



## PENERAPAN MEDIA BOLA GANTUNG TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI

<sup>1</sup>Agustina Harun, <sup>2</sup>Aisah R. Pomatahu, <sup>3</sup>Sarjan Mile

<sup>1\*2\*3\*</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Negeri Gorontalo

Kontak Penulis: <sup>1</sup>[agustinaharun22@gmail.com](mailto:agustinaharun22@gmail.com), <sup>2</sup>[aisahpomatahu@ung.ac.id](mailto:aisahpomatahu@ung.ac.id), <sup>3</sup>[sarjanmile@ung.ac.id](mailto:sarjanmile@ung.ac.id)

### ABSTRAK

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut : apakah dengan metode permainan bola gantung dapat meningkatkan teknik dasar passing bawah bola voli pada siswa kelas VII-A di Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan passing bawah permainan bola voli melalui media bola gantung pada siswa kelas VII-A di Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango. Berdasarkan data yang telah diperoleh pada penelitian tindakan kelas dengan penerapan media bola gantung terhadap peningkatan passing bawah bola voli pada mata pelajaran penjas yang dilaksanakan dengan dua siklus, ternyata mengalami peningkatan yang signifikan. Digambarkan pada tahap observasi awal hasil belajar teknik dasar passing bawah pada murid kelas VII-A Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango meningkat dari 52,38 pada kondisi awal menjadi 71,85 pada akhir siklus I kemudian dilanjutkan ke siklus II dan mengalami peningkatan menjadi 80,93 pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa dengan menggunakan penerapan media bola gantung dalam pembelajaran mempunyai pengaruh dalam meningkatkan teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli.

**Kata Kunci:** teknik passing bawah, permainan bola voli, media bola gantung

### ABSTRACT

The research problem in this study is: Can the hanging ball game method improve the basic underhand volleyball passing technique in Grade VII-A students at Mts. Al-Ikhlas Bilungala Islamic Junior High School, Bone Bolango Regency? This research aims to determine the improvement of underhand volleyball passing through the hanging ball media in Grade VII-A students at Mts. Al-Ikhlas Bilungala Junior High School, Bone Bolango Regency. Based on the data obtained from classroom action research with the application of hanging ball media for improving underhand volleyball passing in physical education classes conducted over two cycles, there was a significant improvement. Described in the initial observation phase, the learning outcomes of the basic underhand passing technique in Grade VII-A students at Mts. Al-Ikhlas Bilungala Junior High School, Bone Bolango Regency, increased from 52.38 at the initial condition to 71.85 at the end of cycle I, continued to cycle II, and increased to 80.93 at the end of cycle II. Thus, this proves that the application of hanging ball media in learning influences the improvement of the basic underhand passing technique in volleyball.

**Keywords:** *underhand passing technique, volleyball game, hanging ball media*

## **Pendahuluan**

Olahraga merupakan suatu aktifitas fisik yang tersusun dan dirancang mulai dari arah, tujuan, waktu dan lokasinya. Tujuan daripada olahraga itu sendiri yaitu untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik seseorang dan juga sebagai media penghibur bagi pemain ataupun penonton. Didalam kehidupan sehari-hari, olahraga juga sudah menjadi suatu kebutuhan pokok karena dapat meningkatkan kebugaran yang di perlukan.

Menurut UU No 11 Tahun 2022 pasal 1 menyebutkan bahwa Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial dan budaya. Peran pendidikan Jasmani dalam proses pembelajaran sangatlah penting, karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani sangat diperlukan di sekolah karena menjadi sarana untuk menyalurkan bakat-bakat yang dimiliki setiap siswa, siswa juga dapat meningkatkan kreativitas, keterampilan, kebugaran jasmani, dan kebiasaan hidup sehat.

Pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga merupakan salah satu proses pembelajaran yang wajib di cantumkan di kurikulum, terutama pada anak usia dini. Dengan tujuan untuk memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan membiasakan hidup sehat. Mengingat betapa pentingnya proses pendidikan jasmani dalam meningkatkan kesehatan dan kualitas keterampilan siswa maka diadakanlah kegiatan pembelajaran di bidang olahraga seperti ekstrakurikuler. Dimana dalam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki begitu banyak cabang olahraga salah satunya cabang olahraga bola voli.

Olahraga bola voli merupakan olahraga yang menggunakan bola besar dan dimainkan oleh dua regu yang berlawanan, dimana masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain. Olahraga bola voli ini dimainkan dengan cara memantul-mantulkan bola agar tidak menyentuh tanah, dan bola harus melewati bagian atas jarring/net. Dalam permainan bola voli dapat dilakukan secara efektif dengan cara penguasaan terhadap teknik dasar dalam olahraga bola voli itu sendiri. Adapun teknik dasar permainan bola voli yaitu teknik dasar servis (*service*), passing, pukulan (*smash*), dan bendungan (*blocking*).

Permainan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dengan sungguh-sungguh, akan tetapi dalam melakukan permainan tidak terdapat kesungguhan yang sebenarnya. (Nugroho Susanto dalam Nurhalimah Hakiki dan Khusnul Khotimah 2020 : 23). Yudrik dalam Teguh Dwi Prasetya, dkk (2018 : 73) mengatakan bahwa permainan adalah salah satu bentuk aktifitas sosial yang dominan pada awal masa kanak-kanak. Jadi melalui permainan, memungkinkan anak-anak mengembangkan kompetensi dan keterampilan yang diperlukannya dengan cara yang menyenangkan.

Permainan merupakan bagian didalamnya dari bidang studi pendidikan jasmani yang memiliki banyak macam, dengan bermain secara tidak langsung memacu seseorang mengembangkan secara keseluruhan. (Muhammad Syamsul Taufik 2018 : 28)

Permainan bola voli salah satu hal yang sangat penting dalam mendapatkan point ataupun untuk memulai serangan yaitu dengan teknik dasar passing bawah. Passing bawah adalah gerakan mengayunkan tangan dari bawah ke atas secara bersamaan dengan sentuhan bola pada kedua pergelangan tangan bagian atas.

Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang terdiri dari masing-masing regu berjumlah 6 orang yang membutuhkan kerja sama dengan tujuan untuk menjatuhkan bola ke daerah lawan menggunakan tangan.

Olahraga Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan 6 orang dalam setiap regunya yang terdiri dari libero,spikers,dengan memainkan bola maksimal 3 sentuhan dalam setiap permainannya. Baik putra maupun putri. Dalam setiap cabang olahraga terdapat aturan yang mengikat dalam setiap permainannya yang dilakukan oleh setiap induk prganisasi olahraga salah satunya PBVSI baik peraturan perwasitan maupun peraturan pertandingan yang berlaku. (Yudiana dan Subroto dalam Matrik Sulton Andara, dkk 2021 : 9)

Menurut Ahmadi dalam Supriyanto dan Martiani (2019 : 75) permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Oleh karena itu permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan gerakan yang ada dalam permainan bola voli

Selanjutnya menurut Kharisma dalam Ibnu Hamzah,dkk (2019:60) mengatakan bahwa permainan bola voli adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang bertujuan untuk menjatuhkan bola ke daerah lawan menggunakan tangan. Permainan bola voli terdiri dari berbagai teknik yang dapat di kuasai

Teknik dasar pada permainan bola voli adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bola voli. Teknik dasar tersebut harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu,sehingga dapat mengembangkan mutu permainan. Namun keterampilan teknik saja belum dapat mengembangkan permainan untuk penguasaan taktik yang benar perlu diterapkan suatu taktik. (Tuti Sarwita 2017 : 33)

Teknik dasar boal voli merupakan faktor penting yang harus diperhatikan dalam keterampilan bermain bola voli, dengan tekni bermain yang baik dan benar akan berdampak pada produktivitas dan efektifitas dalam permainan bola voli. (Beutelshal dalam Edi Irwanto 2017 : 11)

Passing merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli yaitu dengan cara mengoper/mengumpan bola kepada rekan satu tim atau mengembalikan serangan dari lawan. Dalam teknik dasar passing ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu passing bawah dan passing atas.

