada). Sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan *passing*.
- 9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- 10) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- 11) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- 12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat berputar).
- 13) Lengan pemukul digerakan dua kali.
- 14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *passing* bawah adalah posisi berdiri terlalu tegak, lengan terlalu tinggi saat menerima bola, pandangan tidak terfokus kepada bola, saat bergerak kedua lengan sudah disatukan. Untuk mengatasi kesalahan-kesalahan yang terjadi saat *passing* bawah, intensitas latihan yang banyak dan dalam berbagai kondisi sangat diutamakan agar siswa terbiasa dengan segala

kondisi yang ada saat melakukan *passing* bawah. Karena kesalahan yang terjadi sering kali karena faktor siswanya itu sendiri.

3) Teknik dasar pukulan (*smash/ spike*)

Pukulan atau *smash / spike* adalah suatu pukulan bola untuk menyerang lawan guna mendapatkan poin sehingga tim bisa memenangkan pertandingan dengan lebih cepat. Seseorang yang berposisi untuk melakukan *smash* disebut spiker (Hidayat, 2017).

Secara umum proses melakukan *smash* dibagi menjadi empat tahap. Keempat tahap tersebut adalah sebagai berikut:

a) Tahap Awal

Pada tahap awal yang dimaksud adalah melakukan langkah seperti berlari agar mendapat tolakan untuk melompat yang pas, sehingga pemain bisa melakukan lompatan dengan optimal guna memukul bola diatas net. Pemain harus bisa memperkirakan kapan bola akan meluncur turun dan menghitung ketinggian dimana akan sejajar dengan ketinggian pemain saat melompat (Hidayat, 2017).

b) Tahap Melompat

Pada tahap melompat pemain harus menggunakan tumpuan kaki yang terkuat, karena tumpuan kaki terkuat akan membantu mencapai lompatan yang optimal. Pada tahap melompat ini kedua lengan mengayun dari bawah lalu pada saat tubuh sudah diatas tangan harus digerakkan naik ke atas dengan tubuh yang

lurus. Posisi lengan pemukul sedikit ditekuk dan lengan satunya digunakan sebagai penyeimbang dengan posisi sejajar kepala (Hidayat, 2017).

c) Tahap Memukul

Pada tahap ini merupakan saat dimana bola datang dan dilakukan proses pemukulan bola. Saat memukul telapak tangan membuka dan sedikit mengarah ke bawah, sehingga nantinya bola bisa dipukul bisa meluncur ke dalam area permainan lawan (Hidayat, 2017).

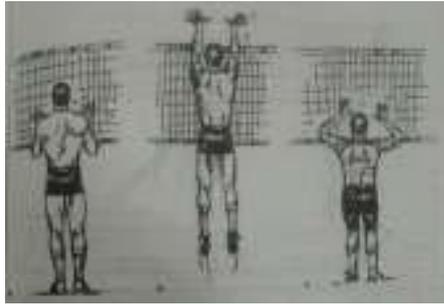
d) Tahap Mendarat

Setelah memukul, badan akan meluncur ke bawah. Saat mendarat, badan ditekuk ke depan dan gunakan kedua kaki untuk mendarat dengan posisi kaki sedikit ditekuk sebagai cara untuk mendapatkan keseimbangan (Hidayat 2017:49).

4) Teknik bendungan (*blocking*)

Teknik bendungan (*blocking*) adalah sebuah teknik pertahanan dengan cara menghambat atau menggagalkan pukulan smash dari pihak lawan pada saat bola berada di atas net yang tujuan utamanya untuk mengembalikan bola secara langsung ke area lawan (Hidayat, 2017).

Untuk bisa melakukan *blocking* dengan baik hal yang harus diperhatikan pemain adalah lompatan yang bertenaga sehingga mampu meraih jangkauan tertinggi, posisi tangan harus lurus dan hendaknya masuk ke dalam area lawan sehingga bola yang akan dipukul lawan tidak bisa menyeberang karena seolah-olah sudah terkurung oleh tangan.



