

# ANALISIS PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA PESERTA DIDIK EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMA NEGERI 1 MARABAHAN

Robby Setiawan Sitepu<sup>a</sup>, Norma Anggara<sup>b</sup>, Perdinanto<sup>c</sup>

<sup>a,b,c</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Lambung Mangkurat

email: <sup>a</sup>[2010122310026@mhs.ulm.ac.id](mailto:2010122310026@mhs.ulm.ac.id), <sup>b</sup>[norma.anggara@ulm.ac.id](mailto:norma.anggara@ulm.ac.id), <sup>c</sup>[perdinanto@ulm.ac.id](mailto:perdinanto@ulm.ac.id)

## INFO ARTIKEL

*Sejarah artikel:*  
Menerima 22 April 2024  
Revisi 01 Mei 2024  
Diterima 15 Juli 2024  
Online 16 Juli 2024

*Kata kunci:*  
Ekstrakurikuler, Passing bawah, Bola Voli, Peserta didik

*Keywords:*  
Extracurricular, Bottom Passing, Volleyball, Learners

*Style APA dalam mensitasi artikel ini: [Heading sitasi]*  
Robby Setiawan Sitepu, Norma Anggara, Perdinanto (2024). Analisis Passing Bawah Bola Voli Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Marabahan. Jurnal Ilmiah Penjas (10.2) (202-211)

## ABSTRAK

Taktik dasar passing bola voli yang digunakan oleh siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Marabahan menjadi tujuan penelitian ini. Sampel penelitian deskriptif kuantitatif ini adalah dua belas siswa SMA Negeri 1 Marabahan yang bermain bola voli secara ekstrakurikuler. Peserta dipilih melalui proses seleksi yang disengaja dengan mempertimbangkan beberapa faktor, salah satunya adalah pemahaman mereka tentang dasar-dasar bola voli. Penelitian ini menggunakan tes passing bola voli sebagai metode pengumpulan datanya. Metode analisis data terdiri dari protokol pengujian, desain survei, dan statistik deskriptif. Analisis data penelitian mengungkapkan bahwa 12 siswa SMA Negeri 1 Marabahan yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli memiliki kemampuan passing yang kurang baik. Temuan ini didasarkan pada hasil tes passing bawah siswa SMAN 1 Marabahan serta pemeriksaan keterampilan dasar passing bola voli siswa, dimana batang tubuh tetap tegak dan kaki tidak ditekuk. Membungkuk mengakibatkan teknik dasar passing bola voli kurang ideal dan mata masih belum fokus pada bola.

## ABSTRACT

*Basic volleyball passing tactics used by extracurricular students at SMA Negeri 1 Marabahan is the aim of this research. The sample for this quantitative descriptive research was twelve students of SMA Negeri 1 Marabahan who played volleyball extracurricularly. Participants are selected through a deliberate selection process taking into account several factors, one of which is their understanding of the basics of volleyball. This research uses a volleyball passing test as a data collection method. Data analysis methods consist of testing protocols, survey design, and descriptive statistics. Analysis of research data revealed that 12 students of SMA Negeri 1 Marabahan who took part in volleyball extracurriculars had poor passing abilities. This finding is based on the results of the students' lower passing test at SMAN 1 Marabahan as well as an examination of the students' basic volleyball passing skills, where the torso remains upright and the legs aren't bent. Bending makes the basic volleyball passing technique less than ideal and the eyes are still not focused on the ball.*

## 1. Pendahuluan

Program yang ditawarkan selama jam sekolah sebagai tanggapan terhadap persyaratan dan kondisi sekolah dikenal sebagai ekstrakurikuler. Olahraga, kependuan, dan seni merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang khas. Olahraga merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang paling digemari di kalangan pelajar.

Kegiatan olahraga diminati untuk penyegaran tubuh setelah kegiatan belajar mengajar atau hanya sekedar untuk bermain dengan teman-teman. Selain itu, ekstrakurikuler dibidang olahraga akan memperluas pengetahuan dan kemampuan olahraga siswa sehingga dapat menghasilkan prestasi di bidang yang diminati (Lestari, 2016).

