

## **SURVEI KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *PASSING* BOLA VOLI PADA SISWA SMK NEGERI 2 TARAKAN**

Abd. Rahman

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta

[Afkottarakan15@gmail.com](mailto:Afkottarakan15@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; (1) Sejauh mana kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan. (2) Sejauh mana kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan. Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan survei. Populasinya adalah seluruh siswa kelas X SMK Negeri 2 Tarakan yang berjumlah 165 orang siswa. Sampel penelitian ini diambil dari 15% dari jumlah populasi yaitu sebanyak 25 orang siswa. Teknik penentuan sampel adalah dengan teknik *random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) Kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan masuk dalam kategori cukup dengan presentase 72%, (2) Kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli siswa pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan masuk dalam kategori cukup dengan presentase 88%.

**Kata Kunci:** Survei Kemampuan, Teknik dasar *passing*, Bola voli

### **PENDAHULUAN**

Berdasarkan pengamatan selama ini sebagai guru mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMK Negeri 2 Tarakan dalam proses pembelajaran dan jam istirahat, melihat bahwa kemampuan teknik dasar bermain bola voli siswa SMK Negeri 2 Tarakan tergolong cukup baik, hal ini disebabkan oleh antusias siswa di SMK Negeri 2 Tarakan yang sangat tinggi, walaupun antusias bermain bola di SMK Negeri 2 Tarakan sangat tinggi, namun masih ada juga sebagian siswa yang belum mampu dalam menguasai teknik dasar bermain bola voli dengan sempurna terutama dalam melakukan teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli, sehingga peneliti beranggapan mungkin hal ini disebabkan kurangnya sarana dan prasarana yang menunjang dalam bermain bola voli, pemahaman, dan pengetahuan siswa tentang teknik dasar yang baik dan benar dalam permainan bola voli terutama mengenai teknik dasar *passing*, namun ini semua masih anggapan penulis sehingga perlu pembuktian secara ilmiah dengan melakukan suatu tes

supaya dugaan permasalahan yang ada dapat dibuktikan secara reel mengenai kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar terutama dalam melakukan teknik dasar *passing bawah* dan *passing atas*. Padahal teknik ini mempunyai pengaruh dan perang penting dalam kesuksesan suatu regu untuk melakukan sebuah penyerangan yang maksimal demi untuk mendapatkan tambahan poin dalam permainan.

Berdasarkan uraian dan penjelasan tersebut, penulis tertarik untuk melihat, mengetahui dan membuktikan secara ilmiah mengenai sejauh mana kemampuan teknik dasar bermain bola voli terutama teknik dasar *passing* pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan sehingga penulis mengadakan penelitian dengan judul: Survei kemampuan teknik dasar *passing* bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.

#### **A. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui sejauh mana kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.
2. Untuk mengetahui sejauh mana kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.

#### **B. Manfaat Penelitian**

1. Sebagai bahan pertimbangan dalam mengajar khususnya cabang olahraga bola voli terutama mengenai teknik dasar bermain bola voli.
2. Sebagai bahan evaluasi mengenai kemampuan siswa.

#### **KAJIAN PUSTAKA**

Olahraga permainan bola voli merupakan sebuah media belajar yang bisa mendorong dan mengembangkan beraneka macam unsur seperti unsur kondisi fisik, perkembangan mental, keterampilan motorik, dan pengetahuan (Santoso, 2015:1). Olahraga permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, dimana masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain yang berada pada bidang lapangan masing-masing yang dibatasi sebuah net dan bola dimainkan sebanyak 3 (tiga) kali pada daerah lapangan sendiri lalu diberikan kepada lawan. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Irsyada (2000:13) bahwa dalam olahraga permainan bola voli, bola boleh dimainkan/dipantulkan dengan temannya secara bergantian sebanyak tiga kali berturut-turut sebelum diarahkan ke daerah lapangan lawan. Setiap regu berusaha agar bola tidak jatuh di dalam lapangan sendiri atau memainkan bola supaya bola jatuh di dalam lapangan lawan, sehingga bisa memperoleh sebuah poin atau kesempatan dalam melakukan servis.

