TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 2 CERENTI

Hidiatma Mulyadi[1], Kristi Agust[2], Agus Prima Aspa[3] Aref Vai [4] Rola Angga Lardika[5] Agung Hilmi Wahdi[6]
([1,2,3,4,5,6]Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Riau)
[1]hidiatma.mulyadi0836@student.unri.ac.id [2]kristiagust@lecturer.unri.ac.id
[3]agus.prima@lecturer.unri.ac.id [4]aref.vai@lecturer.unri.ac.id [5]rolaanggalardika@lecturer.unri.ac.id [6]agunghilmi@lecturer.unri.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to determine the level of basic volleyball technical skills of extracurricular students at SMP Negeri 2 Cerenti. This research used a quantitative descriptive method with a survey approach and measurement test techniques. The population in this study consisted of all male students participating in the volleyball extracurricular program at SMP Negeri 2 Cerenti, totaling 10 students. The sampling technique used was total sampling, so the entire population was selected as the research sample. The instrument used was a basic volleyball skills test covering underhand passing, overhead passing, underhand service, overhand service, and smash skills based on the instrument developed by Widiastuti. Data analysis techniques employed descriptive statistics in the form of averages and percentages.The results showed that the level of basic volleyball technical skills of the extracurricular students at SMP Negeri 2 Cerenti was categorized as good for 4 students (40%), fair for 3 students (30%), poor for 2 students (20%), and very poor for 1 student (10%). The overall average score of basic volleyball technical skills was 117.40. Based on these findings, it can be concluded that the level of basic volleyball technical skills of extracurricular students at SMP Negeri 2 Cerenti falls into the good category.

Keywords: Extracurricular, Vollyball

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dan teknik tes pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 2 Cerenti yang berjumlah 10 orang siswa putra. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan teknik dasar bola voli meliputi passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, dan smash berdasarkan instrumen dari Widiastuti (2019). Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif berupa rata-rata dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti berada pada kategori baik sebanyak 4 siswa (40%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (30%), kategori kurang sebanyak 2 siswa (20%), dan kategori sangat kurang sebanyak 1 siswa (10%). Nilai rata-rata keseluruhan keterampilan teknik dasar bola voli sebesar 117,40. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti berada pada kategori baik.

Kata Kunci: Bola Volli, Ekstrakurikuler

A. Pendahuluan

Badan Standar Kurikulum Assesment Pendidikan Jasmani adalah suatu proses yang melibatkan aktivitas fisik yang telah direncanakan, bertujuan untuk mendorong perkembangan individu secara fisik, emosional, dan pola pikir (Kiranida, 2019). Tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk membentuk anak atau peserta didik, sehingga mereka dapat mengembangkan keterampilan, sikap, fisik, dan kecerdasan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari (Sari et al., 2024). Pendidikan jasmani mencakup tiga kategori yang perlu diperhatikan, yaitu psikomotor, afektif, dan kognitif, yang masing-masing memiliki tujuan yang spesifik (Dwijayanti & Supriyoko, 2020).

Menurut (Dwiki, 2021), olahraga adalah kegiatan fisik atau psikologis yang bertujuan melatih tubuh manusia agar tetap sehat, baik secara jasmani maupun rohani. Aktivitas olahraga memberikan banyak manfaat, seperti meningkatkan kebugaran, memperkuat sistem kekebalan tubuh, serta berfungsi sebagai sarana rekreasi untuk mengurangi stres. Kegiatan jasmani yang dilakukan dengan intensitas tinggi bertujuan untuk meraih rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam upaya menciptakan individu yang berkualitas. Selain itu, olahraga juga bertujuan untuk memupuk silaturahmi antara sesama olahragawan dan masyarakat luas. Di antara berbagai cabang olahraga yang ada, salah satu yang populer adalah bola voli. Untuk mengembangkan potensi siswa sesuai dengan tujuan pendidikan maka proses penyelenggaraan kegiatan sekolah dibagi menjadi tiga yaitu intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler (Fuadi, 2020: 08). Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam pelajaran dan dilaksanakan di luar kelas untuk menggali setiap potensi siswa (Heksa,2021: 31).

Menurut (Saidah et al., 2020), bola voli adalah permainan yang melibatkan dua tim, masing-masing terdiri dari enam

pemain. Permainan ini dilakukan dengan satu bola yang dipantulkan dari satu pemain ke pemain lainnya melalui teknik passing, diakhiri dengan smash ke area lawan. Setiap tim memiliki enam pemain yang dipisahkan oleh jaring net di tengah lapangan. Di Indonesia, olahraga bola voli diatur oleh organisasi bernama PBVSI (Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia). Secara umum, permainan ini berlangsung di lapangan dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter, sementara garis lini serang memiliki lebar 3 meter.