Bola voli merupakan kegiatan ekstrakurikuler yang populer di kalangan siswa SMAN 1 Marabahan. Salah satu olahraga yang sudah lama merambah masyarakat adalah bola voli. Latihan bola voli bisa dilakukan untuk menjadi ahli dalam server, passer, smasher, dan blocker bola voli (Astuti et al., 2015; Hermanzoni, 2020). Dalam permainan Bolavoli tentunya para pemain harus mempunyai kecakapan yang baik sehingga bisa mencapai prestasi (Astuti et al., 2015; Pratiwi & Anggara, 2021; Syafruddin, 2019). Olahraga ini telah membentuk beberapa komunikasi di suatu negara, masyarakat, desa ataupun komunitas antar sekolah dan perguruan tinggi. Ini adalah perlengkapan olahraga dasar yang dapat diakses oleh semua kelompok umur, termasuk wanita, pria, anak-anak, dan orang tua. Hasilnya, semua orang senang memainkan olahraga ini (Ridwansyah et al., 2021).

Permainan bola yang harus dibentuk tim atau regu adalah permainan bola voli. Untuk memenangkan permainan, semua pemain harus bekerja sama dan saling membantu. Untuk mencapai kolaborasi yang unggul dan memenangkan suatu pertandingan, bola voli perlu memperkuat kemampuannya dalam mengoper akurat dan terampil (Rahmat Fadhli, 2023). Jadi passing bawah dalam permainan bola voli adalah merupakan serangkaian gerakan mulai dari mencondongkan badan, sedikit kedepan, dengan kedua kaki ditekuk, kemudian menggenggamkan kedua tangan dengan posisi kedua lengan dan kedua ibu jari lurus sejajar tanpa menekuk kedua siku. Setiap pemain harus mahir dalam dasar-dasar bola voli. Setiap pemain dapat melakukan gerakan ini dengan mahir jika mereka sering berlatih. Untuk mencapai performa sempurna, pemain bola voli perlu sering melakukan latihan terstruktur (Bangun, 2019).

Karena permainan bola voli telah dimainkan dalam beberapa event, maka

berkembang menjadi olahraga yang dikenal seluruh masyarakat dan dunia. Permainan bola voli ini memadukan unsur bola tangan, baseball, dan bola basket menjadi satu permainan besar. William G. Morgan pertama kali menemukan permainan ini pada tahun 1870, dan sejak itu permainan ini mendapatkan popularitas sebagai olahraga publik. Servis, passing, smash, dan Blocking merupakan beberapa keterampilan dasar permainan bola voli yang boleh dikuasai (Rahmani, 2014). Metode dasar dalam permainan bola voli yang telah dibahas sebelumnya memiliki tujuan yang berbeda-beda. Fungsi servis digunakan untuk memulai permainan, fungsi passing digunakan untuk menerima dan memainkan bola-bola yang masuk ke area lawan atau datang dari rekan satu tim, dan fungsi smash digunakan untuk menyerang area lawan dalam upaya mematikan bola yang melintas ke dalamnya. atau paling tidak menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna dan blok yang mencegah serangan balik dari lawan.

Untuk membentuk pola ofensif terhadap lawan, seorang pemain harus melakukan passing terlebih dahulu. Tujuan dari passing bola voli adalah untuk mentransfer bola kepada temannya secepat mungkin agar mereka dapat bermain di lapangannya sendiri (Andrianzah, 2019; Dhona, 2011) . Untuk mencapai kolaborasi yang unggul dan memenangkan suatu pertandingan, bola voli perlu memperkuat kemampuannya dalam mengoper akurat dan terampil. Dalam permainan bola voli terdapat dua teknik passing yang berbeda yaitu passing bawah dan passing atas. Dalam bola voli, passing mengacu pada gerakan mengumpangkan bola kepada rekan satu tim atau teman sambil menggunakan keterampilan tertentu. Pemain bola voli harus mahir dalam metode passing bawah, yang merupakan keterampilan yang sangat penting (F. Hidayat & Rifki, 2020; S. Hidayat et al., 2018). Menerima bola awal atau bola servis dari lawan, mengoper bola ke rekan satu tim, dan menghentikan serangan atau smash tim lawan adalah beberapa tujuan utama dari down pass (Asnaldi, 2020). Bola yang dioper ke rekan satu tim melalui underpass dapat mengurangi dampak pukulan keras bola. Selanjutnya, arahkan bola ke teman agar mereka bisa mengumpangkan atau mengopernya kepada mereka.