Passing bawah bola voli merupakan salah satu teknik dasar pada permainan bola voli yang wajib dikuasai,karena passing bawah berguna untuk menerima servis,mengoper bola ke rekan satu tim ataupun untuk mengoper kepada toser agar mempermudah menciptakan serangan. Sedangkan menurut Deka Ismi Mori Saputra dan Gusniar (2019:66),Passing bawah yaitu passing yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan,dengan ayunan tangan dan perkenaan dari bawah lengan,perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran.

Passing merupakan teknik dasar bola voli yang berfungsi untuk memainkan bola dengan teman seregunya dalam lapangan permainan sendiri. Di samping itu juga, passing sangat berperan untuk mendukung penyerangan atau smash. (Desak Nyoman Tri Widiawati 2021-714)

Bola digantung yang dimaksud dalam pengertian ini adalah bola yang digantung dengan seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos pada pengikat tali,dengan menggunakan bola voli pada ketinggian sesuai dengan jangkauan pemain. (Sukendro,dkk

2021 : 46).

Gustaman Candra Pardini (2021 : 3) menyatakan bola yang digantung merupakan salah satu media penyampaian informasi kepada penerimanya dalam hal ini informasi posisi badan yang benar dan momentum perkenaan telapak tangan dengan bola.

Latihan bola gantung adalah latihan dengan memukul bola yang digantungkan pada sebuah alat, pemain memukul bola secara terus menerus. (Annisa Noviandri Putri 2022 : 40).

### Metode

Penelitian ini merupakan suatu jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang akan dilaksanakan di Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango khususnya kelas VIIA.

Tahap pelaksanaan dalam penelitian ini adalah unsur kerja sama antara peneliti dengan guru mitra dalam hal ini guru Pendidikan Jasmani, dimana pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang dimaksud harus sesuai dengan scenario tindakan. Prosedur penelitian ini berdasarkan dalam setiap siklus, apabila hasil tindakan dalam siklus belum mencapai indikator yang telah diterapkan maka pelaksanaan dilanjutkan ke siklus berikutnya

Tahapan pemantauan dan evaluasi akan dilaksanakan pada saat proses penelitian berlangsung. Pelaksanaan tindakan tersebut peneliti mengadakan penelitian serta mengambil data terhadap perkembangan siswa yang ada di lapangan. Dalam hal ini di teliti adalah kemampuan dalam melakukan passing bawah pada permainan bola voli. Apabila pelaksanaan tindakan tersebut telah selesai, peneliti bersama guru mitra akan memberikan umpan balik untuk mengevaluasi kembali hasil tindakan.

Berdasarkan tahap analisis data refleksi yang telah diuraikan sebelumnya maka untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data antara lain : Observasi, Persiapan meliputi : Persiapan, Gerakan dan akhir gerakan.

Tabel 1. Rubrik penilaian

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak				Total	Rata-Rata
	1	2	3	4		
a. Sikap Persiapan 1. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu. 2. Kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan. 3. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar, dan pandangan ke arah datangnya bola.						
b. Sikap pelaksanaan 1. Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola, bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit						

terangkat dari lantai. 2. Usahakan arah datangnya bola tepat pada pergelangan tangan						
c. Sikap Akhir 1. Kembali ke sikap awal 2. Pandangan ke arah depan 3. Kembali psosisi siap menerima bola						
Jumlah						
Jumlah Skor Maksimal 32						

Sumber : Paryanto (2020 : 47-48)

Teknik analisis data di lakukan berdasarkan analisis di mulai dengan mempelajari seluruh data yang ada. Data di renungkan kembali derdasarkan masalah-masalah yang di teliti dan selanjutnya di susun dalam satuan-satuan dan kategorisasi.

