



## TINGKAT KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMP NU KAPLONGAN

Nur Mahfuzah Agustin<sup>1</sup>, Neifa Annufus<sup>2</sup>

Universitas Darul Ma'arif Indramayu<sup>12</sup>

[nurmahfuzah45@gmail.com](mailto:nurmahfuzah45@gmail.com), [nefaannufus@gmail.com](mailto:nefaannufus@gmail.com)

---

Artikel Masuk:

07-05-2025

Artikel Disetujui:

17-07-2025

Publikasi:

27-08-2025

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 13 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP NU Kaplongan. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dari total 13 orang sebanyak 1 orang atau sebesar 8% berkategori sangat baik, sebanyak 1 orang atau sebesar 8% berkategori baik, sebanyak 7 orang atau sebesar 54% berkategori cukup, sebanyak 4 orang atau sebesar 31% berkategori kurang, dan sebanyak 0 orang atau sebesar 0% untuk kategori sangat kurang dan. Berdasarkan analisis data hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 13 anggota ekstrakurikuler SMP NU Kaplongan yang mengikuti tes tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli, sebagian besar belum menguasai teknik *passing* bawah.

Kata Kunci: keterampilan, *passing*  
bawah, bola voli

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu bentuk aktivitas fisik yang menstabilkan atau kesehatan hormonal dan meningkatkan beberapa aspek psikologis seperti aspek pengetahuan dan aspek emosional. Menurut (Kardiyanto & Sunardi, 2020), olahraga adalah aktivitas fisik dan mental individu secara utuh yang dinyatakan sebagai aktivitas fisik dalam bentuk gerakan tubuh yang terkoordinasi dengan baik. Olahraga terdiri dari beberapa jenis, salah satunya adalah pendidikan jasmani, dimana pendidikan jasmani merupakan suatu proses latihan yang teratur dan berkesinambungan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani. Satuan pendidikan wajib menyelenggarakan kegiatan; (1) intrakurikuler, (2) korikuler dan (3) ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang mengembangkan keterampilan siswa, seperti kegiatan panduan, religi, seni dan olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi, minat, keterampilan, kerjasama dan karakter. Menurut (Hermawan & Rachman, 2018) ekstrakurikuler olahraga merupakan wadah bagi siswa untuk menyalurkan minat dan keterampilannya ke dalam cabang olahraga tertentu dengan tujuan untuk meningkatkan dan menyempurnakan keterampilan dan kemampuannya dalam bidang olahraga.

Dalam ekstrakurikuler olahraga ada berbagai cabang olahraga seperti sepak bola, basket, futsal, voli dan masih banyak lagi cabang olahraga lainnya. Bola voli sangat populer di kalangan anak-anak, remaja dan dewasa. Bola voli adalah olahraga yang dimainkan dalam dua kelompok yang terdiri dari 6 pemain (Anamita & Irsyada, 2023). Bola voli merupakan salah satu olahraga beregu yang menarik dan menyenangkan serta tidak membutuhkan banyak biaya untuk bermain. Menurut (PBVSI, 2024), bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang tujuannya menjatuhkan bola ke wilayah lawannya.

Bola voli cukup populer di kalangan masyarakat anak muda dan orang tua karena

bola voli cukup dan sederhana, hanya tanah atau tanah kosong yang diperlukan untuk mudah lapangan. Menurut (Erliana, 2014), permainan bola voli hanya membutuhkan lahan kosong yang dapat dijadikan lapangan, jaring net dan bola untuk memainkan permainan ini. Hal ini menjadi salah satu penyebab mengapa bola voli semakin berkembang di kalangan masyarakat di seluruh Indonesia, selain itu karena olahraga bola voli semakin marak pula, seperti adanya pembinaan pembinaan olahraga di dalam instansi perusahaan, pemerintahan dan lembaga pendidikan, baik di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), maupun di perguruan tinggi. Untuk dapat bergerak atau bermain bola voli dengan baik memang tidak mudah bagi anak usia muda, diperlukan proses untuk mengontrol keterampilan gerak anak dengan baik. Hal ini dikarenakan bola voli merupakan permainan yang membutuhkan percepatan, kelentukan dan kelincahan bagi setiap pemain bola voli.