Dalam membentuk permainan yang sempurna setiap individu dalam tim harus menguasai teknik dan strategi bermain yang baik. Teknik dalam bermain dapat menentukan menang kalah suatu tim. Oleh karena itu, setiap siswa harus memiliki pemahaman dasar tentang keterampilan bola voli untuk meningkatkan kemajuan akademik dalam olahraga tersebut (Fauzi et al., 2022). Ada beberapa taktik dalam permainan bola voli yang perlu dipahami siswa. Berikut beberapa teknik permainan bola voli: smash (serangan pukulan), passing (mengoper bola), dan service (pukulan pertama), yang meliputi servis bawah dan atas. Smash terbuka, smash cepat, smash panjang, dan block (menghalangi bola) merupakan beberapa gaya smash. Penulis akan mengkaji strategi passing bawah siswa SMAN 1 Marabahan dengan menggunakan beberapa strategi berikut.

Bola voli merupakan permainan yang menuntut tingkat akurasi passing yang tinggi. Passing atas dan passing bawah merupakan dua gaya passing utama yang digunakan dalam permainan bola voli. Menerima smash atau servis dari lawan dapat dipermudah dengan melakukan passing. Langkah pertama dalam mempersiapkan serangan adalah melewatinya. Ini hasil dari passing berperan memudahkan pemain untuk mengarahkan bola ke pengumpan dan menerima service sehingga akan menghasilkan poin. Passing yang akurat dan mematikan lawan akan menghasilkan poin yang besar bagi tim. Selain menyerang, passing juga digunakan untuk bertahan (Nugraha et al., 2020). Dalam penelitian ini akan dianalisis passing bawah. Menggunakan kedua tangan untuk menerima bola dikenal dengan istilah underpassing. Passing merupakan kebiasaan umum untuk menerima servis dan serangan balik dari lawan dengan menggunakan metode underpassing.

Untuk membentuk pengalaman bermain bola voli dan mengasah teknik peserta didik SMAN 1 Marabahan maka diperlukan latihan ekstrakurikuler bola voli yang teratur. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli yang ditawarkan SMAN 1 Marabahan sangat diminati oleh para siswa, apapun jenis kelaminnya. Latihan bola voli ini dilaksanakan dalam satu kali seminggu. Latihan dilaksanakan setelah pulang sekolah yaitu pada pukul 16.30 WITA– 18.00 WITA. Setelah melakukan observasi, penulis

menemukan bahwa permainan bola voli di SMAN 1 Marabahan terkesan monoton dan tidak memiliki strategi yang tepat. Siswa berbeda dalam bakat dan kemampuannya. Saat melakukan passing bawah, sikap yang tidak tepat termasuk tidak membuka kaki selebar bahu, menekuk lutut, dan menekuk badan ke depan secukupnya. Selain itu, lengan siswa tetap ditekuk dalam posisi passing ke bawah.

## **2. Metode**

Strategi penelitian menggunakan metodologi deskriptif kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah menilai kemampuan passing bawah siswa ekstrakurikuler bola voli SMA 1 Marabahan dengan menggunakan teknik survei dengan proses tes. Peneliti mempermudah dan mengatur pekerjaannya dengan menggunakan instrumen penelitian, yaitu alat untuk mengumpulkan data. Uji kemampuan merupakan salah satu penilaian dan tes yang digunakan dalam penelitian ini (Arikunto, 2010). Untuk mengumpulkan informasi dalam latihan down passing, peneliti mengadakan Tes Kemampuan Down Passing (tes Brady), yaitu dengan cara memantul ke dinding dan memerlukan persiapan tubuh untuk melakukan passing bawah.

Siswa memulai memegang bola dengan kedua tangan menghadap dinding, kedua kaki ditekuk dan dibuka selebar bahu, serta postur tubuh condong ke depan. ,pelaksanaannya bola di lemparkan ke arah tembok dan pantulan bola dari arah tembok di passing ke arah tembok. Ukuran tembok untuk tes dan pengukuran passing bawah lebar sasaran 1,52m dan tinggi tembok 3,35m dari lantai, jarak peserta didik dari tembok 1-2m, dan permukaan tembok harus rata dan halus (Alwahhab, 2023). Selain tembok alat yang di gunakan untuk tes dan pengukuran adalah stopwatch, pita pengukur, peluit, alat tulis, dan bola voli. total poin yang diperoleh dalam periode 60 detik. Selanjutnya, Data dicatat berdasarkan seberapa baik setiap peserta didik dapat mengoper bola selama pertandingan bola voli. Analisis deskriptif kuantitatif merupakan teknik yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini. Penggunaan skor dan kategori untuk analisis deskriptif kuantitatif.

