



Research Article



## Tingkat Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur

### *Volleyball Bottom Passing Skill Level of Class VII Students of SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur*

Jarot Mulyanto<sup>1\*</sup>, Bangkit Yudho Prabowo<sup>2</sup>

Pendidikan Olahraga dan kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia<sup>12</sup>

Correspondence author : jarotmulyanto33@gmail.com<sup>1</sup>

Informasi Artikel	ABSTRACT
Submitted: 3– 04 – 2024	<p><i>The purpose of this study was to assess the lower passing skills of grade VII students at SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur in volleyball games. This type of research is descriptive quantitative, using survey methods and data collection techniques in the form of tests and observation sheets. The population and sample of this study consisted of 20 students. The data analysis technique used is quantitative descriptive. The results showed that the lower passing skills of grade VII students at SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur were diverse, with 0 students (0%) in the very less category, 1 student (5%) in the less category, 5 students (25%) in the medium category, 6 students (30%) in the good category, and 8 students (40%) in the very good category. Overall, the survey results showed that students' bottom passing skills were in the excellent category. Thus, it can be concluded that the survey of the lower passing skills of grade VII students at SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur showed very good results</i></p> <p><b>Keyword:</b> Skill; bottom passing; Volleyball</p>
Penerbit Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan FKIP Universitas Jambi Jambi- Indonesia	<p><i>Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai keterampilan passing bawah siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur dalam permainan bola voli. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data berupa tes dan lembar observasi. Populasi dan sampel penelitian ini terdiri dari 20 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing bawah siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur beragam, dengan 0 siswa (0%) berada pada kategori sangat kurang, 1 siswa (5%) pada kategori kurang, 5 siswa (25%) pada kategori sedang, 6 siswa (30%) pada kategori baik, dan 8 siswa (40%) pada kategori sangat baik. Secara keseluruhan, hasil survei menunjukkan bahwa keterampilan passing bawah siswa berada pada kategori sangat baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa survei keterampilan passing bawah siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur menunjukkan hasil yang sangat baik.</i></p> <p><b>Keywords :</b> Keterampilan, Passing Bawah, Bola Voli</p>



## PENDAHULUAN

Pemerintah saat ini telah menjalankan program pembangunan di bidang olahraga melalui panji keolahragaan dengan tujuan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan baik dalam bentuk kompetitif maupun rekreasi. Menurut Ramdani et al (2024) olahraga memiliki manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan fisik dan mental, serta berkontribusi terhadap kesejahteraan individu dan sosial. Berolahraga secara rutin dapat meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tubuh lebih kuat dalam menghadapi penyakit.

Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara, termasuk Indonesia, menghadapi tantangan dalam meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warganya. Perubahan gaya hidup yang semakin minim aktivitas fisik dapat menyebabkan gangguan metabolisme, sistem otot, tulang, serta sistem kardiovaskular dan saraf (Suirakoa, 2012). Salah satu olahraga yang dapat dilakukan untuk menjaga kebugaran adalah bola voli. Menurut Wibowo (2022), bola voli bukan hanya sekadar olahraga tetapi juga dapat menjadi hobi atau bahkan profesi. Oleh karena itu, dukungan dari keluarga, sekolah, masyarakat, dan pemerintah sangat diperlukan dalam pengembangan olahraga ini. Bola voli telah menjadi olahraga yang populer di berbagai kalangan, mulai dari lingkungan sekolah, instansi pemerintah, perguruan tinggi, hingga masyarakat umum.

Permainan bola voli pada awalnya dirancang sebagai olahraga rekreatif yang kemudian berkembang menjadi cabang olahraga kompetitif. Menurut Prasetyo (2019), tujuan utama dalam permainan bola voli adalah mengarahkan bola ke area lawan dengan melewati net dan mengikuti aturan yang telah ditetapkan untuk memperoleh poin serta memenangkan pertandingan. Bola voli juga memiliki nilai strategis dalam meningkatkan keterampilan fisik, koordinasi, serta kerja sama tim.