Teknik dasar permainan bola voli terbagi menjadi empat yaitu: *block*, *serve*, *smash* dan servis. Menguasai teknik dasar sangat penting saat bermain bola voli. (Noerjannah & Sudijandoko, 2016) menjelaskan, untuk menguasai teknik dasar tersebut diperlukan latihan teknik dasar secara terus menerus dan serius agar dapat dengan mudah menguasai teknik bola voli. Teknik dasar merupakan teknik yang paling mendasar yang perlu kita pelajari untuk menguasainya, jika kita bisa menguasai teknik dasar bola voli maka keterampilan bermain bola voli akan terlihat bagus saat melakukan gerakan-gerakannya.

Bola voli merupakan permainan yang memerlukan latihan teratur dan terarah karena bola voli mencakup berbagai unsur gerak. Menurut (Winarno & Tomi, 2013), dalam permainan bola voli, operan adalah usaha seorang pemain bola voli menggunakan teknik tertentu untuk mengoper bola kepada rekan setimnya. operan (*passing*) juga bisa dilakukan dari atas (operan dari atas) dan dari bawah

(operan dari bawah). Menguasai teknik dasar *passing* bawah merupakan teknik yang biasanya pertama kali diajarkan di sekolah dan klub-klub, karena *passing* bawah merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima servis, menerima bola dari lawan, menerima bola setelah melakukan blok atau bola memantul dari net, dan terkadang untuk menyelamatkan bola yang terpentak jauh dari luar lapangan permainan.

Keterampilan teknik dasar bola voli merupakan hal yang terpenting untuk kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler memiliki keterampilan yang berbeda-beda, karena tidak semua siswa ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan mengetahui dan mempraktekan teknik dasar bola voli dengan baik dan benar. Dalam kegiatan ekstrakurikuler, permasalahan yang ditemukan ialah teknik dasar permainan bola voli telah diajarkan dan dilatih tetapi belum terlihat hasil keterampilan pada *passing* bawah bola voli, dikarenakan frekuensi latihan yang kurang dan keterbatasan waktu. Untuk itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP NU Kaplongan.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut (Parjaman & Akhmad, 2019) menguraikan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif merupakan metode yang tujuannya adalah untuk menjelaskan suatu keadaan, peristiwa, sasaran apakah orang, atau segala sesuatu terhadap variabel-variabel yang dapat dijelaskan melalui angka maupun kata-kata.

Populasi adalah jumlah dari keseluruhan subjek yang terlibat di dalam penelitian. Menurut (Parjaman & Akhmad, 2019) menyatakan bahwa “populasi adalah suatu wilayah umum yang terdiri dari:

objek/subjek dengan ciri dan sifat tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Sedangkan sampel merupakan bagian dari populasi yang ditentukan. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 13 siswa, teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh. Menurut (Parjaman & Akhmad, 2019) “*Sampling* jenuh dalam pengambilan sampel menggunakan seluruh siswa populasi sebagai sampel ini dilakukan bila populasi kurang dari 30 orang”.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah tes mengoperkan bola (*passing*), tujuan dari tes yang dilakukan adalah untuk dipergunakan sebagai tes mengukur keterampilan *passing* bawah. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan rata-rata, simpangan baku, uji kecenderungan data variabel penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Statistik

Hasil penelitian tentang tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan, diperoleh dari sampel siswa yang terdiri dari 13 siswa yaitu sebagai berikut.

Tabel 1. Perhitungan Rata-rata dan simpangan baku

No.	Nama	Nilai
1	A.I	25
2	A.L.Q	21
3	A.K	30
4.	A.N	11
5.	D.L	43
6.	E.F	16
7.	E.F	22
8.	F.F	25
9.	L.S	21
10	M.T	19
11.	N.A	25
12.	R.F.R.	14
13.	S.A	17
Rata-rata		22.23
Simpangan baku		8.11

