

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK PASSING BAWAH BOLA VOLI  
MENGUNAKAN MODIFIKASI PEMBELAJARAN MELALUI PERMAINAN  
LEMPAR TANGKAP PESERTA DIDIK KELAS VI UPT SDN 159 GRESIK**

Rudi Eko Hariyanto<sup>1</sup>, Sapto Wibowo<sup>2</sup>, M Rofi'i Zakaria<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Surabaya, <sup>2</sup>Universitas Negeri Surabaya, <sup>3</sup>UPT SDN 159  
Gresik

[1rudiekohariyanto11@gmail.com](mailto:rudiekohariyanto11@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This research aims to improve learning outcomes in passing down through learning modifications using the game of throw and catch. The method used is classroom action research with two cycles. Each cycle includes planning, implementation, observation and reflection stages. The subjects of this research were class VI at UPT SDN 159 Gresik, which consisted of 14 students. In cycle I, the research results showed that 1 student reached the very good category, 4 students were in the good category, and 5 students were in the fair category, so that a total of 10 students were declared complete. A total of 4 students did not complete and were in the poor category. In cycle II, 2 students reached the very good category, 5 students in the good category, and 4 students in the sufficient category, so that 11 students were declared complete, and 3 students did not complete in the poor category. The average student score increased from 72.5% in Cycle I to 77.5% in Cycle II, showing an increase of 5%. The percentage of student learning completion increased from 71.4% in Cycle I to 78.5% in Cycle II, which shows an increase of 7.1%. In conclusion, the increase in average scores and student learning completion is influenced by the use of learning modifications through the game of catch, so that the learning process becomes more interesting and enjoyable.*

*Keywords: volleyball, bottom passing, modification, game of catch*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah melalui modifikasi pembelajaran menggunakan permainan lempar tangkap. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas dengan dua siklus. Setiap siklus meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah kelas VI di UPT SDN 159 Gresik, yang terdiri dari 14 siswa. Pada siklus I, hasil penelitian menunjukkan bahwa 1 siswa mencapai kategori sangat baik, 4 siswa kategori baik, dan 5 siswa kategori cukup, sehingga total 10 siswa dinyatakan tuntas. Sebanyak 4 siswa tidak tuntas dan berada dalam kategori kurang. Pada siklus II, 2 siswa mencapai kategori sangat baik, 5 siswa kategori baik, dan 4 siswa kategori cukup, sehingga 11 siswa dinyatakan tuntas, dan 3 siswa tidak tuntas dalam kategori kurang. Nilai rata-rata siswa meningkat dari 72,5% pada Siklus I menjadi 77,5% pada Siklus II, menunjukkan peningkatan sebesar 5%. Persentase ketuntasan belajar siswa meningkat dari 71,4% pada Siklus I menjadi 78,5% pada Siklus II, yang menunjukkan peningkatan sebesar 7,1%.

Kesimpulannya, peningkatan nilai rata-rata dan ketuntasan belajar siswa dipengaruhi oleh penggunaan modifikasi pembelajaran melalui permainan lempar tangkap, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan.

Kata Kunci: bola voli, passing bawah, modifikasi, permainan lempar tangkap

### **A. Pendahuluan**

Olahraga yang dimainkan secara tim dan memerlukan kerjasama erat antar pemain adalah bola voli, di mana setiap pemain harus bekerja sama untuk mencapai tujuan tim. Dalam bola voli, terdapat berbagai gerakan dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, seperti passing bawah, passing atas, dan teknik lainnya yang penting untuk mempertahankan permainan serta mencetak poin. Setiap tim dalam permainan bola voli diperbolehkan melakukan maksimal tiga kali sentuhan terhadap bola sebelum harus mengirimkannya kembali ke area lawan, baik untuk melakukan serangan maupun bertahan dari serangan lawan. Menguasai gerakan tentu memerlukan latihan yang berulang kali untuk meningkatkan keterampilan. Namun, hal yang paling penting dalam mempelajari passing bawah adalah memastikan peserta didik merasa senang dan tidak bosan, sehingga. Maka peran pendidik diperlukan dalam menyusun strategi

pembelajaran yang sesuai dengan minat belajar.