Irfan Zinat Achmad, (2016:79) mengatakan bahwa permainan yang dilakukan di dalam lapangan yang berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Sedangkan menurut Iskandar dan Satrio (2016:321) bahwa permainan bola voli adalah sebuah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net, dengan cara memukul bola di atas udara dengan cara melewati jaring berupa net, dengan tujuan menjatuhkan bola di daerah lapangan lawan untuk mendapatkan angka atau poin kemenangan dalam permainan.

Olahraga permainan bola voli dapat dimainkan di segala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun permukaan lantai buatan, dan dapat dilakukan di dalam ataupun di luar gedung.

#### **A. Teknik Dasar Bermain Bola Voli**

Dalam permainan bola voli terdapat teknik-teknik dasar bermain bola voli yang harus dikuasai seorang pemain antara lain; servis, *passing*, *smash* dan *block*. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Irfan Zinat Achmad, (2016:79) bahwa ada beberapa keterampilan yang perlu dikuasai oleh para pemain untuk dapat bermain bola voli dengan baik adalah 1) *Passing*, 2) servis, 3) *spike (smash)*, 4) *Blocking* (menahan). Rahmani mengatakan (2014:115) bahwa ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai dalam permainan bola voli, yaitu: servis, *passing*, *smash*, dan *blocking*. Sedangkan menurut Aep Rohendi dan Etor Suwandar, (2018:70) keterampilan bola voli dasar yang akan diajarkan kepada siswa remaja meliputi: *passing* (*passing* bawah dan *passing* atas), servis, memukul bola, atau menyerang dan *blocking*. Kerangka berpikir yang akan dijelaskan dalam penelitian ini berdasarkan tinjauan pustaka. Untuk meningkatkan kemampuan dalam bermain bola voli siswa terutama siswa SMK Negeri 2 Tarakan, diperlukan latihan yang dilakukan secara teratur dan sistematis dibawah bimbingan seorang pelatih, waktu bermain yang cukup dan sarana dan prasarana yang memadai dalam bermain bola voli. Dalam penelitian ini, peneliti memiliki batasan penelitian mengenai kemampuan teknik dasar, *passing* bawah dan *passing* atas.

Berdasarkan uraian di atas maka kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut: apabila dilakukan sebuah tes kemampuan teknik dasar bermain bola voli khususnya tes *passing* bawah, dan *passing* atas, maka kemampuan teknik dasar siswa SMK Negeri 2 Tarakan dapat diketahui secara jelas.

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini adalah jenis penelitian bersifat deskriptif kuantitatif dengan metode pendekatan survei. Dalam penelitian ini survei diartikan sebagai alat dalam memperoleh data dengan teknik tes. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMK Negeri 2 Tarakan yang berjumlah 165 orang siswa. Apabila sampelnya kurang dari 100, lebih baik semua sampel diambil untuk dijadikan populasi sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah lebih dari seratus atau besar dapat diambil antara 10-15 %, atau 20-25 % atau lebih. Jadi jumlah sampel penelitian ini diambil dari 15% dari jumlah populasi yaitu sebanyak 25 orang yang ditarik secara acak dari populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*.

## **B. Teknik Pengumpulan Data**

### 1. *Passing* bawah

- a. Tujuan: Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* bawah selama 60 detik.
- b. Alat dan perlengkapan:
  - 1) Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
  - 2) Bola voli
  - 3) *Stopwatch*
  - 4) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 x 4,5 meter.
  - 5) Bangku/box yang bisa di atur tinggi rendahnya agar petugas tes yang berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horizontal) dengan tinggi net.

### c. Petugas tes

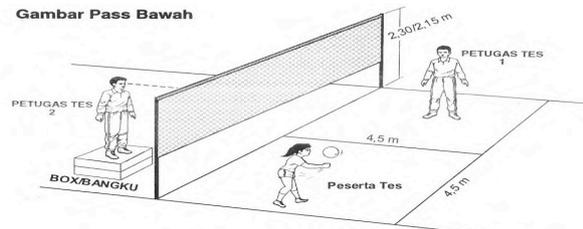
Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

- 1) Petugas tes I:
  - a) Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
  - b) Menghitung waktu selama 60 detik.
  - c) Memberi aba-aba
  - d) Mengamati kaki peserta tes jika keluar area.
- 2) Petugas tes II:
  - a) Berdiri di atas bangku/box.
  - b) Menghitung *passing* bawah yang benar.

