

ANALISIS KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI

(Studi Empiris di SD Negeri 6 Jimbung Kabupaten Klaten)

Dea Ressa Yuana: Gatot Jariono
Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang diminati masyarakat umum, dan bola voli juga merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan penguasaan teknik yang baik (Hanggara et al., 2018). *Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu. Banyak bentuk-bentuk latihan pada *passing* bawah yang sering digunakan pada saat pemanasan, tetapi yang sering digunakan yaitu bentuk latihan *passing* bawah ke tembok dan bentuk *passing* bawah secara berpasangan. Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli di SD Negeri 6 Jimbung khususnya kemampuan siswa kelas VI. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung yang berjumlah 35 siswa. Teknik analisis data menggunakan bantuan Microsoft Excel yang dimana untuk mencari nilai tengah (median), nilai rata-rata (mean), nilai tertinggi (maksimum), nilai terendah (minimum), dan standar deviasi (SD) dalam tahap menentukan presentase nilai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil tes kemampuan *passing* bawah siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung sebanyak 3 siswa (9%) berkategori baik sekali, 4 siswa (11%) berkategori baik, 17 siswa (49%) berkategori cukup, 11 siswa (31%) berkategori kurang, dan 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali. Tingkat kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas VI SD Negeri 6 Jimbung dapat dikategorikan “cukup”. Karena siswa-siswa ini masih menunjukkan tingkat kesulitan yang lebih besar dalam menguasai teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Kata Kunci: Bola voli, *Passing* Bawah, Kemampuan.

Abstract

Volleyball is one of the sports that the general public is interested in, and volleyball is also one of the sports that requires mastery of good techniques (Hanggara et al., 2018). Passing is passing the ball to a friend in a team with a certain technique. Many forms of training on lower passing are often used during warm-ups, but what is often used is the form of lower passing training to the wall and the form of lower passing in pairs. This study aims to determine the level of lower passing ability in volleyball games at SD Negeri 6 Jimbung, especially the ability of grade VI students. This study uses quantitative research methods, the sample used in this study were 6th grade students at SD Negeri 6 Jimbung totaling 35 students. The data analysis technique uses the help of Microsoft Excel which is to find the middle value (median), average value (mean), highest value (maximum), lowest value (minimum), and standard deviation (SD) in the stage of determining the percentage value. The results showed that the results of the lower passing ability test of grade VI students at SD Negeri 6 Jimbung were 3 students (9%) categorized as excellent, 4 students (11%) categorized as good, 17 students (49%) categorized as sufficient, 11 students (31%) categorized as less, and 0 students (0%) categorized as very poor. The level of lower passing ability in 6th grade students of SD Negeri 6 Jimbung can be categorized as “sufficient”. Because these students still show a greater level of difficulty in mastering the lower passing technique in volleyball games.

Keywords: Volleyball, Lower *Passing*, Ability

1. PENDAHULUAN

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang diminati masyarakat umum, dan bola voli juga merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan penguasaan teknik yang baik (Hanggara et al., 2018). Teknik dasar permainan bola voli terdiri dari servis, passing bawah, passing atas, block dan smash. Teknik permainan bola voli adalah bagian dalam permainan yang dilakukan untuk aktivitas jasmani, maka dari itu untuk penguasaan teknik pun harus mutlak diperlukan. Permainan voli akan sulit dilakukan bagi orang yang belum mengenal bola voli. Hal ini dikarenakan dalam menguasai permainan bola voli harus menahan sakit saat melakukan passing, dan pukulan, serta teknik-teknik dalam permainan tersebut (Indarto, 2021). Pada hakekatnya permainan bola voli bermaksud untuk menyebarluaskan kemahiran seseorang bermain kepada yang meminatinya (Jariono et al., 2021).