Seorang pendidik harus memiliki strategi yang efektif dan sesuai dengan minat belajar dalam pembelajaran PJOK sehingga peserta didik dapat memahami materi dengan baik (Asnaldi, A. (2020). Pemilihan strategi dan media yang tepat akan berdampak pada hasil belajar peserta didik, sehingga kreativitas pendidik sangat penting untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Menurut Wahyudi, A., N., Purnama, N., E., & Prayoga, A., S. (2021) Seorang pendidik perlu memiliki kreativitas dalam memodifikasi pembelajaran dengan metode penyampaian yang menarik, sehingga peserta didik merasa puas dan senang saat mengikuti proses belajar. Kepuasan peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar bersama sangat bergantung pada materi yang diberikan oleh pendidik untuk mendorong minat dan keaktifan mereka. Memahami karakteristik serta kebutuhan peserta didik adalah kunci

dalam memilih media yang tepat dan strategi yang mampu menciptakan suasana kelas yang menyenangkan.

Meningkatkan keterlibatan dan keaktifan peserta didik dalam proses pembelajaran dengan modifikasi dan permainan yang menarik untuk meningkatkan hasil belajar mereka (Rubiana, I. 2017). Tujuan dari penerapan modifikasi dalam pembelajaran adalah untuk meningkatkan hasil belajar dan minat peserta didik, sehingga mereka dapat memperoleh pengalaman belajar yang optimal (Saputra, A., D., Hartati. & Asyik, Z. 2023). Menurut Iskandar, M. I. (2018) Modifikasi dalam proses pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan rasa senang dan kepuasan peserta didik, serta mendorong mereka untuk lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar melalui praktik gerak yang dilakukan dengan tepat. Peran aktif dari peserta didik akan memicu proses belajar yang bersungguh - sungguh.

Permainan kecil adalah jenis permainan yang tidak memerlukan aturan tetap dalam pelaksanaannya, seperti peraturan, alat yang digunakan, ukuran lapangan, dan durasi permainan (Aprian, D. 2016). Permainan yang mudah disesukan

sesuai kebutuhan peserta didik dengan tidak ada aturan baku sehingga penerapannya dapat dikreasikan dalam kegiatan belajar mengajar. Menurut Haprabu, E. S. (2017) Penerapan media modifikasi dan permainan sederhana digunakan sebagai alat untuk memudahkan peserta didik dalam memahami teknik dasar passing bawah, sehingga mereka dapat lebih cepat dan mudah menguasainya.

Dengan menggunakan alat-alat ini, diharapkan peserta didik dapat lebih cepat menguasai teknik tersebut dan merasakan kemudahan dalam proses pembelajaran, sehingga pemahaman mereka tentang teknik dasar passing bawah menjadi lebih mendalam dan efektif. Sistiasih, V. S. & Pradana, S. R. (2022) mengatakan bahwa permainan lempar bola penunjuk merupakan permainan yang mudah dimainkan serta didesain untuk pendidikan jasmani, dari pandangan ketentuan, permainan, jumlah orang serta besar lapangan untuk menarik minat anak-anak. Permainan lempar bola penunjuk adalah jenis permainan yang dirancang dengan tujuan pendidikan jasmani, dengan desain yang memudahkan pelaksanaannya dan mempertimbangkan berbagai

aspek penting seperti ketentuan permainan, cara bermain, jumlah peserta, serta ukuran lapangan. Permainan ini dibuat untuk menarik minat anak-anak dengan cara yang menyenangkan dan bermanfaat dalam konteks pendidikan jasmani.