Selain bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, permainan bola voli juga memiliki peran penting dalam pembinaan prestasi olahraga. Menurut Widodo (2023), pembinaan olahraga yang sistematis diperlukan untuk mencetak atlet berprestasi, yang dilakukan melalui metode latihan yang ilmiah, disiplin tinggi, serta penerapan prinsip-prinsip dasar dalam latihan.

Untuk dapat menguasai permainan bola voli dengan baik, seorang pemain harus memahami dan menguasai teknik dasar permainan. Teknik dasar dalam bola voli mencakup servis, passing, smash, dan blocking (Sutrisno, 2021). Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah passing bawah. Teknik ini digunakan untuk menerima servis atau serangan dari lawan. Menurut Santoso (2020), passing bawah dilakukan dengan posisi badan condong ke depan, kedua lengan dirapatkan dan lurus, serta perkenaan bola berada pada ruas tangan di atas pergelangan hingga siku. Posisi tangan yang kuat dan teknik yang tepat sangat menentukan keberhasilan dalam mengontrol bola.

Keterampilan passing bawah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan passing bawah dengan baik dan benar, yang mencakup sikap awalan, gerakan saat menerima bola, hingga tahap akhir dengan tingkat keberhasilan yang konsisten. Menurut Gunawan (2019), passing bawah menjadi faktor penting dalam menentukan efektivitas strategi tim, baik dalam bertahan maupun menyerang. Kesalahan dalam melakukan passing bawah dapat menyebabkan kesulitan dalam menyusun serangan dan memberikan peluang bagi lawan untuk melakukan serangan balik. Oleh karena itu, penguasaan teknik passing bawah yang baik sangat diperlukan agar permainan tim berjalan secara efektif dan efisien.

Pada kenyataannya, banyak pemain bola voli yang kurang memperhatikan keefektifan gerakan saat melakukan passing bawah. Kesalahan yang sering terjadi meliputi posisi tubuh yang kurang stabil, perkenaan bola yang tidak tepat, serta kurangnya koordinasi antara tangan dan kaki. Hal ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar dalam passing bawah masih perlu ditingkatkan. Maka dari itu, baik pemain maupun pelatih harus memberikan perhatian lebih dalam mengembangkan keterampilan passing bawah. Latihan yang terstruktur dan berulang sangat diperlukan agar pemain dapat melakukan passing dengan teknik yang benar dan menghasilkan operan yang akurat bagi rekan satu tim.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur kelas VII, masih ditemukan beberapa kesalahan dalam melakukan keterampilan passing bawah. Sekolah ini sebenarnya telah memiliki lapangan yang memadai untuk latihan bola voli, namun masih terdapat kendala dalam penguasaan teknik dasar passing bawah oleh para siswa. Berdasarkan permasalahan ini, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli di sekolah tersebut. Oleh karena itu, penulis melakukan survei untuk mengidentifikasi permasalahan yang berkaitan dengan keterampilan passing bawah. Teknik ini merupakan salah satu keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain voli agar dapat bermain dengan baik dan memberikan kontribusi bagi tim.

Dalam konteks permainan bola voli secara umum, Daya (2019:47) menjelaskan bahwa permainan bola voli adalah jenis permainan bola besar yang dimainkan oleh dua tim di lapangan berukuran 9 x 18 meter, dengan masing-masing tim terdiri dari enam pemain. Selain itu, Witono Hidayat (2017:35) menambahkan bahwa bola voli merupakan olahraga yang membutuhkan keterampilan tinggi serta penguasaan teknik yang baik. Seorang pemain dituntut untuk mampu menjaga bola tetap berada di udara dan mencegahnya jatuh ke lantai, serta harus memiliki kemampuan untuk menciptakan pukulan yang sulit diterima lawan agar tim dapat memperoleh poin. Dengan demikian, teknik dasar seperti passing bawah memiliki peran yang sangat penting dalam keberhasilan permainan bola voli.

