

## PENGARUH LATIHAN PASSING BERPASANGAN TERHADAP KETERAMPILAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI

<sup>1</sup> Muhamad Zaini, <sup>2</sup> Jeane Betty Kurnia Jusuf

<sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>1</sup> [Zainiisini19@gmail.com](mailto:Zainiisini19@gmail.com), <sup>2</sup> [jbk567@umkt.ac.id](mailto:jbk567@umkt.ac.id)

Recieved: Revised: Accepted:

### ABSTRAK

**Tujuan studi:** Penelitian ini bertujuan supaya melihat pengaruh pembelajaran *passing* bawah melalui latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas IXA di SMP IT MADINA. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di kelas IXA, 25 dari 30 siswa belum bisa mempergunakan teknik dasar bola voli dengan baik terutama *passing* bawah.

**Metodologi:** Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen. Sampel pada penelitian ialah semua siswa kelas IXA di SMP IT MADINA berjumlah 30 siswa. Instrumen pada penelitian ini ialah tes *passing* bawah ke dinding selama 60 detik. Metode yang digunakan untuk analisis data ialah uji normalitas, homogenitas, dan uji hipotesis yang dipergunakan supaya melihat pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah siswa kelas IXA di SMP IT MADINA.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan setelah diberikan *treatment* berupa *passing* berpasangan. *Pre-test* menghasilkan skor rata-rata 13,4 (kategori kurang). Setelah diberikan *treatment*, *post-test* menghasilkan peningkatan skor menjadi 24,31 (kategori baik). Disimpulkan adanya pengaruh metode latihan *passing* berpasangan pada keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas IXA di SMP IT MADINA.

**Manfaat:** Penelitian ini bisa memberikannya pengembangan ilmu latihan bola voli khususnya kemampuan *passing* bawah dengan metode *passing* berpasangan.

**Kata Kunci;** Bola Voli; Passing bawah; Latihan Berpasangan

### ABSTRACT

**Purpose of study:** The purpose of this study was to determine the effect of learning lower passing through paired passing exercises on lower passing skills in class IXA students at SMP IT MADINA. Based on the

observations of researchers in class IXA, 25 out of 30 students had not mastered the basic volleyball techniques, especially the underhand passing technique.

**Methodology:** This study uses experimental research. The sample in the study was all students of class IXA at SMP IT MADINA totaling 30 students. The instrument in this study was the Brumbach forearm pass wall-volley test for 60 seconds. The techniques used for data analysis were the normality test, homogeneity, and hypothesis testing which were used to determine the effect of pair passing exercises on the lower passing skills of class IXA students at SMP IT MADINA.

**Results:** The results of the study showed that there were differences after being given treatment in the form of passing in pairs. The pre-test produced an average score of 13.4 (poor category). After being given treatment, the post-test resulted in an increase in score to 24.31 (good category). It was concluded that there was an influence of the pair passing training method on volleyball underhand passing skills in class IXA students at SMP IT MADINA.

**Applications:** This research can give him the development of volleyball training knowledge, especially the ability to pass under the pair passing method.

**Keywords;** Volleyball; Bottom passing; Pair Exercise

---

## A. PENDAHULUAN

Bola voli ialah cabang olahraga yang umum dimainkan di ajang nasional maupun internasional. Permainan ini dimainkan dengan memukul bola di udara melewati jaring atau net. Tujuan permainan ini adalah supaya memperoleh skor dengan menjatuhkan bola ke daerah lawan (Mitranto, 2010). William G. Morgan sekaligus seorang Instruktur Pendidikan Jasmani adalah orang yang menemukan permainan bola voli pada 9 Februari 1895, di Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Awalnya permainan ini dikenal sebagai *Mintonette* (Anonim, 2022).

Permainan bola voli diciptakan 4 tahun sesudah adanya permainan bola basket. Permainan ini diciptakan dari gabungan beberapa cabang olahraga, yakni bola basket, bisbol, tenis, dan bola tangan (Bellis, 2019). Latihan merupakan suatu proses untuk meningkatkan kemampuan penampilan fisik seseorang, seperti bermain bola voli passing bawah saat waktu pelaksanaan Latihan seorang atlet berlatih bola voli passing tertentu tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan (Mahardika & dkk, 2020).