Menurut Pasaribu, A. M. N. (2016) Passing bawah dilakukan dengan menggunakan kedua tangan untuk mengendalikan bola, perkenaan benturan dengan bola terjadi antara pergelangan tangan dan siku. Teknik ini merupakan dasar sebagai bentuk bertahan dari menerima bola servis atau smash. Teknik passing bawah melibatkan penempatan tangan secara tepat untuk memastikan bahwa bola dapat dikendalikan dengan baik, sehingga memudahkan pemain dalam menerima dan mengarahkan bola selama permainan. Passing bawah merupakan suatu teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan sehingga begitu pentingnya untuk diajarkan kepada peserta didik sedari dini (Hudah, M., & Rais, A. N., 2020). Gerak dasar yang digunakan dalam melakukan passing bawah yaitu posisi kedua tangan, posisi kaki, perkenaan bola dan lambungan bola kearah sasaran.

Passing sebagai gerak dasar yang utama dalam membangun serangan dan bertahan dalam permainan bola voli. Pentingnya penguasaan gerak passing bawah, maka pembelajaran perlunya dilakukan semenarik mungkin karena proses belajar disekolah sebagai mata pelajaran berbeda dengan latihan yang dilakukan di suatu klub. Pembelajaran di sekolah orientasi pada proses belajar gerak, sedangkan untuk di klub orientasi pada hasil dan prestasi sehingga minat peserta didik di sekolah berbeda dengan anak yang mengikuti klub bola voli.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) yang dilakukan melalui 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari empat komponen: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi (Arikunto, S., dkk, 2015). Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah dengan menggunakan modifikasi pembelajaran melalui permainan lempar tangkap. Subyek penelitian yang digunakan yaitu kelas VI di UPT SDN 159 Gresik sebanyak

14 peserta didik. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 6 - 13 Agustus 2024 dengan 2 kali pertemuan saat pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Permainan kecil yang tidak memiliki aturan baku sehingga mudah dalam penerapan sesuai kebutuhan. Pendekatan bermain akan mempengaruhi hasil belajar peserta didik dengan terpicunya minat dan rasa senang ketika mengikuti kegiatan pembelajaran. Langkah - langkah permainan lempar tangkap sebagai berikut.

Pembelajaran dengan permainan lempar tangkap tanpa menggunakan net:

1. Peserta didik dalam satu kelas akan dibagi menjadi 4 kelompok
2. Setiap kelompok akan terbagi 2 bagian saling berhadapan untuk melakukan lempar tangkap secara bergantian serta arah bola dilempar menyilang
3. Lempar tangkap dilakukan seperti posisi passing bawah dengan gerak dasar posisi kaki, posisi tangan dan ayunan tangan serta bola tidak boleh terjatuh menyentuh tanah
4. Dikatakan menjadi pemenang jika bola yang disalurkan ke

ujung kembali ke orang pertama yang melempar dengan catatan waktu tercepat dan mempertahankan posisi gerak seperti passing bawah.

Pembelajaran dengan permainan lempar tangkap menggunakan net beserta lapangan bola voli:

1. Peserta didik akan dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok berisi 6 orang
2. Setiap kelompok akan dipertandingkan dan dibuat bagan pertandingan sampai memperoleh pemenang
3. Permainan dilakukan dengan aturan lempar dan tangkap bola dengan maksimal 3 kali sentuhan setiap kelompok
4. Servis atau awal permainan dilakukan dengan cara melempar bola ke daerah lawan
5. Skor didapat ketika bola terjatuh di dalam lapangan lawan
6. Maka setiap kelompok perlu menempatkan bola pada posisi yang kosong dan pertandingan selesai ketika perolehan skor mencapai angka 11 dalam 2 set, ketika terjadiimbang maka set penentu akan ditentukan dengan skor 6.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif, yaitu metode menafsirkan data sesuai dengan kebenaran informasi yang diperoleh. Menurut Andayani, Y., S. (2020) mengatakan metode analisis deskriptif kualitatif didasarkan pada data yang diperoleh, dengan tujuan untuk mengidentifikasi hasil belajar dan mengetahui reaksi siswa terhadap proses kegiatan pembelajaran. Modul pendidikan dan formulir evaluasi siswa berfungsi sebagai sarana pembelajaran untuk menunjang siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Setelah formulir evaluasi siswa dibuat, data yang terkumpul dianalisis untuk sampai pada kesimpulan dan temuan.