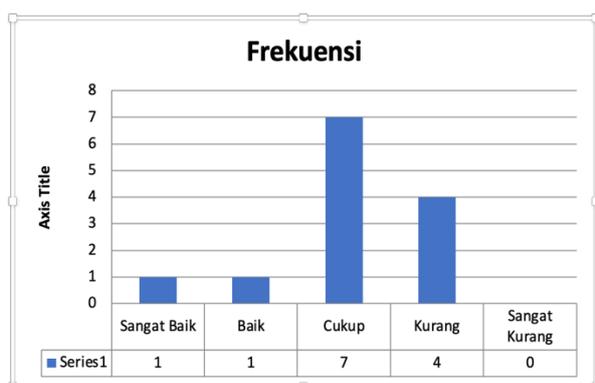
Selanjutnya hasil perhitungan uji kecenderungan data variabel penelitian dilakukan untuk mengkategorikan data penelitian dengan menggunakan rata-rata ideal dan simpangan baku ideal, untuk menentukan interval, kategori, frekuensi, dan persentase. Hasil perhitungan uji kecenderungan data variabel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Uji kecenderungan Data

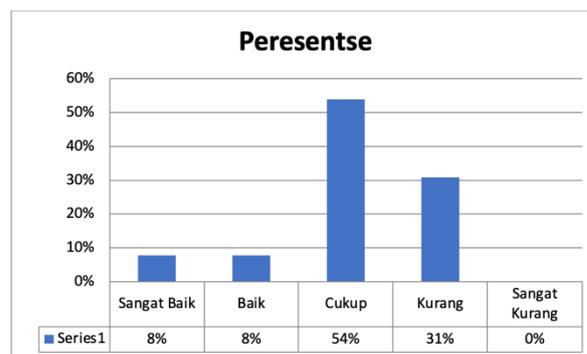
Interval		Kriteria	F	%
34	>34	Sangat Baik	1	8%
26	33-26	Baik	1	8%
18	25-18	Cukup	7	54%
10	17-10	Kurang	4	31%
9	<9	Sangat Kurang	0	0%
		Jumlah	13	100%

Dari pengambilan data yang dilakukan pada 13 anggota ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan, dengan melakukan tes keterampilan *passing* bawah. Maka hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *passing* bawah bawah 13 anggota ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan, memiliki tingkat yang berbeda-beda dari segi penguasaan keterampilan *passing* bawah.

Adapun untuk gambar grafik frekuensi dan persentase data mengenai tingkat keterampilan *passing* bawah pada 13 anggota ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 1. Frekuensi tingkat keterampilan *passing* bawah



Gambar 2. Presentase tingkat *passing* bawah

Berdasarkan gambar di atas maka dari total 13 orang sebanyak 1 orang atau sebesar 8% berkategori sangat baik, sebanyak 1 orang atau sebesar 8% berkategori baik, sebanyak 7 orang atau sebesar 54% berkategori cukup, sebanyak 4 orang atau sebesar 31% berkategori kurang, dan sebanyak 0 orang atau sebesar 0% untuk kategori sangat kurang.

## PEMBAHASAN

Dari data hasil penelitian yang telah dilakukan telah diketahui hasil dari tingkat keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli yang peneliti lakukan menggunakan tes mengoperkan bola (*passing*) pada dinding/tembok untuk petak sasaran oleh anggota ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan.

Hasil penelitian yang dapat kita lihat bahwa yang memiliki kemampuan sangat baik dan yang memiliki kemampuan kurang terdapat jarak yang begitu menonjol, ini memperlihatkan bahwa kemampuan setiap anak berbeda-beda karena dilihat dari faktor yang dimiliki sehingga memberikan hasil yang berbeda pula. Untuk anggota yang mendapatkan kategori sangat baik sebanyak 1 anggota dengan presentase 8%, teknik yang digunakan sesuai sehingga dalam mengarahkan bola menuju ke arah sasaran lebih bisa dikontrol, selain itu juga ada faktor lain yang dimiliki siswa yang tidak sepenuhnya diketahui oleh peneliti, bisa berupa latihan yang dilakukan oleh anggota ataupun mengikuti klub bola voli diluar sekolah. Untuk anggota yang mendapatkan kategori baik sebanyak 1 anggota dengan

presentase 8%, teknik yang digunakanpun sama cukup sesuai sehingga bisa mengarahkan ke sasaran, selain itu juga ada beberapa faktor yang mempengaruhinya antara lain latihan yang baik dan latihan diluar sekolah. Selanjutnya untuk anggota dengan kategori cukup sebanyak 7 anggota dengan presentase 54%, mereka tidak menggunakan teknik dengan benar sehingga kurang tepat dalam melakukan *passing* bawah ke dinding.