Gambar 2.10 Teknik bendungan
Sumber: (Viera, 2014)

2.3 Hakekat Keterampilan

Menurut (Sofyan, 2017) keterampilan itu terdapat dua bentuk yaitu keterampilan yang di tunjukkan secara tepat serta pada lingkungan yang bisa di perkirakan, tipe keterampilan yang dapat dilakukan berkali-kali dinamakan keterampilan tertutup, kemudian keterampilan ke 2 kemampuan terampil yang belum dapat diperkirakan yang dinamakan keterampilan terbuka. Nomor randori dan pertandingan bebas, dari penjelasan diatas seperti disebutkan dan dijelaskan seperti gerakan yang dapat di perkirakan dalam pergerakan yang telah yang telah susun secara baik dan dilaksanakan berpasangan atau secara sendiri yang gerakannya selalu di ingat seperti nomor pertandingan embu, kemudian yang suah untu di perkirakan seperti menyerang dengan terburu-buru dan tidak bisa ditebak oleh pesilat, maka diperlukan keahlian untuk menghindari serta kemampuan menghindar dengan balasan tangkisan.

Menurut (Saputra, 2010) untuk mencapai keterampilan yang baik, seorang atlet perlu memiliki pemahaman mendalam tentang cara memperoleh dan menguasai keterampilan tersebut, serta faktor-

faktor yang berperan dalam proses penguasaan itu. Keterampilan dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menguasai gerakan-gerakan yang ada dalam suatu cabang olahraga.

Menurut (Nasution, 2013) menjelaskan bahwa keterampilan adalah hasil dari penguasaan kemampuan di ranah psikomotorik, yang sebanding dengan hasil dari proses belajar kognitif. Keterampilan merupakan suatu keahlian yang diperoleh untuk melaksanakan tugas-tugas dengan lebih baik. Dalam konteks ini, kemampuan diartikan sebagai potensi yang dimiliki individu dalam suatu keahlian yang diperoleh sejak lahir. Potensi tersebut dikembangkan melalui pelatihan dan latihan yang terus menerus, menjadikan keterampilan dan kecakapan atlet menjadi kian baik berkat pelatihan yang dijalani, bersamaan dengan kemampuan bawaan yang dimiliki sejak lahir.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah hasil dari kemampuan individu dalam menguasai gerakan dalam olahraga, serta merupakan perwujudan dari penguasaan di ranah psikomotorik yang mirip dengan hasil belajar kognitif. Keterampilan ini mencerminkan kemahiran dalam mencapai atau melaksanakan tugas dengan lebih baik.

2.4 Profil dan Karakteristik Siswa SMP Negeri 1 Muaro Jambi

SMP Negeri 1 Muaro Jambi yang beralamat di Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi, dengan luas tanah 4,743 m². Sekolah ini memiliki

akreditasi B, yang menggunakan kurikulum merdeka, saat ini SMP Negeri 1 Muaro Jambi di pimpin oleh kepala sekolah yaitu Erma Dewita, S.Pd, serta memiliki rombongan belajar 16 kelas, dengan jumlah siswa 449 siswa, terdiri dari 247 siswa perempuan dan 202 siswa laki-laki SMP Negeri 1 Muaro Jambi memiliki beberapa kegiatan Ekstrakurikuler olahraga, seni, dan pengembangan diri, untuk ekastrakurikuler olahraga terdiri dari Sepakbola dan Futsal, bola voli, Basket dan Pramuka.

Rata-rata siswa SMP kelas VIII ada di rentang 12-14 tahun. Usia ini ada dalam rentang masa remaja, yang oleh para ahli psikologi ditentukan secara normal pada usia 12 sampai 22 tahun. Karakteristik usia remaja dapat dikelompokkan secara lebih ketat lagi dalam dua kelompok, yakni kelompok masa remaja awal dan masa remaja akhir.

Masa remaja awal berkisar pada usia 12, 13 - 17, atau 18 tahun. Sedangkan masa remaja akhir berkisar antara 17, 18 - 21, atau 22 tahun. Jadi siswa SMP Kelas VIII yang rata-rata berusia 12-14 tahun tergolong dalam masa remaja awal.

Menurut Husdarta dan Saputra (Bastian, 2015) para ahli umumnya berpendapat bahwa rentangan masa remaja awal berlangsung dari sekitar 11-13 tahun sampai 14-16 tahun, dan remaja akhir antara usia 14-16 tahun sampai 18-20 tahun. Charlotte Buhler menambahkan adanya masa transisi antara usia 10-12 tahun sebagai masa pra remaja. Menurut Sukintaka dalam (Bastian, 2015) anak tingkat SMP, kira-kira berusia antara 12-15 tahun. Berdasarkan data tersebut, anak usia SMP termasuk dalam golongan anak remaja (adolesensi).

2.5 Hakikat Ekstrakurikuler Bola Voli

Ada tiga macam kegiatan kurikuler yaitu kegiatan intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler (Kamal, 2014).