Lembar penilaian peserta didik digunakan untuk mengumpulkan data selama proses pembelajaran dengan mengevaluasi beberapa kriteria, seperti posisi kaki, posisi tangan, kontak bola dengan tangan, dan lambungan bola. Penilaian dilakukan dengan menggunakan skala 1-5 untuk setiap kriteria keterampilan dasar passing bawah. Nilai akhir setiap individu dihitung dengan membagi jumlah nilai yang diperoleh dengan nilai maksimal, kemudian

dikalikan 100, sehingga menghasilkan nilai akhir untuk setiap peserta didik. Tahap selanjutnya yaitu nilai akhir yang dinyatakan tuntas mencapai nilai KKM yaitu 75 dari setiap peserta didik akan diakumulasikan menjadi nilai rata-rata satu kelas dalam setiap siklus. Penelitian ini menggunakan rumus dalam mencari nilai ketuntasan belajar peserta didik sebagai berikut.

$$\frac{\text{Peserta didik yang tuntas}}{\text{Jumlah peserta didik}} \times 100$$

(Pardianto, A. A. & Saputra, Y. 2020)

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi pembelajaran melalui permainan kecil dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli, dengan subjek penelitian sebanyak 14 peserta didik. Ketuntasan nilai belajar ketika mencapai nilai 75, berikut hasil ketuntasan belajar siklus I.

**Tabel 1.1 Ketuntasan hasil belajar**  
**Siklus I**

Nilai	Deskripsi	Kategori	Peserta didik
90-100	Sangat Baik	Tuntas	1
80-89	Baik	Tuntas	4
75-79	Cukup	Tuntas	5
60-74	Kurang	Tidak Tuntas	4

0-59	Sangat Kurang	Tidak Tuntas	0
Jumlah			14

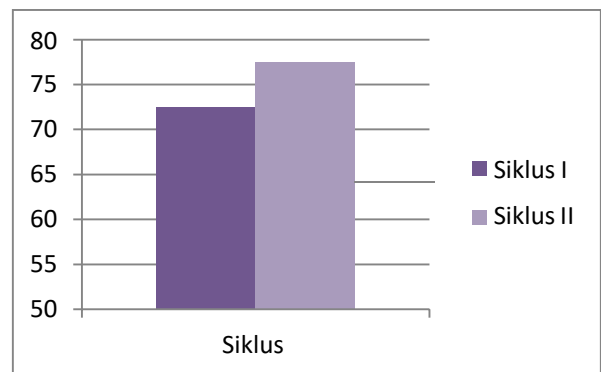
Hasil penelitian dari siklus I, sebagaimana tercantum dalam tabel di atas, menunjukkan bahwa 1 peserta didik mencapai tingkat tuntas dengan kategori sangat baik, 4 peserta didik mencapai tingkat tuntas dengan kategori baik dan 5 peserta didik tuntas dengan kategori cukup, sehingga total peserta didik yang tuntas adalah 10. Sebanyak 4 peserta didik tidak tuntas kategori kurang, maka perbaikan pada siklus berikutnya bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik secara menyeluruh.

**Tabel 1.2 Ketuntasan hasil belajar**

Siklus II			
Nilai	Deskripsi	Kategori	Peserta didik
90-100	Sangat Baik	Tuntas	2
80-89	Baik	Tuntas	5
75-79	Cukup	Tuntas	4
60-74	Kurang	Tidak Tuntas	3
0-59	Sangat Kurang	Tidak Tuntas	0
Jumlah			14