Untuk siswa yang memiliki tingkat kemampuan dengan kategori kurang sebanyak 4 anggota dengan presentase 31%. Hal ini juga terdapat faktor yang ditemukan, antara lain dari siswa yang melakukan tes banyak melakukan kesalahan dari teknik yang digunakan sehingga bola tidak mengarah kearah sasaran dengan benar dan bahkan keluar dari petak sasaran dan sebanyak 0 orang atau sebesar presentase 0% untuk kategori sangat kurang, tidak ada yang mendapatkan nilai sangat kurang. Adapun dari pemaparan tersebut didapatkan hasil rata-rata keseluruhan 13 anggota ekstrakurikuler bola voli yaitu sebesar 22,23 dan simpangan baku 8,11. Sehingga hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat kemampuan *passing* bawah bola voli ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan masuk dalam rata-rata kategori *passing* cukup.

Hal ini menggambarkan keadaan dilapangan pada tingkat kemampuan *passing* yang dimiliki oleh anggota ekstrakurikuler SMP NU Kaplongan perlu pengemasan latihan yang lebih baik dengan memperhatikan tingkat kemampuan anggota dan beberapa faktor yang mempengaruhi untuk nantinya dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan dan menguasai teknik *passing* bawah, karena dengan penguasaan teknik yang baik akan mendorong anggota untuk dapat melakukan permainan dengan tingkat yang lebih signifikan.

## SIMPULAN

Berdasarkan analisis data hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 13 anggota ekstrakurikuler SMP NU Kaplongan yang mengikuti tes tingkat keterampilan *passing* bawah bola voli, sebagian besar belum menguasai teknik *passing* bawah. Dilihat dari tingkat keterampilan yang didapatkan pada tes *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMP NU Kaplongan adalah termasuk pada kategori cukup.

Saran untuk siswa dengan lebih meningkatkan hasil belajar teknik *passing* bawah bolavoli melalui media menggunakan media dinding. Dan saran untuk pelatih sebaiknya selalu melakukan evaluasi (tes) secara rutin dan terencana agar dapat mengetahui kemampuan yang dimiliki setiap anggota, pada kegiatan ekstrakurikuler dapat memberi dukungan kepada anggota, agar dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih intensif dan terstruktur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Erliana, M. (2014). Pengaruh Pembelajaran Model Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Mini. *Jurnal Multilateral*, 13(1), 53-62. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v13i1.2462.g2163>
- Kharisma. Y., (2018). Modul Pembelajaran Bola Voli. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Rekreasi STKIP Nadhatul Ulama Indramayu.
- Winarno, M. E., & Tomi, A. (2013). *Teknik Dasar Bermain Bola Voli*. Malang.
- Kardiyanto, D. W., & Sunardi. (2020), *Kepelatihan Bola Voli*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.

- Anamita, A., & Irsyada, M. (2023). Evaluasi Sarana dan Prasarana Terhadap Prestasi Atlet Pada Tim Bola Voli Patrial 2013 Surabaya. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(1), 23–29.
- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh Pendekatan Latihan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Basket. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 100–109. <https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.20349>
- Noerjannah, I., & Sudijandoko, A. (2016). Kontribusi Konsentrasi Terhadap Keterampilan Ketepatan Servis Atas Bolavoli Pada Pemain Putri SMK Negeri 1 Kemlagi Mojokerto. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 47–50.
- Parjaman, T., & Akhmad, D. (2019). Pendekatan Penelitian Kombinasi: Sebagai “Jalan Tengah” Atas Dikotomi Kuantitatif-Kualitatif. *Jurnal Moderat*, 5(4), 530–548.
- PBVSI. (2024). Buku Peraturan Resmi Bolavoli 2025-2028. In *FIVB*. FIVB.