Cabang olahraga bola voli memiliki teknik dasar dalam permainannya. Teknik dasar tersebut yakni *passing* bawah, *passing* atas, *servis* bawah, *servis* atas, *smash* dan *block* (Mukholid, 2006). *Passing* bawah juga bisa dijadikan modal utama untuk membangun

serangan dan mengoper ke rekan satu tim (Saleh, Syahrudin, & Saleh). Dalam bermain bola voli, menguasai gerak dasar yang tepat sangatlah diperlukan. Gerakan dasar yang telah dikuasai dengan baik akan membuat permainan menjadi lebih menarik. Formasi dan variasi permainan juga lebih mudah dikembangkan apabila gerak dasar dalam bermain bola voli dilakukan dengan tepat (Ernailis, 2016). Dan permainan bola voli juga permainan yang melibatkan kerja sama tim, dimana menggunakan media bola sebagai *instrument* yang dimana melibatkan seluruh anggota tubuh, dari atas sampai bawah (Tariki, Lengkana, & Saputra, 2023)

*Passing* bawah termasuk teknik dasar yang diperlukan ketika bermain bola voli. SMP IT MADINA adalah salah satu pilihan SMP di Kota Samarinda. Sekolah ini bertempat di Jl. Mugirejo, Gg. Mukhlis Rt. 10 No. 01 Mugirejo. Kec. Sungai Pinang Kota Samarinda.

Saat melakukan gerakan *passing* bawah, siswa cenderung melakukan kesalahan. Kesalahan tersebut meliputi posisi persiapan atau kuda-kuda saat melakukan bola voli dan posisi lengan ketika *passing* bawah. Ketika *passing* bawah bola cenderung memantul atau melambung ke arah yang tidak beraturan. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu program latihan untuk mengatasi masalah yang berada di SMP IT MADINA, lebih utamanya ialah memberikan langkah yang tepat dalam memberikan pemahaman kepada siswa. Yaitu dengan memberi penjelasan dan arahan yang tepat ketika melakukan *passing* bawah ketika bermain bola voli, dengan menggunakan metode *passing* berpasangan.

Siswa diharapkan mampu mengikuti latihan secara berulang-ulang melalui metode latihan *passing* berpasangan. Hal ini bertujuan agar siswa bisa memahami serta melaksanakan *passing* bawah dengan baik dan benar. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti memiliki ketertarikan melaksanakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas IX A di SMP IT MADINA”

## **B. METODE**

Pada penelitian ini penulis memakai metode eksperimen. Ekperimen ialah sebuah metode dalam memperoleh keterkaitan sebab akibat dari faktor yang diciptakan secara sengaja oleh penelitian dengan menyisihkan faktor pengganggu. Dalam metode eksperimen metode ini biasanya

dipakai untuk menguji suatu hubungan sebab dan akibat. Eksperimen selalu digunakan untuk mengetahui hasil yang ingin diteliti (Rahmat & Wahidi, 2018). Sampel dalam penelitian ialah seluruh siswa kelas IXA di SMP IT MADINA berjumlah 30 siswa. Instrumen pada penelitian ini ialah tes *passing* bawah ke dinding (*Brumbach forearm pass wall-volley test*) selama 60 detik. Metode yang digunakan untuk analisis data ialah uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis yang dipakai guna mengetahuinya pengaruh latihan *passing* berpasangan pada keterampilan *passing* bawah siswa kelas IXA di SMP IT MADINA.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data keterampilan dasar permainan bola voli yakni *Passing* bawah siswa kelas IXa di SMP IT MADINA didapatkan melewati tes. Tes yang dipakai supaya mengetahui tingkat keterampilan dasar bola voli ini hanya memakai 1 item tes yakni: tes *Passing* bawah. Yang mana data *pre-test* dengan nilai tertinggi 26, nilai terendah 5, nilai rata-rata 13.4, nilai tengah 12.4, dan nilai standar deviasi 5,05. Sedangkan nilai *post-test* dengan nilai tertingginya 38, nilai terendahnya 15, nilai rata-rata 24.4, nilai tengah 24.5, dan standar deviasi 5,62. Hasil lengkapnya sebagai berikut:

**Tabel 1. Data *Pretest* dan *Posttest* *Passing* Bawah**

Nama Siswa	<i>PreTest</i>	<i>PosTest</i>
Afa	14	20
Am	13	21
Af	16	25
Aa	18	27
Aga	14	24
Dat	5	15
Dby	10	20
Daa	15	25
Dam	18	26
Far	10	19
FGj	10	20
Fam	11	21
Gap	12	23
Hra	17	25
Hdf	8	18
Hzm	9	18
Mapp	10	25

<b>Mer</b>	26	35
<b>Mal</b>	20	34
<b>Maf</b>	12	27
<b>Mfa</b>	8	19
<b>Mhza</b>	25	38
<b>Mr</b>	8	21
<b>Mrp</b>	20	34
<b>Ms</b>	11	23
<b>Mt</b>	7	18
<b>Rl</b>	10	29
<b>Rah</b>	18	29
<b>Sgn</b>	13	26
<b>Tm</b>	14	27

### 3.1. Hasil Tes

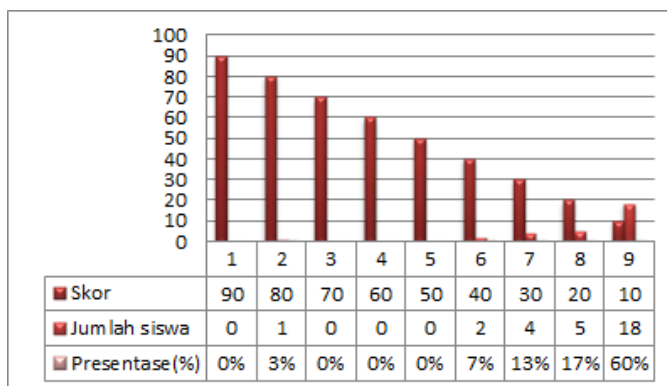
#### a. Pretest

Berikut merupakan hasil *pre-test Passing* bawah dari 30 siswa di SMP IT MADINA. Hasil penelitian tersebut didapatkan 0 siswa mendapat skor 90 dengan presentase 0%, kemudian 1 siswa mendapatkan skor 80 dengan presentase 3%, kemudian 0 siswa mendapatkan skor 70 dengan presentase 0%, kemudian siswa mendapatkan skoor 60 dengan presentase 0%, kemudian 0 siswa mendapatkan skor 50 dengan presentase 0%, kemudian 2 siswa mendapatkan skor 40 dengan presentase 7% , kemudian 4 siswa mendapatkan skor 30 dengan presentase 13%, kemudian 5 orang mendapatkan skor 20 dengan presentase 17%. Dan 18 orang mendapatkan skor 10 dengan presentase 60%.

**Tabel 2. Hasil Penilaian *pretest passing* bawah**

No	Skor	Jumlah siswa	Presentase(%)
1	90	0	0%
2	80	1	3%
3	70	0	0%
4	60	0	0%
5	50	0	0%
6	40	2	7%
7	30	4	13%
8	20	5	17%
9	10	18	60%
Jumlah		30	100%

Apabila ditampilkan dalam diagram batang maka hasil *pre-test*, diketahui pada gambar berikut:



**Gambar 1. Diagram Ketrampilan *Pre-test Passing* Bawah Siswa kelas IXa di SMP IT MADINA**

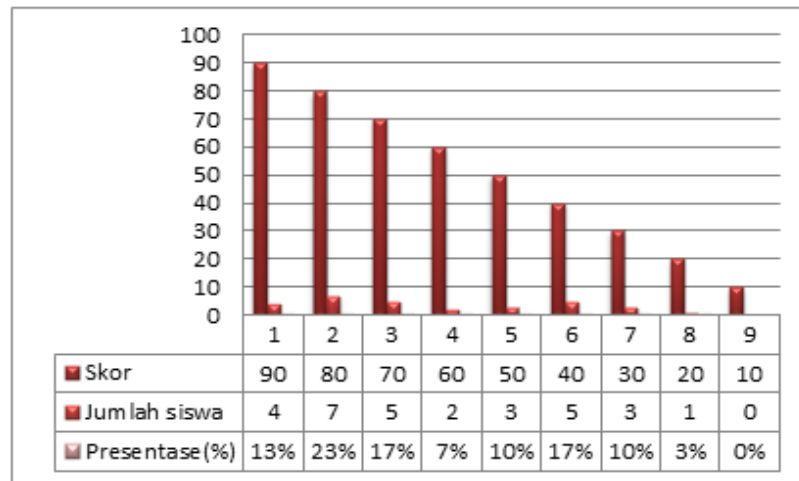
**b. *Posttest***

Berikut merupakan hasil *post-test Passing* bawah dari 30 siswa di SMP IT MADINA. Hasil penelitian tersebut didapatkan 4 siswa mendapat skor 90 dengan presentase 13%, kemudian 7 siswa mendapatkan skor 80 dengan presentase 23%, kemudian 5 siswa mendapatkan skor 70 dengan presentase 17%, kemudian 2 siswa mendapatkan skor 60 dengan presentase 7%, kemudian 3 siswa mendapatkan skor 50 dengan presentase 10%, kemudian 5 siswa mendapatkan skor 40 dengan presentase 17% , kemudian 3 siswa mendapatkan skor 30 dengan presentase 10% dan 1 orang mendapatkan skor 20 dengan presentase 3%.

**Tabel 3. Hasil Penilaian *Posttest Passing* Bawah**

No.	Skor	Jumlah siswa	(%)
1.	90	4	13%
2.	80	7	23%
3.	70	5	17%
4.	60	2	7%
5.	50	3	10%
6.	40	5	17%
7.	30	3	10%
8.	20	1	3%
9.	10	0	0%
Jumlah		30	100%

Apabila dipaparkan dalam bentuk diagram batan terlihat terhadap gambar berikut:



**Gambar 2. Diagram Keterampilan Posstest Passing Bawah Siswa Kelas IXA di SMP IT MADINA**

### 3.2. Hasil Penilaian Passing Bawah

Data perolehan penilaian tes *Passing* bahwa siswa kelas IXa di SMP IT MADINA nantinya diolah ulang supaya dimasukkan kedalam norma penilaiannya yang sesuai. Data yang didapatkan dari tes tersebut, diakumulasikan kemudian perolehannya selaku data guna menentukannya norma tingkat keterampilan *Passing* bawah siswa kelas IXa di SMP IT MADINA.

**Tabel 4. Hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test passing* bawah**

No.	Data	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1.	Nilai Tertinggi (maksimum)	26	38
2.	Nilai terendah (minimum)	5	15
3.	Nilai rata-rata (Mean)	13,4	24,4
4.	Nilai tengah (Median)	12,5	24,5
5.	Standar Deviasi(SD)	5,05	5,62

Berdasarkan hasil perhitungan data yang didapatkan dari perolehan pengukuran tes *pre-test* dan *post-test Passing* bawah pada siswa kelas IXA di SMP IT MADINA Perhitungan data tersebut nantinya dipergunakan untuk menentukannya kategori tingkat keterampilan *Passing* bawah siswa kelas IXA di SMP IT MADINA:

**Tabel 5. Hasil Kategori penilaian *pre-test passing* bawah**

No.	Kategori	Kelas interval	Jumlah	(%)
-----	----------	----------------	--------	-----

1.	Baik sekali	$\geq 21$	2	7%
2.	Baik	16-20	7	23%
3.	Cukup	11-15	10	33%
4.	Kurang	6-10	10	33%
5.	Kurang sekali	$< 5$	1	3%
	Jumlah		30	100%

**Tabel 6. Hasil kategori penilaian *post-test passing* bawah**

No.	Kategori	Kelas interval	Jumlah	(%)
1.	Baik sekali	$\geq 33$	4	13%
2.	Baik	27-32	5	17%
3.	Cukup	22-26	9	30%
4.	Kurang	15-21	12	40%
5.	Kurang sekali	$< 14$	0	0%
	Jumlah		30	100%

### 3.3 Hasil Uji Prasyarat

Setelah melakukan pengumpulan data penelitian pada sampel penelitian, maka selanjutnya akan melakukannya beberapa pengujian, yaitu Uji *Shapiro Wilk*, *Homogenitas*, dan *Paired Sample t-test*.