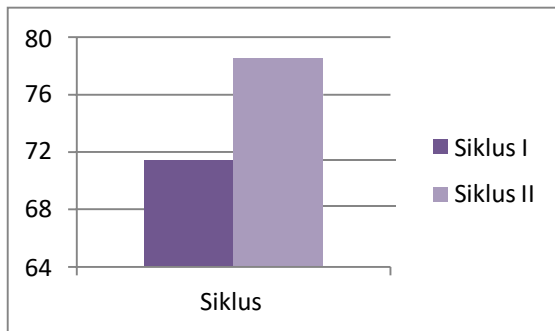
Berdasarkan hasil penelitian dari Siklus II, sebagaimana tertera dalam tabel di atas, terdapat 11 peserta didik yang tuntas. Rinciannya adalah: 2 peserta didik tuntas dengan kategori

sangat baik, 5 peserta didik tuntas dengan kategori baik, dan 4 peserta didik tuntas dengan kategori cukup. Jumlah peserta didik yang tidak tuntas adalah 3 dengan kategori kurang. Jika dibandingkan dengan Siklus I, terlihat adanya peningkatan hasil belajar pada kelas VI.



**Gambar 1.1 Prosentase Nilai Rata – Rata**

Modifikasi pembelajaran melalui permainan kecil untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar passing bawah pada kelas VI yang melibatkan 14 peserta didik menunjukkan hasil penelitian setelah tindakan diberikan. Nilai rata-rata peserta didik dari Siklus I adalah 72,5%, sementara dari Siklus II adalah 77,5%, menunjukkan peningkatan sebesar 5%.



**Gambar 1.2 Ketuntasan Hasil Belajar**

Berdasarkan data ketuntasan hasil belajar, diketahui bahwa dari 14 peserta didik, sebanyak 10 tuntas pada Siklus I dan 11 tuntas pada Siklus II. Ketuntasan belajar pada Siklus I mencapai 71,4%, sedangkan pada Siklus II mencapai 78,5%, menunjukkan peningkatan sebesar 7,1%. Data tersebut menunjukkan bahwa penerapan modifikasi pembelajaran melalui permainan kecil cukup efektif dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli, serta dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar peserta didik yang berdampak positif pada hasil belajar mereka.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah yang muncul selama kegiatan pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli, di mana proses pembelajaran terasa membosankan, keaktifan peserta didik kurang, dan tidak semua peserta didik

dapat menguasai keterampilan passing bawah dengan baik. Selain itu, banyak peserta didik yang terlihat menganggur sambil menunggu giliran untuk praktik karena terbatasnya media dan alat yang tersedia. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan strategi pembelajaran yang lebih menarik dan efektif agar dapat meningkatkan kontribusi serta keaktifan peserta didik dalam proses belajar, sehingga hasil belajar mereka dapat maksimal dan lebih memuaskan. Pembelajaran yang monoton dan membuat peserta didik mudah lelah akan menurunkan semangat dalam belajar yang akan mempengaruhi hasil ketuntasan belajar dari peserta didik.

Pendidik merancang strategi pembelajaran yang sesuai dengan minat belajar peserta didik. Modifikasi pembelajaran melalui permainan lempar tangkap dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah menjadi salah satu pilihan dalam kegiatan belajar yang menyenangkan. Modifikasi pembelajaran dapat mempermudah pendidik dalam menyesuaikan kebutuhan peserta didik sesuai dengan karakteristiknya. Pendekatan bermain lempar tangkap dengan fokus gerak pada posisi kaki,



posisi tangan, dan ayunan seperti passing bawah mempermudah peserta didik yang tidak terampil untuk mengikuti pembelajaran dengan percaya diri. Melalui pendekatan bermain memberikan kesenangan belajar pada peserta didik sehingga tidak membosankan dan melelahkan.

Penerapan pendekatan bermain dapat dipercaya sebagai penarik minat peserta didik untuk mengikuti pembelajaran PJOK sehingga dapat meningkatkan kesiapan, motivasi, dan semangat belajar dalam mencapai hasil belajar dengan mudah (Sarwandi. 2022). Penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dapat dianggap sebagai metode yang efektif dalam menarik minat peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan pendekatan ini, diharapkan peserta didik akan merasa lebih tertarik dan terlibat dalam kegiatan pembelajaran, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesiapan mereka untuk belajar, serta memotivasi dan membangkitkan semangat mereka dalam mengikuti pelajaran. Hal ini akan mempermudah peserta didik

dalam mencapai hasil belajar yang optimal dan memuaskan.