Dalam permainan bola voli, keterampilan memegang peranan penting dalam menentukan kemenangan suatu tim. Keterampilan ini mencakup berbagai kemampuan, seperti melayani, memblokir, menyerang, menerima, mengatur, dan bertahan. Tim yang mampu meminimalisir kesalahan kemungkinan besar akan lebih sukses meraih kemenangan. Dengan cara bermain yang sederhana, tidak adanya kontak fisik, serta aturan permainan yang tidak rumit, tidak mengherankan jika bola voli sangat digemari di kalangan masyarakat. Teknik dasar permainan bola voli pada awalnya sangat simpel, yaitu memantulkan bola melewati jaring ke lapangan lawan, tanpa ada niatan untuk membuat pihak lawan kesulitan dalam mengembalikannya (Nuril Ahmadi, 2017).

Perkembangan bola voli sangat mudah dipahami, karena awalnya permainan ini dimainkan semata-mata untuk bersenang-senang dan sebagai sarana rekreasi. Namun, seiring berjalannya waktu, bola voli telah bertransformasi menjadi olahraga kompetitif yang bertujuan untuk meraih prestasi. Dalam konteks ini, pemain harus berusaha mengantarkan bola ke lapangan lawan hingga lawan kesulitan atau tidak bisa mengembalikannya. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan dalam permainan bola voli menjadi aspek yang sangat krusial (Nuril Ahmadi, 2017).

Permainan bola voli sendiri merupakan sebuah kegiatan yang kompleks dan tidak dapat dilakukan dengan mudah oleh semua orang. Hal ini dikarenakan permainan ini memerlukan koordinasi gerak yang benar-benar handal untuk melaksanakan semua teknik yang ada (Nuril Ahmadi, 2017). Dalam olahraga ini, terdapat beberapa teknik yang perlu dikuasai oleh pemain. Teknik-teknik dalam bola voli terdiri dari lima bagian, yaitu: 1) servis (servis tangan bawah, tangan samping, dan servis atas), 2) passing (passing atas dan passing bawah), 3) umpan, 4) smash (smash normal, smash semi, smash pull, smash pull straight, dan smash push), serta 5) block.

Passing bawah merupakan teknik yang sering digunakan untuk mengalihkan bola kepada rekan setim. Penting bagi setiap pemain untuk mampu mengendalikan kekuatan bola yang datang dengan keras dan mengarahkannya kepada teman sejawat agar dapat melakukan operan overhead atau umpan. Teknik ini menjadi langkah awal dalam sebuah penyerangan. Jika operan yang diberikan tidak baik, pengumpan akan mengalami kesulitan dalam menyiapkan bola yang tepat untuk para penyerang (Viera, 2014). Passing adalah usaha seorang pemain untuk mengoper bola kepada anggota timnya, agar bola dapat dimainkan di area sendiri dan siap untuk dismash oleh rekan tim. Passing bawah adalah teknik yang dilakukan pemain dengan cara mengoper atau menerima bola dengan menggunakan kedua tangan secara bersamaan dan dihadapkan ke arah rekan setim (Bujang, 2021).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada siswa ekstrakurikuler di SMP negeri 2 cerenti ditemukan bahwasanya dalam olahraga bola voli seluruh siswa dapat mengikuti dan bermain namun untuk bermain dengan baik dan bener diperlukan penguasaan teknik dasar bola voli, kemampuan siswa ekstrakurikuler bola voli yang baik akan mendukung permainan berjalan dengan baik juga karena olahraga bola voli termasuk kedalam olahraga yang komplek. Oleh sebab itu peneliti menemukan bahwa belum atau tidak adanya peneliti yang membahas tentang kemampuan teknik dasar siswa ekstrakurikuler di sekolah tersebut.

Berdasarkan analisis permasalahan yang telah disajikan di atas, penulis berkeinginan untuk meneliti lebih dalam mengenai "Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti". Pendidikan jasmani merupakan komponen penting dalam keseluruhan proses pendidikan, berfungsi untuk meningkatkan kinerja individu melalui berbagai aktivitas fisik yang dipilih secara spesifik untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Bucher, 2012).

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Cerenti pada tanggal 17 Desember 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 2 Cerenti yang berjumlah 10 orang siswa. Teknik

pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan teknik dasar bola voli berdasarkan Widiastuti (2019), yang meliputi:

1. Tes passing bawah
2. Tes passing atas
3. Tes servis bawah
4. Tes servis atas
5. Tes smash

Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata, distribusi frekuensi, dan persentase.