- a. Kegiatan intrakurikuler (*Curricular Activities*) adalah kegiatan yang dilakukan oleh sekolah yang sudah teratur, jelas dan terjadwal dengan sistematis yang merupakan program utama dalam mendidik siswa.
- b. Kegiatan kokurikuler (*Co Curricular Activities*) adalah kegiatan yang sangat erat sekali dan menunjang serta membantu kegiatan intrakurikuler, biasanya dilaksanakan di luar jadwal intrakurikuler dengan maksud agar siswa memahami dan memperdalam materi yang ada di intrakurikuler, biasanya kegiatan ini berupa penugasan atau pekerjaan rumah ataupun tindakan lainnya yang berhubungan dengan materi intrakurikuler yang harus diselesaikan oleh siswa.

Melaksanakan kegiatan kokurikuler, ada hal-hal yang harus diperhatikan, antara lain :

- 1) Memberikan tugas kokurikuler hendaknya jelas dan sesuai dengan pokok bahasan atau sub pokok bahasan yang sedang diajarkan
- 2) Memberikan tugas kokurikuler seorang guru hendaknya tahu mengenai tingkat kesulitannya bagi siswa sehingga tugas yang diberikan kepada siswa itu sesuai dengan kemampuannya dan tidak memberatkan baik pada fisiknya maupun psikisnya.
- 3) Penilaian tugas kokurikuler, hendaknya jelas adil sesuai dengan hasil masing-masing kemampuan siswanya.

4) Fungsi memberikan tugas kokurikuler, hendaknya selain untuk memperdalam pengetahuan siswa, guru juga hendaknya dengan tugas kokurikuler ini bisa membantu dalam penentuan nilai raport.

c. Kegiatan Ekstrakurikuler (*Extra Curricular Activities*) Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam pelajaran biasa (diluar intrakurikuler), dan kebanyakan materinya pun diluar materi intrakurikuler, yang fungsi utamanya untuk menyalurkan/mengembangkan kemampuan siswa sesuai dengan minat dan bakatnya, memperluas pengetahuan, belajar bersosialisasi, menambah keterampilan, mengisi waktu luang dan lain sebagainya, bisa dilaksanakan disekolah ataupun kadang-kadang bisa di luar sekolah.

Melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler ini, ada hal-hal yang harus diperhatikan, supaya kegiatan ini berlangsung dengan baik, diantaranya:

- 1) Pelaksanaan kegiatannya, hendaknya bisa bermanfaat bagi siswa, baik buat masa kini maupun masa yang akan datang.
- 2) Pelaksanaan kegiatannya, hendaknya tidak membebani bagi siswa.
- 3) Jenis kegiatannya hendaknya bisa memanfaatkan lingkungan sekitar, alam, industri dan dunia usaha.
- 4) Pelaksanaanya tidak mengganggu kegiatan yang utama, yakni kegiatan intrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan pembelajaran yang dilakukan diluar jam pembelajaran olahraga dan dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan, peningkatan kemampuan, peningkatan penerapan dan nilai pengetahuan kemampuan yang telah

dipelajari dari berbagai mata pelajaran khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani Depdikbud dalam (Wibowo, 2015). Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan, diluar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan.

Adapun definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah dan luar sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum Depdikbud dalam (Wibowo, 2015).

Ikut sertanya siswa kedalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, maka bakat, minat dan keterampilan siswa dapat tersalurkan serta dapat membantu meningkatkan pengetahuan sesuai dengan program pembelajaran yang diajarkan oleh guru di sekolah. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang teratur secara tersendiri berdasarkan kebutuhan.

Tujuan dari Kegiatan ekstrakurikuler dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dalam (Wibowo, 2015) sebagai berikut :

1. Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya yang :
 - a. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
 - b. Berbudi pekerti luhur
 - c. Memiliki pengetahuan dan keterampilan

- d. Sehat rohani dan jasmani
 - e. Berkepribadian yang mantap dan mandiri
 - f. Memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan
2. Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan Kegiatan ekstrakurikuler tentu beda-beda jenisnya, beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler yang diprogramkan di sekolah dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dalam (Wibowo, 2015) sebagai berikut :
- a. Pendidikan kepramukaan
 - b. Pasukan Pengibar Bendera (PASKIBRA)
 - c. Palang Merah Remaja (PMR)
 - d. Pasukan Keamanan Sekolah (PKS)
 - e. Gema Pecinta Alam
 - f. Filateli
 - g. Koprasi Sekolah
 - h. Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)
 - i. Kelompok Ilmiah Remaja (KIR)
 - j. Olahraga
 - k. Kesenian

2.6 Penelitian Relevan

1. Endang Susanti.2015. Survei Keterampilan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Di Sd Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung

Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bolavoli di SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang tahun 2014/2015 berada pada kategori “sangat baik” sebesar 10% (2 siswa), kategori “baik” sebesar 25% (5 siswa), kategori “cukup” sebesar 25% (5 siswa), kategori “kurang” sebesar 40% (8 siswa), “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa).