Dua belas siswa SMAN 1 Marabahan yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli dijadikan sebagai populasi dan sampel dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk menilai kemampuan passing siswa ekstrakurikuler bola voli SMAN 1 Marabahan dengan menggabungkan metodologi tes Brady dengan metode survei. Skor tes dan pengukuran dievaluasi menggunakan metode statistik deskriptif, dan hasilnya ditampilkan sebagai skor. Penelitian menggunakan prosedur analisis data yang telah ditetapkan atau ditentukan dengan baik. Setelah itu, diberikan penjelasan singkat dalam format yang lebih mudah dibaca dari data yang dikumpulkan. Berikut tabel norma kriteria penilaian passing bawah :

No	Interval	Kriteria
1	86%-100%	ISTIMEWA
2	69%-85%	BAIK SEKALI
3	52%-62%	BAIK
4	35%-51%	SEDANG
5	18%-34%	KURANG
6	0%-17%	SANGAT KURANG

**Tabel 1.** Tabel Penilaian Passing Bawah

### 3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini adalah penelitian yang dianalisis menggunakan analisis data secara manual. Pelaksanaan penelitian diadakan di SMAN 1 Marabahan tanggal 19 februari 2024 dengan jumlah 12 peserta didik ekstrakurikuler bola voli. pelaksanaan penelitian dimulai dari pengambilan data hasil brady test untuk mengetahui kemampuan peserta didik. kemudian ke metode statistik deskriptif, yang menghasilkan skor.

Tabel 2. Tabel Hasil Penelitian Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Marabahan

No	Interval	Kriteria	Frekuensi	Persentase
1	86%-100%	ISTIMEWA	0	0%

2	69%-85%	BAIK SEKALI	0	0%
3	52%-62%	BAIK	0	0%
4	35%-51%	SEDANG	9	75%
5	18%-34%	KURANG	0	0%
6	0%-17%	SANGAT KURANG	3	25%
			12	100%

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa dari 12 siswa ekstrakurikuler bola voli SMAN 1 Marabahan menunjukkan rendahnya tingkat penguasaan teknik passing bawah bola voli. Hal ini bisa jadi merupakan penyebab prestasi pada ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Marabahan kurang berkembang. Berdasarkan hasil penelitian terdapat 9 peserta didik berada pada kategori "Sedang" dengan presentasi 75% dan 3 peserta didik berkategori "Sangat Kurang" dengan presentasi 25%. Sedangkan untuk kategori "Istimewa", "Sangat Baik" dan "Baik" tidak ada peserta didik dari ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Marabahan yang mampu mencapai kategori tersebut. Dari dua belas peserta didik yang menjadi sampel penelitian penilaian passing bawah bola voli peserta didik sudah melakukan penilaian dengan baik dalam waktu enam puluh detik yang dialokasikan. Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan menunjukkan bahwa peserta didik pada ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Marabahan masih sangat rendah dengan kategori "Sedang" dan "Sangat Kurang" dan perlu latihan untuk peningkatan teknik passing bawah bola voli.

#### **4. Simpulan**

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan underpassing bola voli siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Marabahan masuk dalam kategori "Sedang" 75% dan "Sangat Kurang" 25% setelah dilakukan penelitian dan evaluasi data pada mata pelajaran tersebut. Temuan ini didasarkan pada rendahnya hasil tes passing pada siswa di SMAN 1 Marabahan serta analisis siswa dalam melakukan teknik dasar passing bola voli. Teknik dasar mengoper akan kurang ideal karena tubuh siswa masih berdiri tegak, kaki tidak ditekuk, dan pandangan tidak terfokus pada bola.

Rekomendasi dapat diberikan kepada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli berdasarkan analisis data dan kesimpulan. Hal ini didasarkan pada gagasan bahwa teknik dasar adalah aspek terpenting dalam bermain bola voli, dan siswa harus terus berlatih mengasah teknik passing dasar pada khususnya. Siswa dapat bermain bola voli secara maksimal dan mencapai tujuan jika siswa menguasai dasar-dasarnya. Guru juga harus mampu mengendalikan peserta didik dalam suasana seperti ini (Anggara et al., 2021; Erwinsyah, 2017). Sekolah hendaknya selalu menyediakan sarana dan prasarana yang diperlukan untuk kegiatan ekstrakurikuler agar siswa dapat tumbuh menjadi pribadi-pribadi berbakat yang mampu berkembang dan memenuhi kebutuhan sekolah. Peserta didik diharapkan dapat menemukan dan mengembangkan pengetahuan dan keterampilan baru sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Dengan demikian, mereka akan lebih memahami dan lebih memaknai pengetahuannya.