Menurut Gunawan (2018:51), permainan bola voli dimainkan oleh dua tim yang berlawanan, masing-masing beranggotakan enam orang. Selain itu, terdapat variasi permainan voli pantai yang dimainkan oleh dua orang dalam setiap tim. Dalam permainan voli, teknik dasar sangat menentukan efektivitas permainan. Suhadi Sujarwo dalam Kholidman Idham (2019:12) menyatakan bahwa teknik dasar merupakan gerakan yang harus dikuasai oleh setiap pemain, termasuk gerakan kaki dan tubuh yang disesuaikan dengan postur pemain. Sementara itu, Witono Hidayat (2017:35) menjelaskan bahwa teknik dapat diartikan sebagai prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktik dengan tujuan mencari solusi pergerakan yang paling efisien dan berguna dalam permainan.

Dalam permainan bola voli, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Menurut Nuril Ahmadi dalam Idham Kholidman (2019:12), teknik dasar dalam bola voli meliputi servis, passing (baik passing atas maupun passing bawah), smash, dan block. Masing-masing teknik ini memiliki peran penting dalam permainan, terutama dalam membangun serangan dan pertahanan tim. Dengan penguasaan teknik yang baik, seorang pemain dapat berkontribusi secara optimal dalam permainan dan membantu tim mencapai kemenangan. Oleh karena itu, latihan yang konsisten dan pemahaman yang mendalam terhadap teknik dasar, khususnya passing bawah, sangat diperlukan dalam meningkatkan kualitas permainan bola voli.

Dalam permainan bola voli, servis merupakan sajian awal yang berfungsi sebagai serangan pertama bagi tim yang melakukan servis. Winarno (2013)

menjelaskan bahwa servis adalah upaya awal untuk memulai suatu pertandingan sekaligus sebagai bentuk serangan awal bagi tim yang melakukannya. Daya (2019) menambahkan bahwa servis merupakan teknik dasar pertama yang dilakukan dalam permainan bola voli dan dapat digunakan sebagai serangan awal dalam pertandingan. Sementara itu, Muhajir (2007) menyatakan bahwa servis adalah tindakan memasukkan bola ke dalam permainan yang dilakukan oleh pemain belakang kanan dengan satu tangan atau lengan dari area servis. Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa servis adalah upaya memasukkan bola ke area lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan dari belakang garis lapangan.

Passing bawah dalam permainan bola voli memiliki peran penting dalam membangun serangan. Winarno (2013) mengungkapkan bahwa passing bawah adalah teknik mengumpan bola dari depan badan setinggi perut ke bawah kepada rekan satu tim dengan tujuan menyusun pola serangan terhadap lawan. Daya (2019) menambahkan bahwa passing bawah merupakan teknik memainkan bola menggunakan sisi dalam lengan bawah, yang menjadi salah satu teknik dasar penting dalam permainan bola voli.

Passing atas juga memiliki fungsi strategis dalam permainan bola voli. Daya (2019) menjelaskan bahwa passing atas adalah operan yang ditujukan kepada rekan satu tim menggunakan jari-jari tangan dan dilakukan ketika bola berada pada ketinggian setara dengan bahu atau lebih tinggi. Kholidman (2019) menegaskan bahwa passing atas adalah teknik mengumpan bola ke rekan satu tim sebagai langkah awal dalam menyusun pola serangan terhadap lawan.

Smash merupakan teknik serangan yang dilakukan dengan pukulan keras dan menukik ke area lawan. Susanti (2015) menjelaskan bahwa smash adalah pukulan yang dilakukan dari atas ke bawah dengan lintasan bola yang menukik tajam. Daya (2019) menambahkan bahwa smash merupakan serangan terhadap lawan yang dilakukan dari garis tengah atau depan lapangan dengan karakteristik pukulan yang keras dan menukik. Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa smash adalah teknik serangan dalam bola voli yang dilakukan dari garis tengah atau depan lapangan dengan pukulan keras dan menukik tajam ke area lawan.

Blocking merupakan teknik bertahan dalam permainan bola voli untuk menghalangi serangan lawan. Winarno (2013) mengemukakan bahwa blocking adalah teknik menutup laju bola saat bola berada di atas net dengan tujuan mengembalikannya secara langsung ke area lawan. Daya (2019) menambahkan bahwa blocking merupakan bentuk pertahanan pertama dalam permainan bola voli yang dilakukan dengan mengulurkan tangan di atas net guna menghalangi laju bola yang diduga akan dilakukan smash oleh lawan.