Proses analisis data di lakukan sejak awal penelitian sampai pada proses pengumpulan data selesai. Data teknik passing bawah dalam permainan bola voli, diambil melalui tes akhir siklus, kemudian di analisis untuk mencari data-data dan ketuntasan belajar siswa baik secara individu maupun klasikal. Selanjutnya, dari data tersebut di sesuaikan pada kriteria ketuntasan belajar yang telah di tetapkan pada indikator kinerja pada penelitian ini. Hasil analisis data di harapkan terjadinya peningkatan hasil belajar dan jika ternyata hasil pada siklus pertama belum selesai dengan apa yang di harapkan telah di tetapkan dari indikator kinerja maka akan di lanjutkan selanjutnya. Siklus dapat di hentikan apabila hasil belajar siswa telah mencapai kriteria ketuntasan, baik secara individu maupun klasikal. Dengan ATP (Alur Tujuan Pembelajaran) yaitu 75 dengan penilaian melalui presentasi hasil belajar yakni :

Tabel 2. Kriterion Penilaian

Kriteria Penilaian	Kategori
80-100	Baik Sekali
75-79	Baik
60-69	Cukup
45-59	Kurang
0-44	Kurang Sekali

Sumber : (Husdarta dan Saputra, 2013:110).

## Hasil

### Pelaksanaan Penelitian

#### Siklus I

Melalui hasil praktek pada siklus 1 yang telah dilaksanakan, telah menunjukkan bahwa ada peningkatan dari observasi awal. Namun masih ada siswa yang belum menguasai teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli. Setelah diberi perlakuan menggunakan media bola gantung, kemampuan siswa menjadi lebih baik dari pada sebelum diberikan perlakuan menggunakan media bola gantung pada tes pra siklus. Hasil dari pelaksanaan tes siklus 1 ini setelah diberikan perlakuan melalui media bola gantung

maka dapat kita hitung sebagai berikut : Siswa dengan kriteria nilai baik : Berjumlah 8 siswa, Siswa dengan nilai cukup : Berjumlah 11 siswa. Dari data evaluasi siklus 1 diatas, sudah meningkat secara signifikan, secara keseluruhan meningkat menjadi **71,85%** sehingga siswa kelas VII.A Mts Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango sudah mendapatkan nilai yang baik dalam melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli. Meskipun nilai siswa sudah meningkat namun nilai tersebut belum memenuhi Alur Tujuan Pembelajaran PJOK yaitu 75.

Tabel 3 Rekapitulasi Data Siklus 1

Rentang Nilai	Keterangan	Rata-Rata	Jumlah	Presentase
80-100	Sangat Baik	0	0	0%
75-79	Baik	76,90	8	44,44%
60-69	Cukup	67,77	10	55,56%
45-59	Kurang	0	0	0%
0-44	Kurang Sekali	0	0	0%
Jumlah			18	0%

(Sumber Data Hasil Penelitian Harun Agustina 2023)

Melalui hasil data pada siklus I yang telah diperoleh tersebut, maka masing-masing aspek menunjukkan keberhasilan pembelajaran yang mencapai **71,85%** sehingga penelitian ini perlu dilanjutkan pada pelaksanaan tindakan Siklus II karena dari hasil data perolehan belum mencapai indikator kerja 80%.

Berdasarkan kegiatan penelitian tindakan kelas yang dilakukan dengan judul “Meningkatkan Teknik Dasar Pukulan *Forehand Drive* dalam Permainan Tenis Meja Melalui Media Dinding pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 4 Gadung

Berdasarkan hasil observasi awal pada lampiran hasil observasi awal, maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang memperoleh hasil pada kategori Sedang ada 6 siswa atau 40% dengan rata-rata 52,08 dan pada kategori Rendah ada 9 siswa atau 60% dengan nilai rata-rata 43,83. Untuk deskripsi hasil dari rekapitulasi data awal dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 3. Rekapitulasi Nilai Observasi Awal