### d. Pelaksanaan:

- 1) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5x4,5 m
- 2) Untuk memulai tes, bola di lambungkan sendiri oleh peserta tes setelah mendengar aba-aba Ya.

- 3) Setelah bola di lambungkan, peserta tes melakukan passing bawah dengan ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- 4) Bila peserta tes gagal melakukan passing bawah dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkannya kembali.
- 5) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada di luar area tidak dihitung.



Gambar 3.1. Tes lapangan *passing* bawah  
Sumber: (Rima Febrianti, 2016:50)

e. Pencatatan hasil

- 1) *Passing* bawah yang dianggap benar dan dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 untuk putri dan dilakukan di dalam area selama 60 detik.
- 2) Penilaian hasil *passing* bawah dilakukan dengan berpedoman seperti pada tabel 3.1. dibawah ini:

Tabel 3.1. Norma penilaian tes *passing* bawah

Putra	Putri	Nilai
>47	> 45	5
40 - 46	37 - 44	4
27 - 39	21- 36	3
17 - 26	13 -20	2
< 16	<12	1

Sumber: Rima Febrianti, (2016:51)

2. *Passing* atas

- a. Tujuan: Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* atas selama 60 detik.
- b. Alat dan perlengkapan:
  - 1) Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
  - 2) Pita berukuran panjang 10 meter dan lebar 30 cm (tidak tembus pandang).
  - 3) Bola voli
  - 4) *Stop watch*

- 5) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 x 4,5 meter.
- 6) Bangku/box yang bisa di atur tinggi rendahnya agar petugas tes yang berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horizontal) dengan tinggi net.

c. Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

1) Petugas tes I :

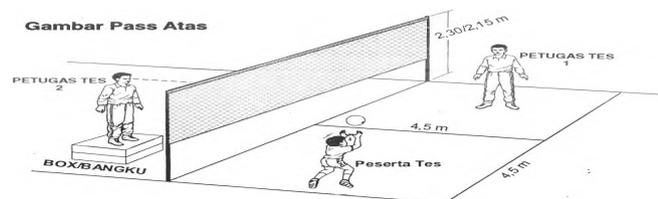
- a) Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
- b) Menghitung waktu selama 60 detik.
- c) Memberi aba-aba
- d) Mengamati kaki peserta tes jika keluar area.

2) Petugas tes II :

- a) Berdiri di atas bangku/box.
- b) Menghitung *passing* atas yang benar.

d. Pelaksanaan Tes :

- 1) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 x 4,5 m.
- 2) Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes, setelah mendengar aba-aba "Ya".
- 3) Setelah bola dilambungkan, peserta tes melakukan passing atas dengan ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- 4) Bila peserta tes gagal melakukan *passing* atas dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing atas kembali.
- 5) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul waktu kedua kaki berada di luar tidak dihitung.



Gambar 3.2. Tes *passing* atas  
Sumber: Rima Febrianti, (2016:52)

e. Pencatatan hasil.

- 1) *Passing* atas yang dianggap benar dan dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 untuk putri dan dilakukan di dalam area selama 60 detik.

- 2) Penilaian hasil *passing* atas dilakukan dengan berpedoman seperti pada tabel 3.4. dibawah ini:

Tabel 3.2. Norma penilaian tes *passing* atas

Putra	Putri	Nilai
>56	> 54	5
43 -55	37 - 53	4
31 - 42	20 - 36	3
20 - 30	10 - 19	2
< 19	< 9	1

Sumber: Rima Febrianti, (2016:52-53)

### C. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan persentase. Untuk menjawab rumusan masalah yang ada maka setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Adapun rumus yang digunakan:

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

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Sampel Tes

Untuk mempermudah didalam melakukan analisis pengolahan data penelitian maka menggunakan program komputer *SPSS Versi 20*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Hasil deskriptif pengkategorian dan presentase kemampuan Teknik dasar bermain bola voli masing-masing variabel Penelitian.

- a. Pengkategorian dan presentase kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.

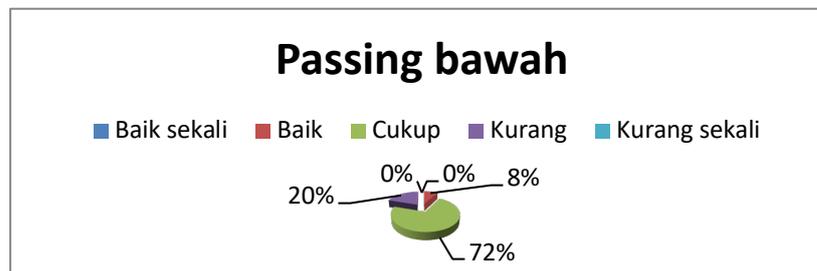
Tabel 4.2. Norma penilaian pengkategorian kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli.