Menurut pendapat Wahjoedi (2015:9) mengatakan bahwa “keterampilan adalah kegiatan melakukan gerakan secara efisien dengan efektif atau bila seseorang nampak mempunyai potensi yang baik untuk melaksanakan satu gerakan khusus. Keterampilan seseorang tergambarkan dalam kemampuan menyelesaikan tugas gerak tertentu dengan terlihat mutunya dari seberapa jauh orang tersebut mampu menampilkan tugasnya yang di berikan dengan tingkat keberhasilan tertentu.

Menurut Yudha dalam Kholidman (2019), keterampilan adalah kemampuan atau kecakapan untuk menyelesaikan tugas tertentu dengan baik. Istilah keterampilan sering digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Keterampilan ini hanya dapat dikuasai atau diperoleh jika dilatih dengan persyaratan tertentu, salah satunya melalui pembelajaran atau latihan yang dilakukan secara terus-menerus dalam jangka waktu yang cukup. Hal ini

menunjukkan bahwa keterampilan bukanlah sesuatu yang dapat diperoleh secara instan, melainkan membutuhkan proses yang berkelanjutan serta latihan yang terstruktur. Oleh karena itu, dalam konteks olahraga, keterampilan gerak harus dikembangkan melalui latihan yang sistematis agar mencapai hasil yang optimal.

Sejalan dengan pendapat tersebut, Widiastuti (2011) menjelaskan bahwa gerak keterampilan merupakan gerakan yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang membutuhkan koordinasi serta kontrol sebagian atau seluruh tubuh. Gerakan ini dapat dilakukan melalui proses pembelajaran yang berulang sehingga tubuh dapat menyesuaikan diri dan meningkatkan kontrol terhadap gerakan yang dilakukan. Dalam permainan bola voli, keterampilan gerak sangat diperlukan untuk menguasai berbagai teknik dasar, salah satunya adalah passing bawah. Teknik ini membutuhkan koordinasi antara mata, tangan, dan kaki agar gerakan dapat dilakukan dengan baik serta menghasilkan operan yang akurat kepada rekan satu tim.

Passing bawah merupakan teknik yang penting dalam permainan bola voli. Menurut Daya (2019), passing bawah dilakukan dengan sisi dalam lengan bawah dan berfungsi sebagai teknik utama dalam menerima bola servis, menahan serangan lawan, serta menyelamatkan bola yang terpantul dari net atau yang melambung ke luar lapangan. Teknik ini juga sangat berguna dalam membangun serangan dengan memberikan operan yang baik kepada rekan satu tim. Pendapat ini diperkuat oleh Sujarwo (2019), yang menyatakan bahwa passing bawah merupakan teknik menerima bola dengan kedua tangan, dengan perkenaan bola pada ruas tangan di atas pergelangan hingga siku. Oleh karena itu, penguasaan teknik passing bawah yang baik sangat berpengaruh terhadap kelancaran permainan serta efektivitas serangan dan pertahanan dalam sebuah pertandingan bola voli.

Selain itu, Gunawan (2018) menegaskan bahwa passing bawah adalah gerakan mengoper atau mengumpan bola kepada rekan satu tim menggunakan teknik tertentu. Teknik ini harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain voli, karena keberhasilan suatu tim dalam permainan sangat bergantung pada kualitas passing bawah yang dilakukan oleh setiap individu. Passing bawah tidak hanya digunakan dalam kondisi menyerang, tetapi juga dalam situasi bertahan untuk mengamankan bola dari serangan lawan. Oleh karena itu, latihan yang terstruktur dan dilakukan secara konsisten sangat diperlukan agar pemain dapat meningkatkan keterampilan passing bawah mereka.

Lebih lanjut, Daya (2019) menyatakan bahwa passing bawah tidak hanya berfungsi untuk mengoper bola, tetapi juga sebagai teknik menerima bola dengan baik. Kemampuan seorang pemain dalam melakukan passing bawah yang akurat dapat membantu tim dalam menyusun pola serangan yang efektif. Oleh karena itu, pembelajaran teknik passing bawah harus dilakukan dengan latihan yang berulang dan didukung oleh pemahaman teori yang baik. Dengan demikian, keterampilan passing bawah yang dikuasai dengan baik akan memberikan kontribusi yang besar bagi keberhasilan tim dalam permainan bola voli.