### **E. Kesimpulan**

Pendidik merancang strategi pembelajaran dengan mempertimbangkan minat dan kebutuhan peserta didik agar proses belajar menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Salah satu metode yang menarik untuk diterapkan dalam kegiatan belajar adalah modifikasi pembelajaran melalui permainan lempar tangkap, yang dirancang khusus untuk meningkatkan hasil belajar dalam teknik passing bawah. Dengan menggunakan modifikasi ini, pendidik dapat menyesuaikan metode pengajaran dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik secara lebih tepat. Pendekatan permainan lempar tangkap ini berfokus pada gerakan yang relevan, seperti posisi kaki, posisi tangan, dan ayunan yang menyerupai teknik passing bawah, sehingga memudahkan peserta didik yang mungkin kurang terampil untuk mengikuti pembelajaran dengan lebih percaya diri. Sesuai dengan data yang diperoleh dari penelitian ini, hasil ketuntasan belajar pada siklus I mencapai 71,4%, sedangkan pada siklus II mencapai 78,5%,

menunjukkan peningkatan sebesar 7,1%. Maka dapat disimpulkan menggunakan modifikasi pembelajaran melalui permainan lemapr tangkap dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan menarik, menghindari kebosanan dan kelelahan, serta meningkatkan keterlibatan dan motivasi peserta didik dalam proses pembelajaran.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S., dkk, (2015). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta. PT Bumi Aksara
- Aprian, D. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Basket Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Kecil Pada Siswa Kelas V Di Sdn Ciracas 10 Pagi. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.
- Asnaldi, A. (2020). Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Menggunakan Alat Bantu. *Journal of Physical and Outdoor Education*. 2(1), 23-14
- Haprabu, E. S. (2017). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Dengan Menggunakan Media Bola Modifikasi Dan Permainan Sederhana Pada Siswa Kelas V SD Negeri Karang Turi Wonogiri Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 17(1), 61-72
- Hudah, M., & Rais, A. N. (2020). Implementasi Materi Passing Bola Voli Dengan Media Bola Plastik Dan Bola Voli Asli Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Viii Smp Negeri 17 Kota Tegal. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6 (1), 100-107
- Iskandar, M. I. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 1 Tegal dowo, Gemolong, Sragen tahun ajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 17(1), 26-36
- Pardianto, A., A. & Saputra, Y. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Media Kardus Pada Siswa kelas V Sd Negeri Kademangan 1 Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Sport-Mu Pendidikan Olahraga*, 1(1), 10-21.
- Pasaribu, A. M. N. (2016). Pengaruh Gaya Mengajar Dan Motivasi Belajar Passing bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMP Kelas VIII Tahun 2013/2014. *Jurnal SPORTIF*. 2(2), 85-97
- Rubiana, I., (2017). Pengaruh Pembelajaran Shooting (*Free Throw*) Dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil Shooting (*Free Throw*) Dalam

- Permainan Bola Basket. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 248-257
- Saputra, A., D., Hartati. & Asyik, Z. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Free Throw Melalui Pendekatan Media Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Permainan Bola Basket Penelitian Tindakan Pada Siswa Kelas Vii 6 Smp Negeri 16 Palembang. *Gymnasia: Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, 2(1), 133-142.
- Sarwandi. (2022). Penerapan Permainan Kecil Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa Kelas XI Otkp SMKN 2 Tebo. *Dharmas Education Journal*, 3(1), 112-120
- Sistiasih, V. S., & Pradana, S. R. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi)*. 5(2), 571-580
- Wahyudi, A. N., Purnama, N. E., & Prayoga, A. S. (2021). Pengaruh modifikasi bola plastik terhadap keterampilan passing bawahbola voli. *Altius: Jurnal IlmuOlahraga Dan Kesehatan*, 10(2),243-252