No	Kreteria	Angka	Rentang skor		Jumlah siswa
	Keterangan		Putra	Putri	
1	Baik Sekali	5	>47	> 45	0
2	Baik	4	40 - 46	37 - 44	2

3	Cukup	3	27 - 39	21- 36	18
4	Kurang	2	17 - 26	13 -20	5
5	Kurang Sekali	1	< 16	<12	0
Jumlah keseluruhan siswa					25

Sumber: Rima Febrianti, (2016:51)

Berdasarkan tabel 4.3. di atas dapat diuraikan bahwa dari 25 siswa SMK Negeri 2 Tarakan tidak terdapat siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam kategori baik sekali, 2 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam kategori baik, 18 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam kategori cukup, 5 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam kategori kurang dan tidak terdapat siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam kategori kurang sekali. Untuk mencari pesentase dari kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.



Gambar. 4.1. Histogram kemampuan teknik dasar *passing* bawah  
Sumber: (Dokumen Hasil Penelitian)

Berdasarkan gambar histogram 4.2. di atas dapat diuraikan bahwa diperoleh sebesar 0% siswa yang mendapatkan kategori baik sekali, besar 8% siswa yang mendapatkan kategori baik, sebesar 72% siswa yang mendapatkan kategori cukup, sebesar 20% siswa yang mendapatkan kategori kurang dan sebesar 0% siswa yang mendapatkan kategori kurang sekali.

- b. Pengkategorian dan presentase kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.

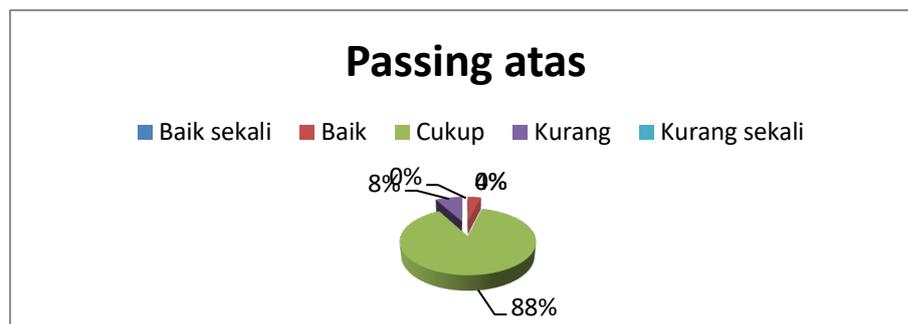
Tabel 4.2. Norma penilaian pengkategorian kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli.

No	Kreteria	Angka	Rentang skor		Jumlah siswa
	Keterangan		Putra	Putri	
1	Baik Sekali	5	>56	> 54	0
2	Baik	4	43 -55	37 - 53	1
3	Cukup	3	31 - 42	20 - 36	22
4	Kurang	2	20 - 30	10 - 19	2

5	Kurang Sekali	1	< 19	< 9	0
Jumlah keseluruhan siswa					25

Sumber: Rima Febrianti, (2016:52-53)

Berdasarkan tabel 4.3. di atas dapat diuraikan bahwa dari 25 siswa SMK Negeri 2 Tarakan tidak terdapat siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam kategori baik sekali, 1 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam kategori baik, 22 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam kategori cukup, 2 orang siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam kategori kurang dan tidak terdapat siswa yang memperoleh kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam kategori kurang sekali. Untuk mencari persentase dari kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan.



Gambar. 4.2. Histogram kemampuan teknik dasar *passing* atas  
Sumber: (Dokumen Hasil Penelitian)

Berdasarkan gambar histogram 4.3. di atas dapat diuraikan bahwa diperoleh sebesar 0% siswa yang mendapatkan kategori baik sekali, besar 4% siswa yang mendapatkan kategori baik, sebesar 88% siswa yang mendapatkan kategori cukup, sebesar 8% siswa yang mendapatkan kategori kurang dan sebesar 0% siswa yang mendapatkan kategori kurang sekali.