Persamaan pada penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *passing* bawah dengan melihat kemampuannya, sedangkan perbedaannya pada kegiatan ekstrakurikuler sedangkan peneliti pada pembelajaran bola voli.

2. Jefri Kuncoro. 2021. Analisis Kemampuan *Passing* Bawah Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP N 1 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. Hasil analisis pada uji Frekuensi terbanyak pada interval $37,49 < S = 44,90$. ini artinya kemampuan *passing* bawah siswa siswi SMP Negeri 1 Koto Baru adalah berkategori cukup. Frekuensi terbanyak pada interval $36,70 < S = 44,89$. ini artinya kemampuan *passing* atas siswa siswi SMP Negeri 1 Koto Baru adalah berkategori cukup.

Persamaan pada penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *passing* bawah dengan melihat kemampuannya, sedangkan perbedaannya pada kegiatan ekstrakurikuler sedangkan peneliti pada pembelajaran bola voli.

3. Hajri Aprizal. 2022. Survei Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Di Dalam Pembelajaran Penjas Pada Siswa Kelas Vii Di Smp Negeri 34 Seluma. Teknik

pengumpulan data dengan menggunakan tes, diperoleh hasil Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli yang paling banyak berada pada kategori Baik Sekali oleh 7 orang siswa putra dengan persentase 46,6 % sedang kategori Baik oleh 6 orang siswa putra dan 6 orang siswa putri dengan persentase 40 % . Sedangkan untuk kategori sedang sebanyak 3 orang siswa putrid dengan persentase 20 % dan orang untuk siswa putra dengan persentase 13,4 % sedang kategori kurang ada 1 orang siswa putri dengan persentase 6,6 % untuk kategori kurang sekali itu 0 %.

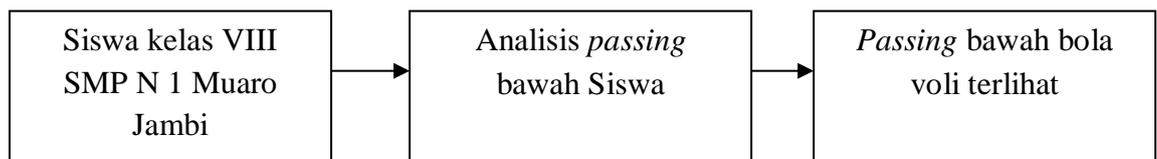
Persamaan pada penelitian yang akan penelititi lakukan yaitu sama-sama meneliti *passing* bawah dengan melihat kemampuannya, dan sampel yang di lakukan yaitu siswa yang mengikuti pembelajaran bola voli.

2.7 Kerangka Berfikir

Berdasarkan kajian teoritik di atas bahwa untuk dapat bermain bola voli yang baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan dalam bermain bola voli, khususnya keterampilan dasar . Hal ini dikarenakan teknik dasar merupakan faktor yang sangat penting teknik dasar untuk meningkatkan keterampilan gerak. Selain itu penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam pertandingan disamping unsur fisik, mental dan taktik.

Keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai tujuan dengan efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri. Seseorang dikatakan terampil apabila kegiatan

yang dilakukan ditandai oleh kemampuannya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi (cepat atau cermat) dengan tingkat keajegan yang relatif tepat. Tes kemampuan bermain bola voli yang dilakukan pada siswa merupakan salah satu upaya yang dilakukan guru/pelatih untuk mengetahui seberapa besar atau sejauh mana tingkat keterampilan para siswa dalam menguasai kemampuan bermain bola voli, sehingga dapat melancarkan jalannya proses kegiatan agar lebih berhasil dalam mencapai tujuan dan dapat dijadikan sebagai acuan untuk menentukan program latihan agar meningkatkan prestasi olahraga bola voli khususnya di SMP N 1 Muaro Jambi dan sekolah lainnya.



Gambar 2.11 Kerangka Berfikir

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 1 Muaro Jambi. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari 2025 selama 1 bulan.