## **METODE**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur yang bertempat di Kecamatan Geragai, Kabupaten Tanjung Jabung Timur, Jambi. Waktu penelitian ini adalah 1 Januari 2024.

Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif tentang pengukuran keterampilan passing bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. winarno (2013:57) Deskriptif bertujuan untuk memaparkan peristiwa yang terjadi pada masa kini, peristiwa tersebut di lakukan secara sistematik yang menekankan pada pengungkapan data berdasarkan fakta

yang di peroleh di lapangan. Menurut A. Sodik (2015:55) Kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan proses data-data yang berupa angka sebagai alat survey mengenai keterampilan *passing* bawah.

Penelitian kuantitatif ini hanya menggambarkan tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur pada saat penelitian tanpa melakukan pengujian hipotesis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar tes observasi melalui pengamatan.

Menurut Winarta (2014:65) menyatakan “populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri dari atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang telah di tetapkan”. Hal serupa juga menurut pendapat Suhartini Arikunto (2019 :45) mengatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Dari penuturan para ahli di atas populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sebanyak 12 siswa pemain voli putra.

Menurut pendapat Suhartini Arikunto (2019:45) mengatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi”. Teknik sampling dalam penelitian ini total sampling atau kata lain sampel keseluruhan yang berjumlah 12 siswa pemain voli putra kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

Menurut Winarno (2013: 96) mengatakan bahwa “dalam kegiatan penelitian di perlukan alat untuk mengumpulkan data, alat tersebut yang dikatakan instrumen”. Instrumen artinya sarana untuk melakukan penelitian berupa seperangkat alat tes untuk mengumpulkan data sebagai bahan pengolahan. Tujuan dari instrumen yaitu untuk mengukur keterampilan *passing* bawah pada siswa.

Adapun instrumen yang digunakan dalam mengukur keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur yaitu, tes *passing* bawah dan mencocokkan dengan lembar observasi. Menurut Winarno (2013: 106) mengatakan bahwa “mengobservasi dapat di lakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap kemudian di catat dengan subjektif”. adapun menurut pendapat Suharsimi Arikunto (2013 :272) mengatakan bahwa “dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapi dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen”.

Di dalam lembaran observasi berisikan pernyataan-pernyataan yang merupakan objek dari pengamatan dan telah di sediakan kolom check list sehingga peneliti hanya mengamati kemudian memberikan tanda (√) pada kolom tersebut.

Analisis data merupakan suatu proses ataupun upaya pengolahan data menjadi sebuah informasi terbaru agar data tersebut lebih mudah di mengerti dan berguna atau dapat menjadi solusi dalam suatu permasalahan yang berhubungan dengan peneliti. Sebelum melakukan analisis data di lakukan tes *passing* bawah kesampel dengan pengamatan dan pencocokan pada lembar observasi. analisis data ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan cara deskriptif kuantitatif dengan hanya mencari persentase dengan mengacu dari hasil lembar tes observasi. Setelah data terkumpul selanjutnya data akan dianalisis sehingga dapat di tarik sebuah kesimpulan.

Menurut Anas Sudjono (2012:40) mengatakan bahwa “frekuensi relatif dengan tabel persentase dikatakan “frekuensi relatif” sebab frekuensi yang disajikan disini bukanlah frekuensi sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persenan, sehingga untuk menghitung persentase responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini data di yang didapatkan dengan menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes *passing* bawah pada siswa, dimana siswa melakukan gerakan *passing* bawah dan *judge* (Guru) yang berjumlah 1 orang dan peneliti 1 orang melakukan pengamatan dan mencocokkan dengan indikator pada lembaran observasi tes *passing* bawah bola voli.

Pelaksanaan pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Peneliti pertama-tama memasuki sekolah dan menemui kepala sekolah untuk meminta izin melakukan penelitian. Setelah mendapatkan izin, peneliti menyiapkan peralatan yang akan digunakan, kemudian mengumpulkan peserta penelitian dengan membariskan mereka di lapangan. Setelah barisan rapi, peneliti memberikan penjelasan dan arahan mengenai tes yang akan dilakukan. Kegiatan ini dilanjutkan dengan doa bersama serta peregangan atau pemanasan sebelum pelaksanaan tes.

