**TES KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI UNTUK PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMP IT**

**AL FATIH CIGOMBONG**

**TEST OF BASIC UNDERHAND PASSING SKILLS IN VOLLEYBALL FOR EXTRACURRICULAR PARTICIPANTS AT SMP IT AL FATIH CIGOMBONG**

**Ajat Setiawan**

Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia.

Ajatsetiawan2018@gmail.com

# ABSTRACT

*This research aims to determine the passing ability of under 12 volleyball extracurricular participants at SMP IT Al Fatih Cigombong through direct tests in the field. The research results showed that only 50% (6 people) of the participants met the lower passing standard, meaning that half of the participants had not met the specified standards. This research uses a survey method with test and measurement techniques. This study highlights the importance of improving the quality of ground passing training to improve team performance and develop individual potential. The data collection technique that researchers used was a survey with test and measurement techniques*.

***Keywords:*** *Basic Techniques , Underhand Passing, Test.*

# ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan passing bawah 12 peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP IT Al Fatih Cigombong melalui tes langsung di lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya 50% (6 orang) peserta yang memenuhi standar passing bawah artinya bahwa setengah dari peserta belum memenuhi standar yang ditentukan. Pada Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Studi ini menyoroti pentingnya meningkatkan kualitas pelatihan passing bawah untuk memperbaiki kinerja tim dan mengembangkan potensi individu . Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan yaitu survei dengan teknik tes dan pengukuran.

**Kata Kunci** : Teknik Dasar, Passing bawah, Tes

# A. PENDAHULUAN

Lingkungan belajar yang terstruktur dan sistematis menjadi ciri khas pendidikan formal. Menurut Samsudin (dalam Yudhi Purnama, 2021:9), lingkungan ini dirancang untuk mendukung pertumbuhan siswa secara menyeluruh. Pendidikan formal yang diselenggarakan oleh lembaga seperti sekolah dan universitas, mengikuti kurikulum yang telah ditetapkan, bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa baik dalam ranah kognitif, afektif, maupun psikomotor.

Selain penguasaan materi akademik, pengembangan diri siswa juga sangat penting. Ekstrakurikuler berperan sebagai wadah bagi siswa untuk tumbuh dan berkembang secara holistik. Menurut M Yahya Amirzan (2019) melalui kegiatan ekstrakurikuler, siswa dapat mengembangkan berbagai aspek diri mereka, mulai dari keterampilan sosial, kreativitas, hingga kepemimpinan. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler, terutama olahraga seperti bola voli, perlu menjadi bagian yang tak terpisahkan dari program pendidikan di sekolah.

Pilihan peneliti jatuh pada ekstrakurikuler bola voli karena olahraga ini telah menjadi bagian integral dari budaya olahraga di negara kita. Sejarah panjang bola voli di Indonesia telah melahirkan banyak atlet berbakat dan menjadikan olahraga ini sebagai salah satu cabang olahraga yang paling populer. Selain itu, bola voli juga merupakan olahraga yang sangat baik untuk melatih kerja sama tim, disiplin, dan semangat juang.

Menurut Asep Abdul Aziz (2020), Penemu dan pencipta permainan bola voli yaitu William G. Morgan. Beliau adalah seorang instruktur Pendidikan jasmani (Director of Phycal Education) di YMCA yang lahir pada tahun 1870 dan meninggal dunia pada tahun 1942. Dengan menngikuti ekstrakurikuler bola voli, siswa tidak hanya sekadar berolahraga, tetapi juga mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan potensi diri secara holistik. Melalui latihan dan pertandingan siswa dilatih untuk memiliki fisik yang kuat, refleks yang cepat, serta teknik permainan yang baik. eperti yang terjadi di SMP IT Al Fatih Cigombong pada sebuah pertandingan yang peneliti saksikan pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli ternyata masih banyak peserta yang belum menguasai teknik dasar bola voli terutama passing bawah, hal ini menimbulkan ke khawatiran terhadap kemampuan yang dimiliki oleh tim ekstrakurikuker bola voli, sehingga perlu adanya pengujian atau tes terhadap anggota ekstrakurikuler bola voli di SMP IT Al Fatih Cigombong karena tim bola voli di sekolah ini seringkali ikut serta dalam berbagai perlombaan sehingga perlu adanya pengujian atau tes khusus untuk tim voli.