3.2 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian survey dengan metode deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode tes dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran, sehingga memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Menurut (Arikunto, 2013) menyatakan bahwa pada umumnya penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis, sehingga dalam langkah penelitiannya tidak perlu merumuskan hipotesis.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian (Arikunto, 2013), sedangkan menurut (Sugiyono, 2016) populasi adalah wilayah Generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti atau dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Menurut (Arikunto, 2013) apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitian merupakan penelitian populasi. Bertitik tolak dari pengertian populasi di atas, maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang

mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 1 Muaro Jambi yang berjumlah 12 orang.

3.3.2 Sampel

Penelitian kuantitatif tidak dikenal konsep contoh/sample dalam rangka generalisasi yang berlaku bagi populasi. (Arikunto, 2016) Untuk memperoleh hasil yang ideal maka penentuan sample dan informan ditentukan oleh empat faktor; derajat kesimpulan, proposisi yang dikehendaki dalam penelitian ini, rencana analisa, tenaga, biaya, dan waktu.

Dalam suatu proses penelitian, tidak perlu seluruh populasi diteliti, akan tetapi dapat dilakukan terhadap sebagian dari jumlah populasi tersebut. Sebagai mana dikemukakan oleh (Arikunto, 2016). Dengan teknik pengambilan sampel di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *total sampling* atas berbagai pertimbangan sebagaimana dikemukakan di atas maka yang akan dijadikan sebagai informan (Subjek penelitian) ini adalah siswa kelas VIII mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 1 Muaro Jambi yang berjumlah 12 orang.

3.4 Instrumen Penelitian

Didalam penelitian kuantitatif, kualitas instrumen penelitian berkenaan dengan validitas dan reliabilitas instrumen dan kualitas pengumpulan data berkenaan dengan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data. (Sugiyono, 2016).

Pada penelitian ini instrumen untuk mengukur keterampilan *passing* bawah menggunakan *Braddy Volley Ball Test*.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Petunjuk pelaksanaan tes modifikasi *Braddy Volley Ball Test*, adalah sebagai berikut:

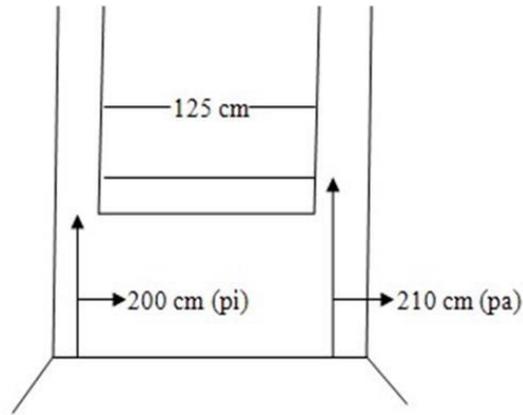
a. Pelaksanaan:

- 1) *Testi* berdiri menghadap sasaran dengan bolavoli di tangan.
- 2) Setelah ada aba-aba “ya” atau peluit bola di lempar ke tembok sasaran (tidak dihitung), kemudian *testi* menjalankan *passing* atas bisa juga *passing* bawah sesuai dengan peraturan bermain ke arah sasaran yang berukuran lebar 125 cm dan tinggi untuk putri 200 cm dan putra 215 cm.
- 3) *Testi* melakukan tes selama 1 menit berusaha memvoli bola ke arah petak sasaran sebanyak mungkin dengan *passing* bawah.
- 4) Jika bola sulit dikuasai (bola jatuh di tanah), maka sebelum waktu habis *testi* segera melempar bola ke tembok dan melakukan *passing* lagi secepat-cepatnya.
- 5) Jika ada aba-aba “*stop*” atau bunyi peluit yang kedua maka pelaksanaan tes berhenti.

b. Penilaian: Tiap *testi* melakukan 2 kali giliran dengan nilai akhir hasil salah satu frekuensi terbanyak dari 2 giliran tersebut.

c. Peralatan: Peluit, *Stopwatch*, Bolavoli ukuran “5”, Buku pencatat hasil.

d. Saat pelaksanaan tes dilakukan pengambilan video.