Selanjutnya, peserta penelitian berbaris dalam dua saf untuk menerima bola dari petugas. Petugas yang bertugas melempar bola berdiri sejajar dan berhadapan dengan peserta. Sementara itu, peneliti dan guru bertindak sebagai juri yang mengamati serta melakukan penilaian. Petugas kemudian melempar bola ke salah satu peserta, yang kemudian melakukan gerakan *passing* bawah untuk mengembalikan bola. Setiap peserta melakukan gerakan *passing* bawah sebanyak tiga kali pengulangan. Selama proses ini, peneliti melakukan pengamatan terhadap teknik *passing* bawah yang dilakukan oleh peserta. Bersamaan dengan pengamatan tersebut, dokumentasi dalam bentuk foto dan video juga dilakukan untuk mendukung analisis data.

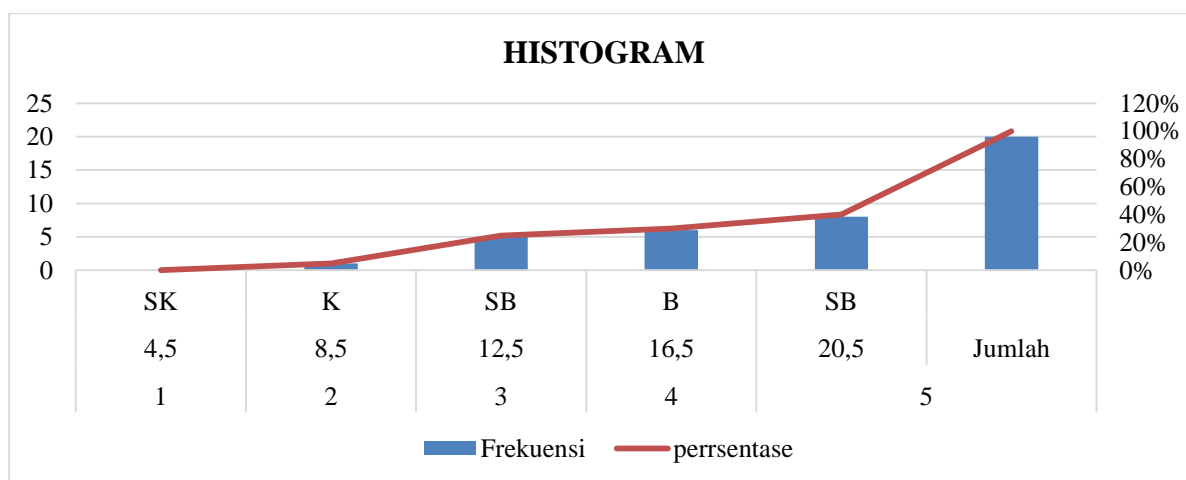
Setelah itu, penilaian dilakukan oleh guru dan ahli dalam bidang bola voli dengan mengamati pelaksanaan *passing* bawah yang dilakukan peserta. Dokumentasi yang telah diperoleh juga digunakan sebagai referensi tambahan dalam menilai apakah gerakan *passing* bawah yang dilakukan sesuai dengan indikator yang terdapat dalam lembar observasi. Setelah proses pengamatan dan analisis yang cermat oleh peneliti, ahli bola voli, dan guru, data hasil pengamatan diperoleh dan siap untuk dianalisis lebih lanjut.

Data hasil survei keterampilan gerak *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP N 5 Tanjung Jabung Timur, peneliti mendapatkan hasil survei penelitian terbagi menjadi 5 kategori yaitu, 1 siswa kurang, 5 siswa dalam kategori sedang, 6 siswa dalam kategori baik dan 8 siswa dalam kategori sangat baik. Kemudian data hasil survei yang sudah di peroleh akan dimasukkan tabel distribusi frekuensi keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sesuai dengan hasil di atas. Di bawah ini adalah tabel distribusi frekuensi keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Bawah Siswa

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	persentase
1	0-4	Sangat Kurang (SK)	0	0%
2	5-8	Kurang (K)	1	5%
3	9-12	Sedang (S)	5	25%
4	13-16	Baik (B)	6	30%
5	17-20	Sangat Baik (SB)	8	40%
Jumlah			20	100%

Apabila di tampilkan dalam bentuk diagram maka data hasil penelitian survei keterampilan *passing* bawah bola voli SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur tampak pada gambar diagram berikut.