Dalam permainan bola voli yang sangat penting dipelajari salah satunya adalah passing. Passing sebagai penunjang sukses atau tidaknya dalam permainan bola voli baik pada saat melakukan serangan atau bertahan. Passing bawah adalah passing yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian pergelangan tangan. Teknik dasar permainan bola voli yang sangat penting dan dasar dalam permainan ini yaitu teknik dasar passing khususnya passing bawah (Keswando et al., 2022). Keterampilan dasar bermain bola voli adalah sebuah kemampuan untuk melakukan sesuatu teknik dasar permainan bola voli secara efektif dan efisien yang ditentukan oleh adanya kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan dalam menyesuaikan diri (Mardian, 2020). Kemampuan ini tentunya harus ditunjang dengan teknik yang baik dari pemain lain karena untuk melakukan passing bawah harus memiliki ketepatan dan gerakan yang baik untuk mendapatkan serangan yang sempurna. Penelitian yang dilakukan oleh (Pieter Pelamonia et al., 2021), judul Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding Dengan Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap Kemampuan Passing Bawah. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pelatihan passing bawah menggunakan media dinding dengan memakai sasaran garis lurus dan untuk mengetahui perbedaan hasil pelatihan menggunakan media dan pelatihan secara konvensional. Pembaruan dari penelitian ini adalah menganalisis gerakan passing bawah pada tingkat sekolah dasar.

Tujuan dari dibuatnya penelitian ini adalah untuk dapat mengetahui tingkat kemampuan passing bawah pada permainan bola voli di SD Negeri 6 Jimbung. Hasil dari penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan pertimbangan evaluasi sekolah dan penting bagi guru untuk merancang strategi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat kemampuan siswa.

Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian yang berhubungan dengan latihan teknik dasar passing, khususnya pada teknik dasar passing bawah pada bola voli dengan judul “Analisis Kemampuan Passing Bawah Permainan Bola Voli (Studi Empiris di SD Negeri 6 Jimbung Kabupaten Klaten)”.

2. METODE

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut (Sugiyono, 2018) penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, dipakai untuk meneliti populasi atau sampel, pengumpulan data dengan instrumen, analisis data kuantitatif atau statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang sudah ditetapkan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dimana peneliti menggunakan desain metode survei. Penelitian deskriptif adalah penelitian untuk mencari tahu tentang keadaan dan situasi yang hasilnya dijelaskan dengan pemaparan dalam bentuk laporan penelitian (Prakoso et al., 2021). Penelitian kuantitatif, dilakukan untuk menguji serta membuktikan gambaran sebuah fenomena yang dirumuskan dalam bentuk variabel- variabel yang terbukti benar atau tidak benar dari teori yang sudah didapatkan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 6 Jimbung Kecamatan Kalikotes, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada 05 Maret. 2024. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa di SD Negeri 6 Jimbung, Sampel yang digunakan dalam penelitian ini siswa di SD Negeri 6 Jimbung khususnya kelas VI dengan jumlah 35 siswa. Sampling dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling, purposive sampling juga dikenal sebagai pengambilan sampel penilaian, selektif atau subjektif, mencerminkan sekelompok teknik pengambilan sampel yang mengandalkan penilaian peneliti ketika datang untuk memilih unit (misalnya orang, kasus/organisasi, peristiwa, potongan data) yang akan dipelajari (Firmansyah & Dede, 2022).

Teknik pengumpulan data merupakan tahapan penelitian yang paling strategis, karena tujuan utama penelitian adalah memperoleh data. Tanpa pengetahuan tentang teknik pengumpulan data, penelitian tidak akan memperoleh data yang memenuhi standar data yang telah ditetapkan (Nursalam, 2015). Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan tes kemampuan bola voli, tes yang dilakukan yaitu kemampuan passing bawah dengan sasaran ke tembok yang sudah disiapkan oleh peneliti. Teknik analisis data merupakan langkah-langkah yang akan menentukan hasil penelitian. Setelah data diperoleh dan dikumpulkan, lalu dilakukan analisis data. Setelah menerima data dalam bentuk satu skor, maka data tersebut dapat diklasifikasikan menjadi sesuai dengan kategori yang diidentifikasi. Jika sudah mendapatkan data maka teknis analisis data yang digunakan adalah dengan teknik presentase, dengan rumus sebagai berikut:

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

P = Angka persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Jumlah responden

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 6 Jimbung, yang terletak di Dusun Ngembel, Kecamatan Kalikotes, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah, pada hari Selasa, 05 Maret 2024. Subjek penelitian terdiri dari seluruh siswa kelas VI SD Negeri 6 Jimbung, yang berjumlah 35 siswa, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan. Fokus penelitian ini adalah untuk mengukur kemampuan dasar dalam permainan bola voli, khususnya teknik passing bawah, dari siswa kelas VI. Teknik *passing* bawah dinilai menggunakan tes Brumbach forearm pass wall-volley, yang umumnya digunakan untuk mengukur kemampuan *passing* bawah pada siswa dengan rentang usia 12-14 tahun. Dalam tes ini, siswa akan diminta untuk melakukan *passing* bawah secara berulang-ulang, dengan mengarahkan bola ke tembok atau target yang telah ditentukan, dengan waktu 60 detik.

Tes ini digunakan karena keandalannya dalam mengevaluasi kemampuan dasar dalam bola voli, terutama pada tahap perkembangan ini. Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui tes langsung terhadap siswa-siswa tersebut. Tes *passing* bawah dilakukan dengan standar yang telah ditetapkan, dengan memperhatikan teknik yang benar dan hasil yang diperoleh. Data hasil tes tersebut kemudian diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak Microsoft Excel. Analisis data bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan *passing* bawah siswa secara keseluruhan. Hal ini penting untuk memahami sejauh mana siswa-siswa telah menguasai teknik dasar permainan bola voli. Data yang diperoleh pada penelitian kemudian dianalisis dengan analisis deskriptif persentase. Berdasarkan analisis data yang diperoleh, maka hasil yang didapatkan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Hasil penilaian Tes Kemampuan *Passing* Bawah Siswa kelas VI

No	Skor	Jumlah Siswa	(%)
1	90	3	9%
2	80	3	9%
3	70	6	17%
4	60	4	11%
5	50	5	14%
6	40	5	14%
7	30	6	17%
8	20	3	9%
9	10	0	0%
Jumlah		35	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung terdapat 3 siswa dengan persentase 9% yang mendapat skor 90, 3 siswa dengan persentase 9% yang mendapatkan

skor 80, 6 siswa dengan persentase 17% yang mendapatkan skor 70, 4 siswa dengan persentase 11% mendapatkan skor 60, 5 siswa dengan persentase 14% mendapatkan skor 50, 5 siswa dengan persentase 14% mendapatkan skor 40, 6 siswa dengan persentase 17% mendapatkan skor 30, 3 siswa dengan persentase 9% yang mendapat skor 20, dan tidak ada siswa yang mendapatkan skor 10. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa siswa dominan mendapat skor 70 dengan jumlah 6 siswa dan skor 30.

Data hasil penelitian tes kemampuan *passing* bawah siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung tersebut akan diolah kembali untuk dimasukkan kedalam norma penilaian yang sesuai. Data yang di peroleh dari tes tersebut, dijumlahkan dan hasilnya akan digunakan sebagai data untuk menentukan norma tingkat kemampuan *passing* bawah siswa kelas VI 6 di SD Negeri 6 Jimbung.