Gambar 3.1 Tes Passing bawah Bola Voli
Sumber: Suharno dalam (Endang 2015)

Tabel 3.1 Norma Tes Passing bawah Bola Voli

No	Interval	Kategori
1	>25	Sangat baik
2	19-24	Baik
3	13-18	Cukup
4	7-12	Kurang
5	0-6	Sangat Kurang

Sumber: Suharno dalam (Endang 2015)

3.6 Teknik Analisis Data

3.6.1 Persentase

Teknik analisis data merupakan bagian penting dalam penelitian, karena analisis data dapat memberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah dalam penelitian. Dari data yang akan diperoleh kemudian di analisis. Adapun teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif. Sedangkan perhitungan dalam angket menggunakan *deskriptif prosentase*.

Dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Prosentase yang dicari (*Frekuensi Relatif*)

F = Frekuensi penguatan

N = Jumlah Responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

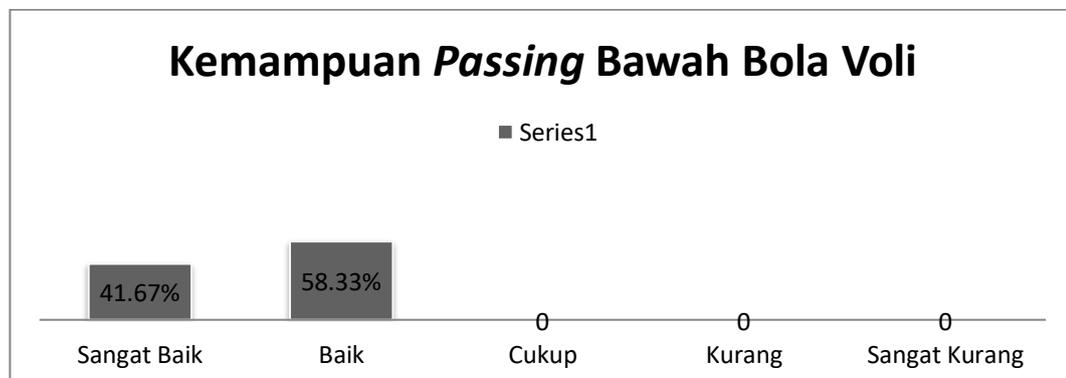
4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan serta uraian yang telah dikumpulkan sebelumnya maka didalam bab ini akan dilakukan analisa pembahasan yang diperoleh dalam penelitian ini. Hasil penelitian akan digambarkan sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu untuk mengetahui keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi. Gambaran dari data dalam kelompok dapat dilihat pada diskripsi berikut ini :

Hasil tes keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi dengan jumlah 12 orang atlet dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Klasifikasi Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No	Norma	Kategori	F1	Persentasi
1	>25	Sangat baik	5	41.67%
2	19-24	Baik	7	58.33%
3	13-18	Cukup	0	0%
4	7-12	Kurang	0	0%
5	0-6	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			12	100%



Gambar 4.1 Diagram Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli dari 12 orang yang memiliki kategori sangat baik dengan rentang >25 sebanyak 5 orang dengan persentasi 41.67%, yang memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

4.2 Pembahasan

Bola voli merupakan suatu cabang olahraga permainan beregu yang menuntut kerjasama tim, dan menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sportifitas dan disiplin (Maizan, 2020). Permainan bola voli menjadi olahraga yang cukup digemari diberbagai penjuru dunia, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Beberapa orang melakukan permainan bola voli bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani. Seiring berjalannya waktu, tujuan tersebut semakin berkembang keranah prestasi, serta membawa nama baik bangsa dan negara.

Passing bawah adalah teknik memantulkan bola dengan cara kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggengam bagian telapak tangan lain, kedua lengan bersikap lurus ke bawah dengan bawah siku menghadap ke arah depan, posisi badan sedikit jongkok dan berhadapan lurus dengan arah datangnya bola sehingga memudahkan lengan mengarahkan bola yang datang agar bisa diayunkan sesuai arah yang diinginkan (Muhammad, 2013)

Keterampilan adalah derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang efektif dan efisien. Keterampilan dasar yang baik dalam bola voli akan sangat mendukung permainan bola voli yang baik juga, sehingga untuk mencapai tujuan permainan yang baik seorang anak harus menguasai teknik-teknik dasar pada bola voli. Teknik-teknik dasar permainan bola voli dapat dibedakan sebagai berikut: servis, *passing* bawah, *passing* atas, *smash* bendungan (*block*).

Kemampuan atau keterampilan siswa dalam bermain Bolavoli dapat dilihat dari tingkat kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah, teknik dasar *passing* atas, teknik dasar *smash* dan teknik dasar servis bolavoli. Dalam penelitian ini yang dilakukan hanya pada kemampuan Teknik dasar *passing* Bawah Bolavoli yang merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi dalam *mempassing* bolavoli ke sasaran tembok selama satu menit.