Gambar 1. Diagram keterampilan *passing* bawah bola voli

Berdasarkan tabel grafik di atas terlihat bahwa hasil penilaian survei keterampilan *passing* bawah pada siswa SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat kurang dengan persentase sebesar (0%), kategori kurang sebesar (5%), kategori sedang sebesar (25%), kategori baik sebesar (30%), kategori sangat baik sebesar (40%). Hasil penelitian survei keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengenai survei keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur. Berdasarkan hasil survei menunjukan bahwa siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur dapat di rincikan sebagai berikut. Siswa yang berada pada kategori sangat kurang yaitu (0) dengan persentase (0%). Pemain yang berada pada kategori kurang yaitu 1 siswa dengan persentase (5%) di karenakan siswa kurang aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang berada pada kategori sedang yaitu 5 siswa dengan persentase (25%) siswa terlalu banyak mengikuti kegiatan di sekolah sehingga hasilnya kurang maksimal. Siswa yang berada pada kategori baik yaitu 6 siswa dengan persentase (30%) karna siswa aktif saat ekstrakurikuler bola voli. Siswa yang berada pada kategori sangat baik yaitu 8 siswa dengan persentase sebesar (40%) siswa lebih aktif dalam ekstrakurikuler bola voli di tambah dengan kegiatan bermain voli di desa mereka mengakibatkan siswa terbiasa dengan gerakan tersebut dan siswa tersebut juga aktif dalam turnamen baik dalam mewakili sekolah maupun dusun atau bahkan antar desa. Hasil survei menunjukan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur berada pada kategori sangat baik.

Menurut Toto Subroto (2010:51), terdapat beberapa cara dalam melakukan *passing* bawah yang perlu diperhatikan agar teknik yang digunakan benar dan efektif. *Passing* bawah dalam permainan bola voli terdiri dari tiga tahap utama, yaitu sikap permulaan, pelaksanaan, dan gerak lanjut. Setiap tahap memiliki peran penting dalam menentukan keberhasilan *passing* bawah, sehingga pemain harus memahami dan menguasai teknik ini dengan baik. Pemahaman terhadap teknik yang benar dapat membantu pemain dalam meningkatkan akurasi *passing* serta memastikan operan yang diberikan tepat sasaran.

Tahap pertama dalam melakukan *passing* bawah adalah sikap permulaan. Pada tahap ini, pemain mengambil posisi siap normal dengan berdiri menggunakan salah satu kaki di depan, sementara lutut sedikit ditekuk dan badan agak dibungkukkan. Posisi ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan tubuh agar pemain lebih fleksibel dalam merespons bola. Titik berat badan bertumpu pada kedua tapak



kaki bagian depan, yang memungkinkan pemain bergerak dengan cepat ke arah bola. Selain itu, kedua lengan harus dalam posisi siap di depan dada dalam kondisi rileks, sehingga pemain dapat dengan mudah menyatukan tangan saat akan melakukan kontak dengan bola.

Tahap kedua adalah pelaksanaan gerakan passing bawah. Pada tahap ini, pemain bergerak ke arah jatuhnya bola, memastikan posisi tubuh tepat dalam menghadapi bola yang datang. Kedua tangan dirapatkan dan lengan diayunkan ke arah bola serta sasaran dengan menggunakan poros gerak pada persendian bahu. Siku dalam posisi lurus dan ditegangkan (*difixir*) untuk memberikan kontrol yang stabil saat melakukan kontak dengan bola. Perkenaan bola yang ideal terjadi pada bagian pergelangan tangan, dengan posisi lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat terhadap badan. Teknik ini bertujuan untuk memastikan bola dapat diarahkan dengan baik dan sesuai dengan strategi permainan tim.