Pemakaian uji normalitas bertujuan guna mengetahuinya normal ataupun tidak distribusi data yang didapat, sementara untuk penggunaannya uji homogenitas bertujuan guna melihat apakah sampel penelitian diperoleh dari populasi homogen.

### 3.4. Uji Deskriptif

Berdasarkan dari perolehan *pre-test* dan *post-test* data keterampilan *passing* bawah siswa kelas IXA di SMP IT MADINA sebagai berikut:

**Tabel 7. Hasil kategori *pre-test* dan *post-test* siswa *passing* bawah**

	N	Min	Max	Mean	Sd
<i>Pre-test</i>	30	5	26	13.4	5.030573195
<i>Post-test</i>	30	15	38	24.4	5.529315811

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa perhitungan rata-rata, simpangan baku, varians nilai terendah, dan nilai tertinggi dari *pre-test* dan *posttest* pada:

Pada kelompok tes awal skor yang diperoleh rata-rata sebesar 13.4, simpangan baku 5.030, nilai terendah tes awal 5 poin, dan nilai tertinggi tes awal 26 poin. Sedangkan pada tes akhir *passing* bawah skor rata-rata sebesar 24.4, simpangak baku 5.529, nilai terendah



tes akhir 15 poin, dan nilai tertinggi tes akhir sebesar 38 poin. Sehingga diperoleh nilai antara nilai tertinggi dikurangi nilai terendah melakukan tes awal *passing* bawah sebesar 23 poin.

Maka pada uraian diatas ialah penggambaran umum perihal data yang didapatkan dari perolehan penelitian serta belum menampilkan perolehan yang sesungguhnya. Guna mengetahuinya perolehan yang sebenarnya maka dilaksanakan analisis memakai *statistic* parametrik guna pengujian hipotesis melewati uji t.

### 3.5. Uji Normalitas dan Homogenitas

#### a. Uji Normalitas

Pengujian ini menggunakan *Uji Shapiro Wilk*. Uji ini juga akan digunakan untuk menguji hipotesis sampel dari populasi yang terdistribusi normal, agar menerima ataupun menolak hipotesis dengan membandingkannya harga *sig* dengan 0,05. Kriterianya terima hipotesis jika *sig* > 0,05, dan jika kurang dari kriteria maka tolak hipotesis.

**Tabel 8. Hasil kategori normalitas**

Variabel	Nilai Signifikansi	Kesimpulan
PreTset	0,112	Berdistribusi Normal
Postest	0,113	Berdistribusi Normal

#### b. Uji Homogenitas

Uji ini dipakai supaya mengetahui apakah variansi data *Pre-test* dan *PostTest* homogen ataupun tidak, berikut hasil Uji Homogenitas.

**Tabel 9. Hasil kategori homogenitas**

Variabel	Nilai Signifikansi	Kesimpulan
PreTset-Postest <i>Passing</i> Bawah	0,614	Homogen

Dari tabel diatas bisa dilihat bahwa perhitungan didapatkan secara signifikan > 0,05. Yang dimana dapat diartikan bahwa sampel tersebut dinyatakan homogen

### 3.6. Analisis Data

Melalui penelitian yang telah diterapkan maka bisa ditarik simpulan bahwasannya benar terdapatnya pengaruh *passing* berpasangan terhadap keterampilan *passing* bawah bola voli yang signifikan

Perolehan uji t terangkum pada tabel berikut:

**Tabel 10. Hasil kategori Uji t**

	t-hitung	t-tabel	Sig.(2-tail)
PreTset-Posttest <i>Passing</i> Bawah	22,389	2,048	0,000

Dari tabel diatas bisa terlihat singnifikansi probability  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Berarti dapat disimpulkan bahwa ditemukan pengaruh signifikan dalam teknik latihan *passing* berpasangan pada keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas IXa di SMP IT MADINA.