Berdasarkan yang diperoleh bahwa keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli dari 12 orang yang memiliki kategori sangat baik dengan rentang >25 sebanyak 5 orang dengan persentasi 41.67%, yang memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

Berdasarkan hasil tersebut siswa yang tergolong memiliki keterampilan sangat baik terdapat 5 orang yaitu Rahmad, Rasya, Defit, Dafaiz dan ilham, mereka ini merupakan siswa yang aktif mengikuti permainan bola voli selain di sekolah mengikuti ekstrakurikuler mereka juga mengikuti club voli yang ada di lingkungan tempat tinggal mereka, sedangkan yang memiliki kategori baik terdapat tujuh orang, mereka hanya mengikuti latihan yang ada di sekolah sebagai anggota ekstrakurikuler bola voli saja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah dari pembahasan diatas analisis yang dilakukan maka penelitian ini dapat ditarik suatu kesimpulan yaitu: keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra Kelas VIII SMP N 1 Muaro Jambi memiliki kategori baik dengan rentang 19-24 sebanyak 7 orang dengan persentasi 58.33%.

5.2 Saran

Dari kesimpulan diatas maka dapat disarankan kepada :

1. Kepada Pihak Sekolah

Melihat hasil penelitian mengenai kemampuan teknik dasar passing bawah hendaknya sekolah member dukungan kepada siswa, agar dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih intensif.

2. Kepada Guru Penjasorkes

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi guru Penjasorkes dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran dan pelatihan teknik dasar permainan bola di sekolah, agar hasil evaluasi melalui tes pengukuran dapat lebih objektif.

3. Kepada Siswa

- a. Siswa hendaknya dapat memanfaatkan peluang untuk mengikuti latihan agar bisa menjadi pemain bolavoli yang baik.
- b. Siswa diharapkan lebih meningkatkan kemampuan teknik kemampuan teknik dasar passing bawah dengan cara latihan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. . Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Bastian, R. (2015). Model Baqusal Game dalam Pembelajaran Bolabasket pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Karanganyar Kabupaten Pekalongan Tahun 2015. In *Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi* (p. 15). Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Beutelstahl, D. (2015). *Belajar bermain bola voli*. . Bandung: Pionir Jaya.
- Dearing, J. (2019). *Volleyball fundamentals, second edition*. . Illinois: Human Kinetics.
- Ernailis. (2016). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Strategi Pembelajaran Sesama Teman Pada Siswa Kelas Iv Sd Negeri 001 Empat Balai Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. . *Jurnal Primary Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. , 5(1).
- Endang Susanti. 2015. Survei Keterampilan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Di Sd Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015
- FIVB. (2013). *Sport regulations volleyball*. Jakarta: FIVB.
- Hidayat. (2017). *Buku pintar Bola voli*. . Jakarta: Anugrah.
- Maizan, I. (2020). Profil Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Padang Adious Club. . *Jurnal Performa Olahraga* , 5(1), 12-17.
- Muhammad, F. M. (2013). *Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Permainan Dan Olahraga Bola Voli*. . Jakarta: PT. Gramedia idarsana.GRASINDO.
- Mutohir, T. C. (2013). *Permainan bola voli*. . Surabaya: Graha Utama Media Pustaka.
- Palevi, M. S. (2019). Analisis kondisi fisik pada atlet bolavoli putri club jelita Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto. . *Jurnal Kesehatan Olahraga* , Vol. 07 No. 02.
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bolavoli. . *Jurnal Prestasi* , 1 (1).
- Radu, L. D. (2015). Lower limb power in young volleyball players. *Social and Behavioral Sciences* , 9 (1),.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sujarwo. (2018). *Kemampuan Dasar Dalam Bola Voli Mini*. . Yogyakarta: Unypress.

Sujarwo, S. &. (2014). *Volleyball for all*. . Yogyakarta: UNY Press.

Viera. (2014). *Bola voli Tingkat pemula*. . Jakarta : PT radja Grafindo Utama.

1. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI,
SAINS, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS JAMBI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jalan Raya Jambi – Ma. Bulian, KM. 15, Mendalo Indah, Kode Pos. 36361
Laman. www.fkip.unja.ac.id Email. fkip@unja.ac.id

Nomor : 66/UN21.3/PT.01.04/2025
Hal : Permohonan Izin Penelitian

8 Januari 2025

Yth : Kepala SMP Negeri 1 Muaro Jambi
di-
Tempat

Dengan hormat,

Dengan ini diberitahukan kepada Bapak/Ibu/Saudara bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir/skripsi mahasiswa. Kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk dapat memberikan izin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi atas nama:

Nama : **Yoral Zaputra**
NIM : **A1H121033**
Program Studi : **Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**
Jurusan : **Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan**
Dosen Pembimbing Skripsi : **1. Dr. Atri Widowati, S.Pd., M.Or**
2. Bangkit Yudho Prabowo, M.Or

Penelitian akan dilaksanakan pada:

Waktu : **10 s.d 16 Januari 2025**
Tempat/Obyek : **SMP Negeri 1 Muaro Jambi**
Judul Skripsi : **"Analisis Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Muaro Jambi".**

Demikian surat permohonan izin penelitian ini dibuat atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan BAKSI,



Delita Sartika, S.S., M.ITS., Ph.D
NIP. 198110232005012002



2.Surat Balasan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN MUARO JAMBI
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI I MUARO JAMBI
KECAMATAN JAMBI LUAR KOTA**



NSS : 201100903001 / NPSN : 10502804

Jln Jambi – MuaroBulian KM17 Simpang Sungai Duren Email : Spensamj01@gmail.com Kode Pos 36363
Website: smpn1muarojambi.sch.id

Nomor : 421.3/02/SMPN.1.MJ/I/2025
Lampiran : --
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

11 Januari 2025

Yth. Dekan FKIP Universitas Jambi
c.q. Wakil Dekan BAKSI
FKIP Universitas Jambi
Kampus Pinang Masak
Mendalo – Jambi

Dengan hormat

Berdasarkan Surat Bapak Nomor: 66/UN21.3/PT.01.04/2025, tanggal 08 Januari 2025 tentang Permohonan Izin Observasi, atas nama Yorai Zaputra A1H121033, Prodi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Keplatihan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi, dengan ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan Permohonan Izin Observasi di SMP Negeri 1 Muaro Jambi dari tanggal 10 s.d 16 Januari 2025.

Demikian surat ini kami sampaikan kepada Bapak, atas perhatian Bapak kami mengucapkan terima kasih.



Lampiran 1

Hasil Tes keterampilan *passing* Bawah Bola Voli

No	Nama	Pelaksanaan		Keterangan
		I	II	
1	Alfaritz	20	24	Baik
2	Rais	16	20	Baik
3	Bayu	21	24	Baik
4	Arif	21	23	Baik
5	Rahmad	25	21	Sangat baik
6	Rasya	26	25	Sangat baik
7	Rano	20	24	Baik
8	Defit	25	24	Sangat baik
9	Dafaiz	19	25	Sangat baik
10	Fadil	21	24	Baik
11	Ilham	20	25	Sangat baik
12	M. Arif	24	16	Baik

Lampiran 2

Untuk Video Pelaksanaan Penelitian dapat di lihat Pada

<https://drive.google.com/file/d/1p6sb7kYYIPI5Q12D6NGifkTVHqo6pymM/view?usp=drivesdk>

Dokumentasi penelitian



Pe,anasan Sebelum melakukan tes



Penjelasan Sebelum melakukan tes



Pelaksanaan Tes *Passing Bawah*



Pelaksanaan Tes *Passing Bawah*

RIWAYAT HIDUP



Yoral Zaputra dilahirkan di Desa Koto Lebu Tinggi, Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci pada tanggal 30 Agustus 2003. Penulis merupakan anak ketiga dari Tiga bersaudara dari ayahanda Zainal Abidin dan Ibunda Jelita. Penulis memulai pendidikan dari jenjang Sekolah Dasar di SD Negeri 59/III Koto lebu tinggi dan lulus di tahun 2015, selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan ke

jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 22 Kerinci dan lulus pada tahun 2018. Kemudian penulis melanjutkan pendidikannya ke jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 4 Kerinci dan lulus pada tahun 2021.

Pada tahun 2021 penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi dan dinyatakan lulus sebagai mahasiswa Universitas Jambi pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan, Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Selama menempuh pendidikan, penulis banyak mendapatkan pengalaman hidup yang sangat bermanfaat, baik pengalaman akademik maupun non akademik. Salah satu yang sangat berkesan, penulis melaksanakan Praktek Lapangan Persekolahan (PLP) pada tahun 2024 dan di tempatkan di SMP Negeri 1 Muaro Jambi. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua, keluarga, dan teman teman yang telah membantu penulis selama menempuh pendidikan hingga sampai dititik ini.