Tahap terakhir dalam teknik passing bawah adalah gerak lanjut. Setelah bola berhasil dipukul, pemain harus segera kembali ke posisi siap untuk memainkan bola berikutnya. Hal ini dilakukan dengan melangkah kaki belakang ke depan guna menjaga keseimbangan tubuh dan bersiap menghadapi serangan berikutnya. Gerakan ini sangat penting dalam menjaga alur permainan agar tetap dinamis dan memungkinkan pemain untuk segera merespons bola dari lawan. Oleh karena itu, penguasaan gerak lanjut yang baik akan membantu pemain dalam meningkatkan efektivitas permainan serta memberikan kontribusi yang lebih maksimal bagi tim.

Berdasarkan hasil survei keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur termasuk kedalam kategori sangat baik. Dikarenakan siswa-siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur sudah terbiasa melakukan gerakan *passing* bawah yang baik dan benar, serta siswa-siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur rajin melatih teknik passing bawah sehingga banyak siswa yang melakukan gerakan teknik passing bawah dengan baik dan sesuai dengan indikator-indikator yang ada pada lembar observasi.

Penguasaan keterampilan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli sangatlah penting, keberhasilan suatu tim dalam memenangkan suatu pertandingan bola voli salah satunya adalah dengan bagus tidaknya *passing* bawah. Sebab *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang bertujuan untuk bertahan dari serangan pukulan *smash* atau *servis* lawan, dan berguna untuk membangun sebuah serangan suatu tim.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survei dan analisis data, keterampilan passing bawah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Tanjung Jabung Timur menunjukkan variasi tingkat kemampuan. Tidak ada siswa yang berada dalam kategori sangat kurang (0%). Satu siswa (5%) termasuk dalam kategori kurang, lima siswa (25%) dalam kategori sedang, enam siswa (30%) dalam kategori baik, dan delapan siswa (40%) masuk dalam kategori sangat baik. Secara keseluruhan, keterampilan passing bawah siswa berada pada kategori sangat baik. Penguasaan teknik passing bawah sangat penting dalam permainan bola voli. Teknik ini berperan dalam menjaga pertahanan tim dari serangan lawan, baik dari *smash* maupun *servis*. Selain itu, passing bawah juga menjadi dasar dalam membangun serangan yang efektif, sehingga kualitas teknik ini dapat mempengaruhi keberhasilan tim dalam pertandingan.

## DAFTAR RUJUKAN

- Gunawan (2018) *Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Bola Voli SMP N 22 Sarolangun, Jambi* : Skripsi  
Hidayat, winoto, (2017). *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta Timur: Anugrah

- Kholidman, Idham. (2019). *Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Peserta Ekstrakurikuler Atas Bola Voli Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh*. Jambi: Universitas Jambi.
- Lestari, Novi. (2018). *Melatih Bola Voli Remaja*. Yogyakarta: PT Citra Aji Pratama.
- Ramdani, R. F., Herlambang, A. D., Falhadi, M. M., Fadilah, M. Z., Turnip, C. E. L., & Mulyana, A. (2024). Membangun Kesejahteraan Pikiran untuk Kesehatan Mental Melalui Gaya Hidup Sehat dan Olahraga. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2928-2936.
- Sugiono (2013) *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif Dan R & D*, Bandung: Alfabet
- Suiraoaka, I. P. (2012). Penyakit degeneratif. *Yogyakarta: Nuha Medika*, 45(51).
- Susanti, Endang. (2015) *Survei Keterampilan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SD Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang 2014/2015*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi.
- Toto Subroto (2010:51) dalam A Zamani *landasan teori passing bawah* <https://repository.uir.ac.id/5288/5/bab2.pdf>
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Raja
- Daya, W. J. (2019). *Bola Voli*. Jambi: Salam Media Indonesia.
- Wibowo, F. (2022) *Asal Usul Permainan Olahraga Bola Besar*. Bogor. GUEPEDIA.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta Timur: PT Bumi Timur jaya.
- Widodo, A., (2023). *Era Baru Keolahragaan Nasional (Kumpulan Opini seputar Peristiwa dan Kebijakan Olahraga Nasional)*. Bukunesia.
- Winarno. (2013). *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang (UM PRESS)