## **5. Referensi**

- Alwahhab, D. D. (2023). Pengaruh Latihan Dengan Menggunakan Permainan Net Terhadap Peningkatan Passing Atas Bola Voli Atlet Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Kozinatul Ulum Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)*, 8(01).
- Andrianzah, D. (2019). *Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Mini Dengan Metode Bermain Pada Siswa Kelas V Di Sdn 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat*. Universitas Negeri Jakarta.
- Anggara, N., Perdinanto, P., & Erliana, M. (2021). Sosialisasi dasar pembelajaran permainan bola besar berbasis record untuk guru pjok di kecamatan kusan hilir kabupaten tanah bumbu. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 249–254.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. (No Title).
- Asnaldi, A. (2020). Meningkatkan keterampilan passing atas bola voli melalui media pembelajaran menggunakan alat bantu. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 2(1), 23–35.
- Astuti, S. I., Arso, S. P., & Wigati, P. A. (2015). Analisis standar pelayanan minimal pada instalasi rawat jalan di RSUD Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*,

*Analisis Passing Bawah Bola Voli Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Marabahan Robby Setiawan Sitepu, Norma Anggara, Perdinanto*  
3(1), 103–111.

Bangun, S. Y. (2019). Peran pelatih olahraga ekstrakurikuler dalam mengembangkan bakat dan minat olahraga pada peserta didik. *Jurnal Prestasi*, 2(4), 29.

Dhona, R. H. (2011). *Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Menggunakan Metode Taktis Dan Drill Terhadap Keterampilan Passing Bolavoli Ditinjau Dari Kemampuan Motorik*. UNS (Sebelas Maret University).

Erwinsyah, A. (2017). Manajemen pembelajaran dalam kaitannya dengan peningkatan kualitas guru. *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 5(1), 69–84.

Fauzi, M. S., Cahyono, D., Naheria, N., & Ningsih, F. (2022). Pengaruh Latihan Forward Raise Dan Dumbell Pull Over Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Mulawarman. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 10075–10083.

Hermanzoni, H. (2020). Pengaruh Kekuatan Otot Lengan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Smash Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 2(2), 654–668.

Hidayat, F., & Rifki, M. S. (2020). Pengaruh latihan drill terhadap peningkatan kemampuan passing bawah pemain bolavoli. *Jurnal Stamina*, 3(11), 805–811.

Hidayat, S., Riyanto, P., & Rosman, D. B. (2018). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli Siswa Eksrakurikuler SMK Negeri 1 Subang. *Biormatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(01).

Lestari, R. Y. (2016). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Watak Kewarganegaraan Peserta Didik, *Untirta Civic Education Journal*. Volume, 1, 2–136.

Nugraha, A. A., Hamdiana, H., & Sapulete, J. (2020). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Basket pada Siswa SMA Negeri 1 Tenggara Seberang. *Borneo Physical Education Journal*, 1(2), 10–21.

Pratiwi & Anggara, E. (2021). Pengembangan Model Passing Bawah Bolavoli Pada Atlet Pemula Universitas Islam Kalimantan Mab Banjarmasin. *Jurnal Halaman Olahraga Nusantara*, 4(1), 23–37.

Rahmani, M. (2014). Buku super lengkap olahraga. *Jakarta: Dunia Cerdas*.

Rahmat Fadhli, E. M. (2023). *Mahir Bermain Sepak Bola*. Indonesia Emas Group.

Ridwansyah, Huda, S., & Fauzi, M. S. (2021). Survei Minat Dan Motivasi Siswa-Siswi Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri Kota

*Analisis Passing Bawah Bola Voli Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Marabahan*  
Robby Setiawan Sitepu, Norma Anggara, Perdinanto

Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*, 2(1), 64–73.

Syafruddin, M. A. (2019). Pengaruh Struktur Tubuh dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Atlet Kota Makassar. *Jendela Olahraga*, 4(2), 20–36.