Teknik dasar dalam permainan bola voli, khususnya *passing* bawah, merupakan fondasi penting untuk membangun permainan yang efektif. Kemampuan melakukan *passing* bawah dengan baik akan sangat mempengaruhi keberhasilan tim dalam melakukan serangan maupun bertahan. Namun, seringkali ditemui bahwa banyak pemain bola voli, terutama pada tingkat pelajar, belum menguasai teknik *passing* bawah secara optimal. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya latihan yang teratur, kurangnya bimbingan dari pelatih yang kompeten, atau kurangnya pemahaman akan pentingnya teknik dasar.

Kajian ini berfokus pada pengumpulan data kemampuan seluruh anggota tim bola voli serta mengetahui sejauh mana kemampuan mereka pada permainan bola voli terutama teknik dasar passing bawah. Maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian dengan judul, “Tes Keterampilan Teknik Dasar Passing Bawah Permainan Bola Voli Untuk Peserta Ekstrakurikuler Di SMP IT Al Fatih Cigombong”

# B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Data dikumpulkan melalui tes dan pengukuran, kemudian dianalisis secara statistik menggunakan persentase. Pendekatan ini dipilih untuk mendapatkan data yang valid, reliabel, dan objektif dengan tujuan untuk memahami dan menjelaskan fenomena yang diteliti. Menurut Endang Sugiarti (2018) “Metode penelitian kuantitatif dinamakan metode tradisional, karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah menjadi traadisi sebagai metode untuk penelitian”.

# C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan secara langsung di lapangan sekolah, tepatnya di SMP IT Al Fatih Cigombong yang berlokasi di Kecamatan Cigombong, Kabupaten Bogor. Pengumpulan data dilakukan melalui tes dan pengukuran terhadap teknik dasar passing bawah seluruh anggota ekstrakurikuler bola voli. Setiap peserta diberikan kesempatan sebanyak lima kali untuk menunjukkan kemampuan passing bawah mereka dalam satu sesi pengujian.

Hasil dari tes keterampilan teknik dasar pada peserta ekstrakurikuler di SMP IT Al Fatih Cigombong peneliti tuangkan dalam grafik di bawah ini sebagai berikut:

*Tabel 2.1 Grafik hasil tes passing bawah perorang*

Dari grafik diatas bisa kita simpulkan bahwa dari 12 orang yang mengikuti tes hanya ada enam orang yang mampu mencapai target yang telah dilakukan selama lima kali kesempatan berturut-turut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam sebuah kesempatan paling banyak hanya 10 orang yang mampu memantulkan bola sesuai standar yang telah ditentukan yakni pada kesempatan kelima. Bisa kita lihat dalam tabel grafik di bawah ini:

*Tabel 2.2 Grafik hasil tes passing bawah*

Grafik Hasil Tes *Passing*

Bawah

12

10

8

6

4

2

0

Tepat sasaran

Meleset

Gagal (tidak bisa menerima bola/melambung)

2

1

2

2

2

1

3 3

2

5 5

3

1 1

1 1 2

3

**HASIL TES *PASSING***

**B AWAH P ERORANG**

Gagal (tidak bisa menerima bola/melambung)

Meleset

Tepat sasaran

5

5

5

5

Kita bisa perhatikan bahwa mulai dari kesempatan pertama hingga kesempatan kelima terlihat naik turun. Dari kesempatan pertama hingga kedua memiliki kenaikan namun turun pada kesempatan ketiga, kemudian naik lagi hingga pada puncaknya di kesempatan kelima.