2.1 Analisis Data

2.1.1 Menghitung Nilai Rata-rata

Nilai rata-rata merupakan rata-rata nilai setiap individu dari keseluruhan sampel tes dari setiap item tes, nilai rata-rata diperoleh dari hasil keseluruhan nilai sampel kemudian di bagi dengan jumlah sampel tes. Perhitungan rata-rata diperlukan untuk mengetahui jumlah keterampilan rata-rata sampel dari setiap item tes, untuk mengetahui nilai rata-rata menggunakan rumus yang dikemukakan oleh (Sudjana, 2001) sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Keterangan :

$\bar{X}$ = Nilai rata-rata yang dihitung

$\sum x_i$ = Jumlah skor X

n = Jumlah sampel penelitian

2.1.2 Menghitung Nilai Persentase

Menurut Sudijono dalam (Susanti, 2015) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{n}\, x\, 100\%$$

Keterangan :

P = Angka Persentase

F =Frekuensi

N =Jumlah responden (anak)

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar bola voli diperoleh data deskriptif sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli

Teknik Dasar	Mean	Nilai Max.	Nilai Min
Passing Bawah	35,10	45	15

Teknik Dasar	**Mean**	**Nilai Max.**	**Nilai Min**
Passing Atas	45,20	56	35
Servis Bawah	19,80	23	15
Servis Atas	17,30	25	12
Smash	15,60	20	12
Teknik Dasar Bola Voli	117,40	138	90

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing bawah siswa berada pada kategori cukup dengan rata-rata 35,10. Keterampilan passing atas berada pada kategori cukup dengan rata-rata 45,20. Keterampilan servis bawah berada pada kategori baik dengan rata-rata 19,80. Keterampilan servis atas berada pada kategori cukup dengan rata-rata 17,30. Sedangkan keterampilan smash berada pada kategori cukup dengan rata-rata 15,60.

Secara keseluruhan tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Kategori Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	0	0%
Baik	4	40%
Cukup	3	30%
Kurang	2	20%
Sangat Kurang	1	10%
Jumlah	10	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori baik sebanyak 4 siswa atau 40% namun rata-rata nilai yang diperoleh oleh siswa ektrakurikuler sebesar 117,40 nilai ini masuk pada kategori Cukup interval $110 < X \leq 125$.

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga bola besar yang dapat dipermainkan oleh berbagai kalangan termasuk juga siswa sekolah. Di SMP negeri 2 cerenti juga terdapat ekstrakurikuler bola voli namun hanya untuk siswa atau putra. Pada penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat tingkat keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar bola voli. Dimana teknik dasar tersebut ada passing bawah dan atas, servis bawah dan atas serta smash atau serangan.

Penelitian dengan jenis kuantitatif ini menggunakan instrument tes keterampilan bola voli dari buku widiastuti 2019. Dimana tes keterampilan ini di berikan kepada

siswa di SMP negeri 2 sebanyak 10 orang siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli. Pengambilan data dilaksanakan di SMP negeri 2 cerenti selama 1 minggu.

Hasil penelitian yang telah diperoleh dan di analisis menggunakan rumus persentase diketahui bahwa pada tiap-tiap teknik dasar yang dikuasai siswa berbeda-beda.

Passing bawah

Merupakan teknik resive atau disebut teknik pertahanan juga dapat dijadikan teknik menerima bola dari lawan. Diketahui penguasaan keterampilan siswa berbeda-beda namun jika dilihat dari data deskriptif statistik rata-rata yang diperoleh sebesar 35,10 dan nilai tertinggi yang dicapai sebesar 45 dan terendah 15. Nilai tersebut jika dimasukkan kedalam kategori keterampilan teknik passing bawah bawah maka memperoleh kategori “cukup” yaitu rentang 31 < X ≤ 40.

Passing Atas

Passing atas merupakan teknik resive namun lebih sering digunakan untuk mengumpan bola kepada teman satu tim untuk melakukan serangan. Dari tes yang telah dilakukan di temukan hasil rata-rata sebesar 45,20 dan nilai tertinggi yang dicapai sebesar 56 dan terendah 35. Jika dilihat pada nilai kategori nilai rata-rata tersebut masuk pada interval 42 < X ≤ 48 yang berarti “cukup”.