Dimana kita ketahui dari pembahasan di atas dapat kita lihat dari bentuk keterampilan siswa ketika melakukan *passing* bawah dengan tepat sehingga mampu mendukung permainan bola voli dengan baik dan benar. Sehingga diperlukan teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli, termasuk gerakan *passing* bawah. Tujuan dari penelitian ini guna mengetahuinya tingkat keterampilan siswa ketika *passing* bawah pada siswa kelas IXa di SMP IT MADINA.

Hasil tes keterampilan *passing* bawah siswa kelas IXa di SMP IT MADINA pada permainan bola voli. Terdapat 4 siswa yang mendapat kategori Sangat baik dengan presentase 13%, kemudian 5 siswa mendapat kategori Baik dengan presentase 17%, kmudian 9 siswa mendapat katgori Cukup dengan presentase 30%, dan 12 orang mendapat kategori Kurang dengan presentase 40%. Untuk keterampilan *passing* bawah sebagian besar mendapatkan kategori baik, dikarenakan terlihat memiliki peningkatan dan perbedaan dari hasil *pretest* dan *posttest*. Hal tersebut memperlihatkan terdapatnya siswa kelas IXa yang belum menguasai teknik *passing* bawah pada permainan bola voli. Sehingga memberikan tugas untuk pelatih agar mampu meningkatkannya lagi program latihan dan meningkatkan lagi teknik dasar untuk bermain bola voli, termasuk teknik *passing* bawah.

#### **D. SIMPULAN**

Berdasarkan dari data hasil penelitian, bisa dilihat bahwasannya *passing* bawah siswa kelas IXa di SMP IT MADINA, dapat disimpulkan sebagai berikut: Data hasil pengukuran *passing* bawah siswa kelas IXa di SMP IT MADINA diatas, terdapat 4 siswa mendapat kategori

Sangat baik dengan presentase 13%, kemudian 5 siswa mendapat kategori Baik dengan presentase 17%, kemudian 9 siswa mendapat kategori Cukup dengan presentase 30%, dan 12 orang mendapat kategori Kurang dengan presentase 40%. Berdasarkan hasil keterampilan *passing* bawah, maka dapat disimpulkan memiliki kategori baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2022). *In 1895 William Morgan Invents Mintonette*. Retrieved from New England Historical Society: <https://www.newenglandhistoricalsociety.com/1895-william-morgan-invents-mintonette/>
- Bellis, M. (2019). *Invention and History of Volleyball*. Retrieved from ThoughtCo: <https://www.thoughtco.com/invention-and-history-of-volleyball-william-morgan-1992597>
- Ernailis. (2016). Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Strategi Latihan Sesama Teman Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 001 Empat Balai Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Journal Primary Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Riau*, 52-61.
- Mahardika & dkk, 2020. Pengaruh Teknik Effleurage dan Petrissage Terhadap Penurunan Perasaan Lelah Pasca Latihan Pencak Silat.
- Mitranto, E. S. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Pembukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Mukholid, A. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta:
- Ozawa, Y., Uchiyama, S., Ogawara, K., & Dkk. (2021). Biomechanical analysis of volleyball overhead pass. *SPORTS BIOMECHANICS*, 20, pp. 884-857.
- Pasaribu, A. M., & Nurkadri. (2023). Jurnal Ilmu Keolahragaan. *The Influence Of Reciprocal Teaching Style On Learning Outcomes Down Passing In Volleyball*, 6, Pp. 351-362
- Putri, S. A., Dlis, F., & Samsudin. (2020). Variation of Volleyball Basic Technique Through Games Approach. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, pp. 131-136

- Saleh, M. S., Syahrudin, & Saleh, M. S. (n.d.). The Effectiveness Of The Massed And Distributed Methods On The Low Pass Skill In Volleyball Game. *Journal Coaching Education Sports*, 4, pp. 71-82
- Tariki, T., Lengkana, A. S., & Saputra, Y. M. (2023). The Influence of Inclusion and Guided Discovery Teaching Style on Learning Results of Bottom *Passing* Volleball. *Jurnal Olahraga*, pp. 112-117
- Rahmat, D., & Wahidi, R. (2018). Pengaruh Latihan *Passing* Berpasangan Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli. *Olahraga*, III, 96-103