# Pembahasan

Analisis data yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan hasil yang cukup mengkhawatirkan. Hanya separuh dari peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP IT Al Fatih Cigombong yang berhasil memenuhi standar kemampuan passing bawah yang telah ditetapkan. Temuan ini mengindikasikan adanya celah yang signifikan antara kemampuan aktual siswa dengan ekspektasi yang diharapkan dalam permainan bola voli.

Hal ini dapat menjadi kendala dalam meningkatkan performa tim dan mencapai prestasi yang lebih baik dalam kompetisi. Analisis lebih lanjut terhadap data yang diperoleh menunjukkan beberapa temuan penting, sebagai berikut:

1. Variasi kemampuan

Terdapat variasi yang cukup signifikan dalam kemampuan passing bawah

antar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki tingkat penguasaan yang berbeda-beda terhadap teknik dasar ini.

1. Dominasi kesalahan tertentu

Sebagian besar kesalahan yang dilakukan oleh siswa terkait dengan akurasi .Hal ini mengindikasikan bahwa siswa perlu diberikan latihan yang lebih fokus pada aspek-aspek yang masih lemah.

1. Potensi yang belum termaksimalkan

Meskipun terdapat kendala, namun beberapa siswa telah menunjukkan kemampuan yang cukup baik. Hal ini mengindikasikan bahwa dengan program pelatihan yang tepat, potensi siswa dapat dikembangkan lebih lanjut.

# D. KESIMPULAN

Setelah dilakukan tes keterampilan teknik dasar *passing* bawah pada nggota ekstrakurikuler, terlihat bahwa masih banyak peserta yang belum menguasai teknik ini namun terlihat bahwa seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli memiliki potensi yang sangat besar. Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan peneliti berharap pelatih dan pihak

sekolah dapat mempertimbangkan setiap metode kepalatihan yang akan diterapkan kepada peserta ekstrakurikuler bola voli, supaya mereka mampu mengeluarkan potensi terbesar mereka untuk menjadi atlet yang terlatih demi masa depan mereka dan nama bak sekolah.

# D. Saran

Adapun saran-saran yang dapat peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi sekolah, semoga ke depannya sarana untuk ekstrakurikuler bola voli lebih memadai, untuk mendukung terlaksananya kegiatan ekstrakurikuler yang menyenangkan bagi siswa. Sehingga siswa termotivasi untuk selalu belajar dan mengembangkan kemampuannya.
2. Pelatih harus lebih mengembangkan pengetahuannya mengenai kegiatan- kegiatan ekstrakurikuler dalam peningkatan kemampuan siswa, sehingga dapat memberikan kegiatan ekstrakurikuler yang lebih bervariasi dan tidak membuat peserta ekstrakurikuler bosan.
3. Guru penjas harus membantu pelatih ekstrakurikuler bola voli dalam memberikan edukasi melalui teori-teori

yang bisa di sampaikan. Supaya peserta ekstrakurikuler bola voli memiliki banyak tambahan pengetahuan.

1. Pelatih harus senantiasa memberi kesempatan kepada peserta ekstrakurikuler untuk mengekplor kemampuannya.
2. Pelatih harus bisa menjaga motivasi peserta ekstrakurikulernya untuk senantiasa giat berlatih. Bisa dengan cara menghadiri atau menonton berbagai macam pertandingan bola voli supaya peserta bisa termotivasi untuk menjadi atlet yang hebat.
3. Bagi peneliti berikutnya, diharapkan digunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengembangan serta referensi dalam meningkatkan ketuntasan belajar siswa.

# DAFTAR PUSTAKA

Abrasyi, Rendy, et al. *"RETRACTED: Model Latihan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama."* Journal Sport Area 3.2 (2018): 168-178.