Servis Bawah

Servis Bawah merupakan teknik dasar yang digunakan untuk memulai permainan bola voli dan juga merupakan modal awal bagi keberlangsungan permainan, melakukan kesalah pada teknik ini akan merupakan tim karenakan dapat memberikan poin kepada tim lawan oleh sebab itu diperlukannya penguasaan teknik. Keterampilan teknik dasar servis bawah di SMP negeri 2 cerenti diketahui dari tes keterampilan nilai rata-rata diperoleh sebesar 19,80 dan nilai tertinggi diraih sebesar 23 dan untuk terendah 15. Jika dimasukkan kedalam ketegori nilai ini berada pada kategori “cukup” karena berada pada interval 18 < X ≤ 21.

Servis Atas

Servis Atas merupakan teknik dasar yang digunakan untuk memulai permainan bola voli namun teknik ini

sedikit berbeda dengan servis bawah dimana pada teknik ini lebih diperlukan tenaga dan waktu yang tepat antara waktu melambung bola dan perkenaan dengan ayunan tangan. Diketahui deskriptif statistik untuk nilai rata-rata sebesar 17,30 dan nilai tertinggi yang diperoleh sebesar 25 serta yang terendah 12. Jika disandingkan dengan norma servis atas maka nilai tersebut termasuk kedalam kategori "cukup" berada pada interval 15 < X ≤ 20.

Smash

Smash merupakan teknik serangan dengan tujuan untuk mendapatkan poin dari tim lawan, saat melakukan smash diperlukannya kekuatan fisik dan juga teknik yang benar. Penguasaan teknik smash siswa SMP negeri 2 cerenti setelah diketahui nilai rata-rata sebesar 15,60 dan nilai tertinggi yang diperoleh sebesar 20 dan terendah 12. Ini termasuk kedalam interval 14 < X ≤ 17 atau kategori "cukup".

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Cerenti berada pada kategori cukup berdasarkan nilai rata-rata. Dari 10 siswa yang diteliti, sebanyak 4 siswa (40%) berada pada kategori baik, 3 siswa (30%) kategori cukup, 2 siswa (20%) kategori kurang, dan 1 siswa (10%) kategori sangat kurang. Disarankan kepada pelatih dan guru olahraga untuk meningkatkan program latihan teknik dasar bola voli secara terstruktur dan berkesinambungan terutama pada teknik servis atas dan smash agar kemampuan siswa semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Afandi, M. (2016). Pengantar metodologi penelitian pendidikan. Semarang: CV. Lamalifah.

Ahmadi, N. (2014). Panduan lengkap pendidikan jasmani dan olahraga. Jakarta: Bumi Aksara.

Ahmadi, N. (2017). Pembelajaran pendidikan jasmani: Permainan bola voli. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Arsyii, N., & Pd, M. M. (2020). Evaluasi Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Pasir Putri PUSLATDA Jawa Timur. Jurnal Prestasi Olahraga. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/36922%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id/index.p

hp/jurnal-prestasi-olahraga/article/download/36922/32980

Arikunto, Suharsimi. 2015. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.

Arte, & Wahyudi. (2020). Teknik dasar dan strategi permainan bola voli. Jakarta: Penerbit Olahraga Nusantara.

Barbara L.V & Bonnie J.Freguson. 2014. Bolavoli Tingkat Pemula, Cet. Terbaru. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Beutelstahl, D. 2013. Belajar Bermain Bola Volley. Bandung: Pionir.

Beutelstahl, Dieter.(2005).Belajar Bermain Bola Voli. Bandung: CV.Pionir Jakarta.

Bucher, C. A., & Wuest, D. A. (2012). Physical Education, Exercise Science And Sport. McGraw-Hill Companies Inc.

Bujang, M. (2021). Teknik dasar permainan bola voli. Bandung: CV Putra Mandiri.

Cholik, Toho Mutohir.(2013).Permainan Bola Voli.Surabaya: Graha Pustaka Media Utama.

Dwijayanti, K., & Supriyoko, A. (2020). Peningkatan pembelajaran gerak lokomotor menggunakan Model Aktivitas Sirkuit (MAS) melalui pos kemampuan anak siswa sekolah dasar Improved locomotor motion learning using the Circuit Activity Model (MAS) through the post ability of elementary school child. Online) Journal of Physical Activity (JPA), 1(2), 92. https://journal.apopi.org/index.php/jpa

Dwiki. (2021). Pengantar Pendidikan Olahraga. Jakarta: Pustaka Nusantara.

Felawati, N. (2024). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pada Siswa Kelas Xi Sman 4 Banda Aceh.