Rentang Nilai	Keterangan	Rata-Rata	Frekuensi	Persentase (%)
85 - 100	Sangat Tinggi	0	0	0%
70 - 84	Tinggi	0	0	0%
50 - 69	Sedang	52,08	6	40%
30 - 49	Rendah	43,83	9	60%
0 - 29	Sangat Rendah	0	0	0%
Jumlah			15	100%

Sumber Data: Moh. Andriansya (September, 2023)

Melalui hasil data pada siklus I yang telah diperoleh tersebut, maka masing-masing aspek menunjukkan keberhasilan pembelajaran yang mencapai **71,85%** sehingga penelitian ini perlu dilanjutkan pada pelaksanaan tindakan Siklus II karena dari hasil data perolehan belum mencapai indikator kerja 80%.

### Siklus II

Hasil dari pelaksanaan siklus II ini setelah diberikan perlakuan melalui media bola gantung, maka dapat kita hitung sebagai berikut : Siswa dengan kategori sangat baik : Berjumlah 10 siswa, Siswa dengan kategori baik : Berjumlah 8 siswa. Dari data evaluasi siklus II sudah meningkat secara signifikan, secara keseluruhan meningkat menjadi **80,93%** sehingga siswa kelas VII.A Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango sudah mendapatkan nilai yang baik dalam melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli. Dari hasil yang telah didapat pada pelaksanaan siklus II ini, secara klasikal sudah memenuhi Alur Tujuan Pembelajaran PJOK yaitu 75. Dari hasil penelitian siklus II, sudah mencapai tujuan dan harapan peneliti. Maka penelitian ini sudah cukup sampai pada siklus II. Berdasarkan data pada tabel 4.5 diatas bahwa dalam proses pembelajaran guru sudah mampu mengelola pembelajaran dengan baik. Pada pelaksanaan kegiatan siklus II guru sudah optimal. Sehingga kegiatan guru dalam proses pembelajaran secara keseluruhan sudah dapat dikategorikan baik, sehingga guru sudah dapat menggunakan *media bola gantung* sesuai yang diharapkan.

Tabel 4. Rekapitulasi Data Siklus 2

Rentang Nilai	Keterangan	Rata-Rata	Jumlah	Presentase
80-100	Sangat Baik	83,46	10	55,56%
75-79	Baik	77,77	8	44,44%
60-69	Cukup	0	0	0%
45-59	Kurang	0	0	0%
0-44	Kurang Sekali	0	0	0%
Jumlah			18	0%

(Sumber Data Hasil Penelitian A. Harun 2023)

Melalui hasil data pada siklus 2 yang telah diperoleh tersebut, maka masing-masing aspek menunjukkan keberhasilan pembelajaran yang mencapai 80,93% sehingga penelitian ini sudah cukup sampai pada Siklus II karena dari hasil data perolehan sudah mencapai indikator kerja 80%.

### Pembahasan

Berdasarkan data yang telah di peroleh pada penelitian tindakan kelas dengan judul “Penerpan Media Bola Gantung Terhadap Peningkatan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII.A Di Mts. Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango” dengan jumlah siswa 18 orang sebagai objek penelitian yang terdiri dari 11 orang laki-laki dan 7 orang perempuan. Penelitian ini dilaksanakan dengan 2 siklus, yakni siklus I dan Siklus II. Siklus II dilaksanakan setelah hasil yang diperoleh pada siklus I belum mencapai indikator kinerja yang telah ditetapkan. Data penelitian yang diperoleh berupa observasi, pembelajaran praktek teknik passing bawah permainan bola voli, evaluasi dan dokumentasi langsung untuk memperoleh beberapa hal yang terkait dengan masalah

pembelajaran yang akan ditindaki. Pelaksanaan tindakan berikutnya menjadi dasar dalam menentukan metode yang digunakan sebagai alat dalam memecahkan masalah untuk dilaksanakan penelitian tindakan kelas ini.