Amirzan, M. Yahya. *"Tanggapan Siswa Terhadap Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dalam Pengembangan Prestasi Dan Potensi Diri."* Jurnal Sosial Humaniora Sigli 2.1 (2019): 79-87.

Aprilia, Via Erlia. *Kontribusi Power Otot Lengan Dan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Terhadap Hasil Servis Atas Bola Voli (Studi Deskriptif pada Atlet UKM Bola Voli Universitas Siliwangi)*. Diss. Universitas Siliwangi, 2023.

Aziz, Asep Abdul. *"Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Servis Atas Bolavoli Pada Siswa Ekstrakurikuler SMK Harapan Bangsa Bojonghaur Tahun 2018/2019."* utile: Jurnal Kependidikan 6.1 (2020): 111-120.

Ciranan , et al*. "Meningkatkan Keterampilan Teknik Passing Bawah Permainan Bola Voli Dengan Mengunakan Metode Drill."* Jambura Arena of Physical Education and Sports 3.1 (2024): 51-60.

Irmansyah, Johan. "*Evaluasi program pembinaan prestasi cabang olahraga bola voli pantai."* Jurnal Keolahragaan 5.1 (2017): 24-38.

Kusuma, Angga Indra, et al. *Permainan Bola Voli Berbasis Sport Science*. Jakad Media Publishing, 2022.

Marselus, Deo. *Analisis Motivasi Belajar Siswa Pada Pembelajaran Bola Voli di Smp Negeri 5 Mukok Kabupaten Sanggau*. Diss. IKIP PGRI Pontianak, 2023.

Putra, Rahma Yodi, and Romi Mardela. *"Daya Ledak Otot Tungkai Dan Otot Lengan Berhubungan Derhadap Kemampuan Smash Bolavoli."* Jurnal Patriot 1.3 (2019): 1101-1113.

Rithaudin, Ahmad, and Bernadicta Sri Hartati. *"Upaya meningkatkan pembelajaran passing bawah permainan bola voli dengan permainan bola pantul pada siswa kelas IV SD Negeri Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta."* Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia 12.1 (2016): 51-57.

Rochmad, Nur, Joko Hartono, and Tri Tunggal Setiawan. "*Sumbangan Power Tungkai, Kekuatan Otot Punggung, Dan Power Lengan Terhadap Kemampuan Smash Normal Bolavoli*." Unnes Journal of Sport Sciences 4.1 (2015).

Sabran, Japar. *Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Latihan Variasi Pada Siswa Kelas XI MIA 1 SMA Negeri 1 Pekanbaru*. Diss.

Universitas Islam Riau, 2019.

Salsabila, Putri Hawa, Irfan Zinat Achmad, and Ruslan Abdul Gani. *"Keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah." Jurnal Porkes* 6.2 (2023): 429-445.

Salsabila, Putri Hawa, Irfan Zinat Achmad, and Ruslan Abdul Gani. *"Keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah.*" Jurnal Porkes 6.2 (2023): 429-445.

Satrianto, M., and Heryanto Nur Muhammad. *"Pengaruh Model Pembelajaran Langsung Dengan Menggunakan Modifikasi Bolavoli Mini Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah."* Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan 2 (2014):

840-843.

Sembiring, Dalvin. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Menggunakn Variasi Latihan Di Kelas VII SMP Negeri 2 Berastagi Tahun Ajaran 2022/2023*. Diss.

Universitas Quality Berastagi, 2023.

Sugiarti, Endang. *"Pengaruh Kedisiplinan terhadap Kinerja Pegawai pada Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika Wilayah II Ciputat."* KREATIF: Jurnal Ilmiah Prodi Manajemen Universitas Pamulang 6.3 (2018):

49-58.

Susila, Linda. *"Pengaruh metode latihan high intensity interval training (HIIT) dalam meningkatkan power otot tungkai dan kelincahan pada permainan bola voli."* Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan) 2.3 (2021): 230-238.