Gunawan (2018) Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Bola Voli SMP N 22 Sarolangun, Jambi : Skripsi

Gunawan, B. K. (2018). Teknik dasar permainan bola voli. Jakarta: Pustaka Olahraga Mandiri.

Hidayat, W. (2017). Dasar-dasar teknik olahraga. Bandung: Cipta Prima Nusantara.

Ilham, I., Oktadinata, A., & Kholidman, I. (2019). Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh. Jurnal Cerdas Sifa, 1(1), 56–67.

Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. Jurnal Tunas Bangsa, 6(2), 318–328. https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/download/969/906/

Kristian Pradana, Catur Wahyu Priyanto, & Liska Sukiyandari.

(2022). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Usia 13-15 Tahun Putra Pada Klub Bola Voli Taruna Merah Putih Kota Semarang Tahun 2021. JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran), 8(2), 59–71. https://doi.org/10.36728/jip.v8i2.2018

Koesyanto, H. (2013). Teknik dasar permainan bola voli. Surabaya: Pustaka Pelajar.

Kusumawati. (2014). Metodologi penelitian manajemen. UMM Press.

Moleong, Lexy J. 2013. Metode Penelitian Kualitatif. Edisi Revisi. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Muhajir. 2014. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Erlangga.

Munasifah. 2014. Bermain Bola Voli. Semarang: Aneka Ilmu.

Putra, A. P. (2015). PENINGKATAN KEMAMPUAN AKURASI SMASH BOLA VOLI DENGAN METODE TARGET GAMES PESERTA DIDIK KELAS VII SMP NEGERI 4 KALASAN SLEMAN. Universitas Negeri Yogayakarta.

Ridwan, M. (2016). Psikologi olahraga: Konsep dan aplikasi dalam pembinaan atlet. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Saidah, N., Bakti, R. A., & Muharram, N. A. (2020). Penerapan Modifikasi Bola Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Servis Bawah Permainan Bolavoli Mini Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 4 Made Lamongan Tahun Ajaran 2019/2020. Jurnal SPRINTER, 1(1), 57–66.

Salbah, Z. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Bola Voli Dengan Media Kartu Tugas Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Duapitue Kabupaten Sidrap. Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI), 2(1), 12–18.

Sari, Y. Y., Dhitia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Tunas Pendidikan, 6(2), 478–488. https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657

Sitepu, H. B., & Tindaon, J. (2022). TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BERMAIN BOLA VOLI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 1 KABANJAHE KABUPATEN KARO. Jurnal Pendidikan Simalem, 1(1), 8–14.

Susanti, E. (2015). Survei Keterampilan Passing Bawah Persertaekstrakurikuler Bolavoli DI SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015. In Etika Jurnalisme Pada Koran Kuning : Sebuah Studi Mengenai Koran Lampu Hijau (Vol. 16, Issue 2). universitas negeri yogyakarta.

Susanto, T., Sugihartono, T., & Pujianto, D. (2019). Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis Atas Melalui Penerapan Latihan Menggunakan Dumbbell Pada Siswa Kelas X Ips 6 Sma Plus Negeri 7 Bengkulu. Kinestetik, 3(1), 125–131. https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8903

Subroto, Juliantine dan Yudiana, 2015. Belajar dan Pembelajaran Penjas. Bandung: UPI.

Sudijandoko, Andun. 2015. Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang Efektif dan Berkualitas. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Volume 8 No.1. 2015.

Sugiyono. (2006). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sujarwo, S. (2019). Pembelajaran keterampilan bolavoli untuk siswa dan pelatih. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sukendro, S. (2012). Statistika pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sukrisno, dkk. (2014). Pembelajaran bola voli untuk pelatih dan guru. Jakarta: Mitra Sukses Mandiri.

Sutarmin, & Wahyuni, S. (2015). Pembelajaran pendidikan jasmani: Permainan bola besar. Yogyakarta: UNY Press.

Umboro, B. T. (2009). Dasar-dasar keterampilan bermain bola voli. Yogyakarta: Andi Offset.

Viera, A. (2014). Teknik dasar permainan bola voli. Jakarta: CV RajaGrafindo Persada.

Wahjoedi. (2001). Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Wawan Junresti Daya (2019). Bola Voli. Jambi: Salam Media Indonesia.

Widiastuti, R. (2019). Metodologi penelitian pendidikan. Yogyakarta: Deepublish.

Widiastuti. (2011). Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta Timur: PT Bumi Timur jaya.

Yoga. (2014). Dasar-dasar teknik passing dalam bola voli. Bandung: CV Sportindo.

Yunus. 2012. Olahraga Pilihan Bola Voli. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. PPTK