Tabel 3.2 Hasil pengukuran kemampuan *passing* bawah siswa kelas VI

No	Data	Hasil
1	Nilai Tertinggi (Maksimum)	37
2	Nilai Rendah (Minimum)	7
3	Nilai rata-rata (Mean)	14
4	Nilai Tengah (Median)	13
5	Standar Deviasi	7

Tabel diatas merupakan hasil perhitungan dari data tes *passing* bawah siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung. Data tersebut akan digunakan untuk menentukan kategori tingkat kemampuan *passing* bawah siswa. Tabel kategori tingkat kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli memberikan panduan dalam mengklasifikasikan kemampuan siswa berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan. Klasifikasi ini dapat membantu dalam memahami sejauh mana siswa telah menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli, serta memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai distribusi kemampuan di antara siswa kelas VI tersebut. Dengan demikian, tabel kategori ini akan menjadi landasan untuk mengevaluasi dan menginterpretasikan hasil tes *passing* bawah siswa, sehingga memudahkan dalam merumuskan rekomendasi atau strategi lebih lanjut terkait dengan pengembangan kemampuan olahraga. kategori tingkat kemampuan *passing* bawah permainan bola voli dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Kategori acuan nilai

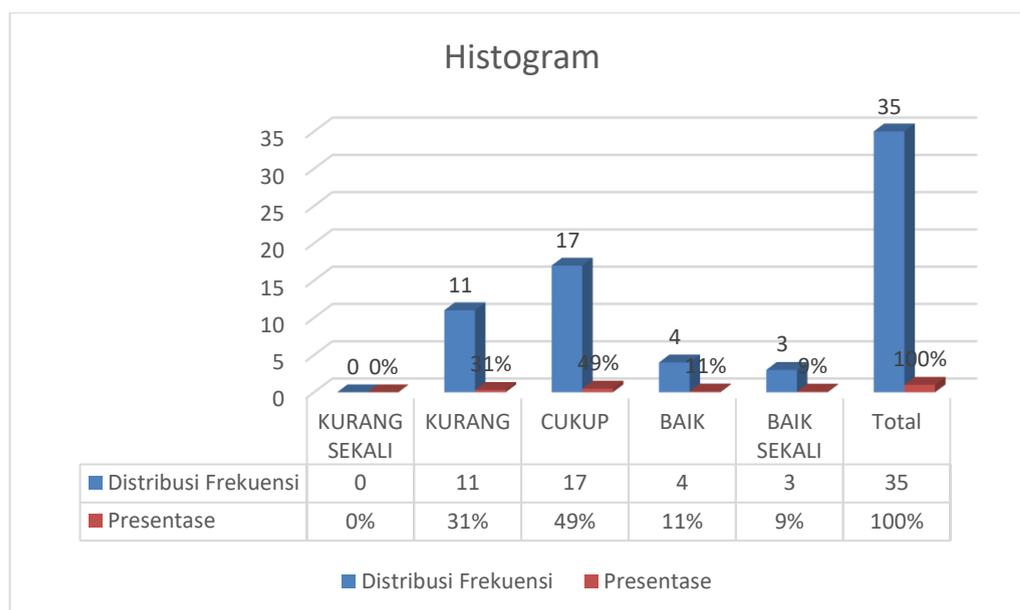
Kategori Acuan	Kelas interval
Baik sekali	$X > 24$
Baik	$17 < X \leq 24$
Cukup	$11 < X \leq 17$
Kurang	$4 < X \leq 11$
Kurang sekali	$X \leq 4$

Tabel diatas merupakan tabel acuan untuk menentukan kategori pada tes kemampuan *passing* bawah. Tabel tersebut memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai klasifikasi atau kategori kemampuan *passing* bawah yang dimiliki oleh setiap siswa, sehingga memudahkan untuk mengevaluasi tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli secara individual dan secara keseluruhan dalam kelas. Untuk hasil perhitungan pengkategorian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.4 Hasil penilaian *passing* bawah

Kategori	Distribusi Frekuensi	Presentase (%)
Baik sekali	3	9%
Baik	4	11%
Cukup	17	49%
Kurang	11	31%
Kurang sekali	0	0%
Total	35	100%

Berdasarkan hasil pengkategorian tingkat kemampuan *passing* bawah siswa kelas VI dapat dilihat, 3 siswa (9%) berkategori baik sekali, 4 siswa (11%) berkategori baik, 17 siswa (49%) berkategori cukup, 11 siswa (31%) berkategori kurang, dan 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali. Untuk melihat analisis yang lebih spesifik dapat dilihat dari histogram dibawah ini:



Gambar 3.1 Histogram hasil kategori penilaian *passing* bawah

PEMBAHASAN

Kemampuan *passing* bawah dalam bola voli adalah keterampilan untuk mengontrol dan mengarahkan bola menggunakan lengan bawah secara tepat dan efisien. kemampuan yang baik dalam *passing* bawah permainan bola voli mencakup beberapa aspek kunci, yaitu konsisten, reaksi cepat, komunikasi dan teknik yang benar. Kemampuan dasar *passing* bawah pada usia 12-14 tahun merupakan keterampilan yang sangat penting dalam pengembangan pemain bola voli muda. Pada rentang usia ini, fokus utama adalah membangun fondasi teknis yang kuat untuk kemampuan *passing* bawah. Ini melibatkan pembelajaran dan penguasaan teknik dasar, seperti posisi tubuh yang benar, sikap lengan yang stabil, dan gerakan yang konsisten dalam mengontrol dan mengarahkan bola dengan lengan bawah (forearm).

Dengan memperkuat kemampuan dasar *passing* bawah pada rentang usia 12-14 tahun, pemain dapat membangun fondasi yang kokoh untuk kemampuan mereka dalam bola voli. Ini memberikan dasar yang penting untuk pengembangan keterampilan yang lebih kompleks dan taktis di masa depan, serta membantu mereka menjadi pemain yang lebih efektif dan terampil dalam permainan tim. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VI di SD Negeri 6 Jimbung Kabupaten Klaten. Berdasarkan hasil perhitungan data pengukuran *passing* bawah permainan bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri 6 Jimbung diperoleh hasil, terdapat 3 siswa (9%) mendapatkan skor 90, 3 siswa (9%) mendapatkan skor 80, 6 siswa (17%) mendapatkan skor 70, 4 siswa (11%) mendapatkan skor 60, 5 siswa (14%) mendapatkan skor 50, 5 siswa (14%) mendapatkan skor 40, 6 siswa (17%) mendapatkan skor 30, 3 siswa (9%) mendapatkan skor 20, dan 0 siswa (0%) mendapatkan skor 10. Pada pengkategori kemampuan *passing* bawah menunjukkan bahwa 3 siswa (9%) diklasifikasikan sebagai baik sekali,

4 siswa (11%) sebagai baik, 17 siswa (49%) sebagai cukup, dan 11 siswa (31%) sebagai kurang. Tidak ada siswa yang diklasifikasikan sebagai kurang sekali. Dari hasil tersebut, dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan passing bawah yang cukup, namun ada juga yang memiliki kemampuan baik dan beberapa yang kurang. Hal ini menunjukkan adanya variasi dalam tingkat kemampuan siswa dalam teknik dasar permainan bola voli, yang dapat menjadi dasar untuk pengembangan program latihan yang lebih efektif dan terarah guna meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain bola voli.

4. PENUTUP

Tingkat kemampuan *passing* bawah pada siswa kelas VI SD Negeri 6 Jombang dapat dikategorikan “cukup”. Karena siswa-siswa ini belum mampu menjalankan teknik passing bawah dengan baik dan masih belum menguasai cara melakukan teknik passing bawah dengan benar. Disisi lainnya siswa-siswa ini masih menunjukkan tingkat kesulitan yang lebih besar dalam menguasai teknik passing bawah. Sebagian siswa masih memerlukan bimbingan dan latihan tambahan untuk memperbaiki teknik dasar passing bawah permainan bola voli, sedangkan beberapa siswa mungkin sudah menunjukkan kemajuan yang lebih baik namun masih belum mencapai tingkat yang diinginkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. I., Arso, S. P., & Wigati, P. A. (2020). Pembelajaran Bola Voli. In *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan di RSUD Kota Semarang* (Vol. 3).
- Bachtiar, I. (n.d.). *cedekia : jurnal ilmiah pendidikan analisis kemampuan passing bawah pada pemain bolavoli pada klub*. 84–91.
- Bakar, A., Nasuka, & imam Santosa. (2019). pengaruh latihan plyometric dan panjang tungkai terhadap smash UKM Bola voli Universitas tadulako. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 4(79), 66–74.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jscpe/article/view/37403%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jscpe/article/download/37403/15374>
- Erliana, M. (2014). Pengaruh pembelajaran model bermain terhadap keterampilan passing bawah bola voli mini. *Jurnal Multilateral*, 13, 53–62.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.
<https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Girsang, E. A., & Hendrawan, D. (2022). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli

- Melalui Metode Bermain. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 56–67. <https://doi.org/10.55081/jbpkm.v2i2.560>
- Hanggara, D., Syafiral, & Ilahi, B. R. (2018). Implemestasi Estrakulikuler Bola Voli di SMA N 1,2 dan 3 Bengkulu Tengah. *Kinestik, Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 16–22.
- Indarto, P. (2021). Pengaruh Latihan Drill Bola Pantul Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 95–102. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4620>
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Nugroho, H., Nugroho, D., Amirzan, A., Budiman, I. A., Fachrezzy, F., Sudarmanto, E., & Nyatara, S. D. (2021). Strategies to improve jump service skills at volleyball student activity unit of Muhammadiyah University of Surakarta. *Linguistics and Culture Review*, 6(July 2021), 37–48. <https://doi.org/10.21744/lingcure.v6ns3.1906>
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Nugroho, H., Maslikah, U., & Budiman, I. A. (2023). Basic Volleyball Technical Skills for Students: Validity and Reliability. *Physical Education Theory and Methodology*, 23(5), 747–753. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.5.13>
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Nyatara, S. D., & Marganingrum, T. (2021). Pendampingan Dan Pelatihan Peningkatan Kondisi Fisik Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Bolavoli Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Indonesian Collaboration Journal of Community Services*, 1(4), 236–243. <http://icjcs.esc-id.org/index.php/home/article/view/36>
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.4996>
- Mardian, R. (2020). Pengaruh Latihan Mengumpan Ke Dinding Dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Roli. *Malaysian Palm Oil Council (MPOC)*, 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>
- Murod, M. A. (2023). Pengaruh Kombinasi Latihan Plyometric Terhadap Keterampilan Smash Normal Di Tinjau Dari Kekuatan Otot Tungkai. *Eprints.Uny.Ac.Id*, 1–143. https://eprints.uny.ac.id/78652/1/fulltext_muh.aqil%20murod%20s.pd._21632251018.pdf
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian: Metodologi penelitian Skripsi. *Rake Sarasin*, 36.
- Pieter Pelamonia, S., hayati, H., & Firnanda, M. W. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding Dengan Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pada Klub Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 140–148. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4882>
- Prakoso, K. A., Maliki, O., & Kusumawardhana, B. (2021). *Olahraga Rekreasi Masa Pandemi Covid-19*

Di Simpang. 2, 78–87.

Sistiasih, V. S., Digdaya N, S., Dewi, P. A., & Rumpoko, S. S. (2022). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Mahasiswa Pendidikan Olahraga. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 22(2), 1411–8319.

Sistiasih, V. S., Nurhidayat, & Rumpoko, S. S. (2019). Model Latihan Passing Bawah Bola Voli untuk Usia Pemula di Klub Bola Voli Indonesia Muda Sragen. *Proceedings of the National Seminar on Women's Gait in Sports towards a Healthy Lifestyle*, April, 1–6.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Wardana, M. A. (2016). *Penilaian Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Melalui Tes Pengamatan Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 2 Sidoharum Tahun Ajaran 2015 / 2016*. 1–8.

Yusmar. (2017). Upaya peningkatan teknik permainan bola voli melalui modifikasi permainan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
<https://pajar.ejournal.unri.ac.id/index.php/PJR/article/view/4381>