Berdasarkan hasil penelitian, observasi awal atau pra siklus ketuntasan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VII.A Mts Al-Ikhlas Bilungala Kabupaten Bone Bolango belum mencapai ketuntasan. Dimana hasil dari observasi awal yaitu seluruh siswa yang berjumlah 18 orang belum mencapai kategori ketuntasan.

Dengan dilaksanakannya penelitian tindakan kelas melalui penerapan “*Media Bola Gantung*” akan memperoleh hasil yang diharapkan. Penggunaan media bola gantung ini diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa sesuai dengan kriteria ketuntasan

Melalui hasil penelitian pada observasi awal yang kurang baik yaitu 52,38% dan pada siklus I mengalami peningkatan menjadi 71,85%, akan tetapi peningkatan ini masih belum mencapai indikator kinerja yang telah ditetapkan yaitu 80%. Untuk itu dilaksanakan tahap selanjutnya yaitu pelaksanaan tindakan pada siklus II. Sebelum diadakannya tindakan pada siklus II diadakan refleksi tindakan yang bertujuan untuk melihat kelemahan dan kekurangan yang terdapat pada siklus I dan akan dioptimalkan pada siklus II.

Hasil penelitian siklus II telah mengalami peningkatan yang dimana sudah mencapai indikator kinerja yang ditetapkan, sehingganya dengan penerapan media bola gantung dapat meningkatkan passing bawah pada permainan bola voli

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat dikemukakan kesimpulan penelitian sebagai berikut. Dengan Penerapan Media Bola Gantung Dapat Meningkatkan Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Kelas VII.A. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya jumlah siswa yang memperoleh nilai ketuntasan belajar dimana pada observasi awal hanya mencapai 52,38%, sehingga meningkat menjadi 71,85% pada hasil siklus I dan hasil siklus II meningkat lagi menjadi 80,93%.

### **Referensi**

- Annisa Noviandri Dwi Putri, M.Sazeli Rifki, Donal Syafrianto, 2022, *Pengaruh Penerapan Latihan Bola Digantung Terhadap Kemampuan Service Atas Pemain Bola Voli Putra.*
- Deka Ismi Mori Saputra, Guaniar, 2019, *Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Bermain Melempar Bola*
- Desak Nyoman Tri Widiawati, 2021, *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Materi Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli Dengan Pembelajaran Kooperatif Melalui Media Video Pembelajaran Pada Siswa Kelas 7 D Smp Negeri 3 Abiansemal Tahun Pelajaran 2020/2021.*
- Edi Irwanto, 2017, *Pengaruh Metode Resiprokal Dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli.*
- Gustaman Candra Pardini, 2021, *Pengaruh Alat Modifikasi Bola Gantung Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli.*



- Ibnu Hamzah, Agi Ginanjar, Anang Setiawan, 2019, *Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli.*
- Matrik Sulton Andara, Yulia Ratimiasih, Maftukin Huda, 2021, *Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Bina Taruna Kota Semarang Tahun 2021.*
- Muhamad Syamsul Taufik, 2018, *Meningkatkan Teknik Dasar Dribbling Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan.*
- Nurhalimah Hakiki, Khusul Khotima, 2020, *Penggunaan Permainan Edukatif Tradisional Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini.*
- Paryanto, 2020, *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (Student Teams Achievement Division) Untuk Pelajaran Passing Dalam Permainan Bola Voli.*
- Sukendro, Ekawarna, Fajar Dwirahayu, Ely Yuliawam, 2021, *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Smash Bola Voli Siswa Kelas X Smk Negeri 5 Tanjab Barat Melalui Pendekatan Gaya Mengajar Latihan Power Tungkai Dengan Menggunakan Modifikasi Bola Gantung.*
- Supriyanto, Marrtiani, 2019, *Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Smash Dalam Permainan Bola Voli.*
- Teguh Dwi Prasetya, Sudradjat Wiradihardja, Bambang Krida Suwarso, Widiastuti, 2018, *Model Latihan Passing Bola Basket Berbasis Permainan Anak Usia Pemula Tingkat Smp.*
- Tuti Sarwita, 2017, *Pengaruh Latihan Passing Bawah Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli.*