## B. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan dari hasil tes kemampuan teknik dasar *passing* bawah dari 25 orang siswa SMK Negeri 2 Tarakan diperoleh bahwa tidak seorangpun siswa atau sebesar 0% yang mendapatkan kategori baik sekali, sebanyak 2 orang siswa atau sebesar 8% yang mendapatkan kategori baik, sebanyak 18 orang siswa atau sebesar 72% yang mendapatkan kategori cukup, sebanyak 5 orang siswa atau sebesar 20% yang mendapatkan kategori kurang dan tidak terdapat siswa yang mendapatkan kategori kurang sekali.

Jika dilihat dari teori yang ada, seperti yang dikemukakan oleh Davit Lutviantara, (2015:20) bahwa *passing* bawah adalah teknik pengambilan bola dengan menggunakan kedua bagian tangan, yakni perkenaan bola kepada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman dalam satu timnya yang dimainkan di area lapangan sendiri atau sebagai awalan untuk melakukan serangan. *Passing* bawah adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli untuk menerima servis atau membendung serangan lawan.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang cukup dalam melakukan *passing* bawah, hal ini disebabkan karena pada saat bola datang kebanyakan posisi berdirinya kakinya tidak dibuka selebar bahu, kedua lengan siswa tidak rapat dan lurus, dan perkenaan bola tidak tepat pada pergelangan tangan sehingga bola susah dikontrol selain itu banyak faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain siswa kekuatan otot-otot lengan dan tangan siswa itu sendiri.

Teknik ini mempunyai pengaruh dan perang penting dalam kesuksesan suatu regu untuk melakukan sebuah penyerangan yang maksimal demi untuk mendapatkan tambahan poin dalam permainan.

Walaupun kemampuan *passing* bawah siswa dalam kategori cukup akan tetapi alangkah lebih baiknya lagi dari kategori cukup ini ditingkatkan menjadi kategori baik bahkan kedalam kategori baik sekali sehingga untuk mencapai semua itu perlu adanya peningkatan latihan *passing* bawah yang lebih intensif lagi serta memperhatikan faktor faktor yang mempengaruhinya.

Berdasarkan dari hasil tes kemampuan teknik dasar *passing* atas dari 25 orang siswa SMK Negeri 2 Tarakan diperoleh bahwa tidak seorangpun siswa atau sebesar 0% yang mendapatkan kategori baik sekali, sebanyak 1 orang siswa atau sebesar 4% yang mendapatkan kategori baik, sebanyak 22 orang siswa atau sebesar 88% yang mendapatkan kategori cukup, sebanyak 2 orang siswa atau sebesar 8% yang mendapatkan kategori kurang dan tidak terdapat siswa yang mendapatkan kategori kurang sekali.

Jika dilihat dari teori yang ada, seperti yang dikemukakan oleh Novi Lestari (2008:175) bahwa *passing* atas adalah pukulan *passing* yang dilakukan pemain dengan menyentuh bola menggunakan kedua tangan di atas kepala dan menggunakan ujung jari-jari pada saat bola datang setinggi bahu atau lebih.

Seperti halnya dengan *passing* bawah bahwa *passing* atas juga banyak dipengaruhi oleh faktor faktor lain terutama kelentukan jari jari tangan dimana jari jari tangan siswa kaku dan tidak renggang pada saat melakukan *passing* atas sehingga *passing* yang di

hasilkan tidak sempurna, selain itu bahwa siswa belum fokus dalam melakukan tes *passing* atas.

Walaupun kemampuan *passing* atas siswa dalam kategori cukup akan tetapi alangkah lebih baiknya lagi dari kategori cukup ini ditingkatkan menjadi kategori baik bahkan kedalam kategori baik sekali sehingga perlu adanya peningkatan latihan teknik dasar terutama *passing* atas yang lebih intensif dan berulang ulang.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan guru penjas di SMK Negeri 2 Tarakan lebih meningkatkan lagi kemampuan teknik dasar bola voli siswa-siswanya dengan memodifikasi fasilitas yang ada, menggunakan metode yang menarik, dan lain sebagainya yang dapat membuat siswa senang dan bersemangat mengikuti kegiatan permainan bola voli, sehingga kemampuan teknik dasar bola voli pada siswa di SMK Negeri 2 Tarakan akan meningkat.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dalam penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Kemampuan teknik dasar *passing* bawah bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan masuk dalam kategori cukup yaitu mencapai 72% dari total keseluruhan yang mengikuti tes.
2. Kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli pada siswa SMK Negeri 2 Tarakan masuk dalam kategori cukup yaitu mencapai 88% dari total keseluruhan yang mengikuti tes.

### **B. Saran**

Saran yang dapat saya berikan agar hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk memperkaya khasanah disiplin ilmu keolahragaan, khususnya untuk meningkatkan prestasi cabang olahraga bola voli, maka saran-saran yang ingin peneliti kemukakan adalah bagi para guru penjas dan pembina olahraga bola voli di SMK Negeri 2 Tarakan direkomendasikan perlunya memperhatikan kemampuan teknik dasar terutama teknik *passing* bawah dan *passing* atas serta unsur kondisi fisik yang terdapat dalam permainan bola voli agar prestasi siswa yang dibinanya meningkat, Bagi para siswa hendaknya dapat memanfaatkan waktu untuk mengikuti latihan secara rutin agar kemampuan teknik dasar *passing* bawah, dan *passing* atas dapat meningkat sehingga bisa menjadi pemain bola voli yang professional, Bagi para peneliti yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut,

disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini disertai dengan populasi dan sampel yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Huda, M. S., & Cahyono, D. (2022). Survei Minat dan Motivasi Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 8 Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*, 3(2), 32-41.
- Aep Rohendi dan Etor Suwandar. 2018. *Metode Latihan Dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Bandung: Alfabeta.
- Arikunto, Suharsimi, 2013. *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Cahyono, D., Naheria, N., & Fauzi, M. S. (2021). Pelatihan Pengolahan Data Penelitian Berbasis Software JASP dan SPSS bagi Mahasiswa FKIP Universitas Mulawarman Kalimantan Timur. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 1(2), 421-426.
- Cahyono, D., Fauzi, M. S., & Naheria, N. (2022). Fitness Level Analysis of Physical Students of Samarinda City State Vocational High School. *American Journal of Current Education and Humanities*, 1(2), 75-85.
- Davit Lutviantara. 2015. *Tingkat Keterampilan Dasar Bennain Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri I Sanden Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- 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.
- Fauzi, M. S., Sapulete, M. P. J. J., & Adab, M. P. P. *Buku Ajar DIDAKTIK METODIK PEMBELAJARAN BOLAVOLI*. Penerbit Adab.
- Firmansyah, I. F., Fauzi, M. S. F., & Saiin, M. (2022). Analisis Teknik Dasar Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 8 Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*, 3(2), 52-63.
- Irfan Zinat Achmad. 2016. *Hubungan Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, dan Rasa Percaya Diri dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli*. *Jurnal Pendidikan Unsika, Volume 4 No. 1, PP. 78-90*.
- Iskandar dan Satrio. 2016. "Meningkatkan Keterampilan Smash Bola Voli Melalui Metode Tugas Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Ketapang". *Jurnal Edukasi*, Vol. 14, No. 2, PP. 320-329.
- Gani, H. W., Gani, J., & Cahyono, D. (2023). Analisis minat siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 4 Balikpapan. *Borneo Physical Education Journal*, 4(1), 27-33.

Sapulete, J. J. HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK LENGAN, DAYA LEDAK TUNGKAI, DAN KELENTUKAN DENGAN KEMAMPUAN MELEMPAR BOLA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN FKIP UNMUL SAMARINDA.

Sapulete, J. (2011). Hubungan Antara Daya Ledak Lengan, Kelincahan Dan Keseimbangan Dengan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Fkip Unmul Samarinda.

Sapulete, J. J., & Fauzi, M. S. (2021). Pengembangan Model Permainan Bola Voli “Voli Target (Vorget)” Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Kuaro. *Borneo Physical Education Journal*, 2(2), 38-49.

Machfud Irsyada 2000. *Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Novi Lestari. 2008. *Melatih Bola Voli Remaja, Edisi Keempat*. Jogjakarta: PT. Citra Aji Pratama.

Rahmani, Mikanda. 2014, *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta Timur: Dunia Cerdas

Rima Febrianti. 2016. *Buku Ajar Tes dan Pengukuran*. Surakarta: FKIP Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Press.