

**ANALISIS PENGUASAAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH
PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
SMA NEGERI 3 KOTA KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi PENJASKESREK



OLEH :

GALEH FEBRIANTO

NPM: 2115030159

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

GALEH FEBRIANTO

NPM: 2115030159

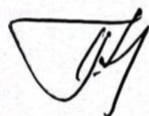
Judul:

**ANALISIS PENGUASAAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH
PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
SMA NEGERI 3 KOTA KEDIRI**

Telah disetujui dari pembimbing skripsi untuk diajukan
Kepada Panitia/Sidang Skripsi Prodi Penjaskesrek
FKIP UN PGRI Kediri

Tanggal: 02 Juli 2025

Pembimbing I



Dr. Puspodari, M.Pd

NIDN. 0709059001

Pembimbing II



Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd

NIDN.0709099001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh:

GALEH FEBRIANTO

NPM: 2115030159

Judul:

**ANALISIS PENGUASAAN KETERAMPILAN *PASSING BAWAH*
PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
SMA NEGERI 3 KOTA KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Prodi Penjaskesrek UN PGRI Kediri

Pada tanggal : 10 Juli 2025

Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Dr. Puspodari, M.Pd
2. Penguji I : Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
3. Penguji II : Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd

Mengetahui,

Dekan FIKS



Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or

NIDN: 0703098802

LEMBAR MOTO

Motto:

“Jadikan pengalaman sebagai Pelajaran untuk menjadi lebih baik dan tanamkan kejujuran sebagai kunci kesuksesan.”

Kupersembahkan karya ini buat:

Ibuku tercinta

“Dengan penuh kasih, tanpa mengenal lelah, telah membesarkanku seorang diri sejak ayah berpulang. Terima kasih untuk setiap doa, air mata, dan pengorbananmu yang menjadi cahaya dalam setiap langkahku.”

Kakakku

“Terimakasih kakakku engkau bukan sekadar saudara, engkau adalah pelita yang menerangi jalanku, tanpamu, skripsi ini hanya menjadi rencana., peranmu menjadikannya nyata, dan berarti.”

Alm. Ayahku

“Semoga engkau bangga dari sana, melihat anakmu melangkah sejauh ini. Rindu ini kusimpan dalam setiap pencapaian kecilku.”

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Galeh Febrianto
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat/tgl. lahir : Trenggalek/ 26 Februari 2002
NPM : 2115030159
Fak/Jur./Prodi. : Penjaskesrek

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 02 Juli 2025

Yang Menyatakan



Galeh Febrianto

NPM: 2115030159

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi dapat diselesaikan. Penyusunan skripsi ini merupakan bagian dari rencana penelitian guna penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan PENJASKESREK.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Zainal Afandi, M.Pd Selaku, Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Bapak Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or. Selaku, Dekan FIKS UN PGRI Kediri juga yang selalu memberikan dukungan dan juga dorongan motivasi kepada mahasiswa.
3. Bapak Weda, M.Pd selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Nusantara PGRI Kediri.
4. Ibu Dr. Puspodari, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1 Universitas Nusantara PGRI Kediri.
5. Bapak Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd.) selaku Dosen Pembimbing 2 Universitas Nusantara PGRI Kediri.
6. Ucapan terimakasih kepada keluarga, teman-teman dan semua pihak yang selalu memberi doa, dukungan, dan semangat sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih banyak memiliki kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak.

Kediri, 02 Juli 2025

Galeh Febrianto

NPM: 2115030159

ABSTRAK

Galeh Febrianto: Analisis Tingkat Penguasaan Teknik Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Kota Kediri. Skripsi Penjaskesrek FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Kata Kunci: *Passing* Bawah, Bola Voli, Ekstrakurikuler, Teknik Dasar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan *passing* bawah pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri dan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Latar belakang penelitian didasarkan pada pentingnya keterampilan dasar sebagai pondasi utama dalam permainan bola voli yang efektif dan kompetitif, sementara penguasaan teknik *passing* bawah peserta masih bervariasi dan belum sepenuhnya optimal untuk mendukung prestasi di tingkat kompetisi kota.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui tes keterampilan menggunakan instrumen *Brumbach Forearm Pass Wall Volley Test*, yang dilaksanakan selama 60 detik untuk mengukur penguasaan teknik *passing* bawah secara objektif. Subjek penelitian terdiri dari 17 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, terdiri atas 9 peserta putra dan 8 peserta putri.

Data dianalisis menggunakan *SPSS versi 26* melalui statistik deskriptif, meliputi nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan standar deviasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor peserta putra adalah 38,3 dan putri sebesar 37,5, keduanya termasuk kategori “Baik” berdasarkan pedoman penilaian. Sebagian besar peserta berada dalam kategori baik hingga sangat baik, namun masih terdapat beberapa peserta yang berada pada kategori cukup dan kurang, sehingga menunjukkan ketimpangan penguasaan keterampilan.

Faktor yang memengaruhi keterampilan *passing* bawah mencakup motivasi individu, pengalaman bermain, frekuensi latihan, metode pembinaan, dan sarana latihan. Kesimpulan penelitian ini adalah penguasaan keterampilan *passing* bawah peserta sudah cukup baik, tetapi masih diperlukan peningkatan melalui pembinaan sistematis dan berkelanjutan agar mampu bersaing pada kompetisi tingkat kota.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR MOTO	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	12
A. LATAR BELAKANG MASALAH.....	12
B. RUMUSAN MASALAH	8
C. TUJUAN PENELITIAN	19
D. MANFAAT PENELITIAN.....	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. LANDASAN TEORI	11
B. PERMAINAN BOLA VOLI.....	13
C. PENELITIAN TERDAHULU	32
D. KERANGKA BERPIKIR.....	35
E. HIPOTESIS	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. DESAIN PENELITIAN.....	37
1. Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	39
2. Faktor yang Mempengaruhi Penguasaan Teknik <i>Passing</i> Bawah	40
C. ALAT, PERLENGKAPAN, DAN INSTRUMEN PENELITIAN	41
D. POPULASI DAN SAMPEL	44
1. Populasi.....	44
2. Sampel.....	45
E. PROSEDUR PENELITIAN	46

1. Persiapan Penelitian	47
2. Sosialisasi dengan Peserta	47
3. Pelaksanaan Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	47
4. Pengolahan dan Analisis Data	48
5. Penyusunan Laporan	49
F. TEMPAT DAN JADWAL PENELITIAN	50
1. Tempat Penelitian	50
2. Jadwal Penelitian	51
G. Teknik Analisis Data	52
1. Pengumpulan Skor <i>Passing</i> Bawah	52
2. Pengelompokan Skor	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. HASIL PENELITIAN	54
1. Deskripsi Lokasi dan Objek Penelitian	54
2. Deskripsi Temuan Penelitian	55
3. Deskripsi Data Hasil Tes <i>Passing</i> Bawah Peserta Putra	57
4. Klasifikasi Skor Berdasarkan Kategori	59
5. Deskripsi Data Hasil Tes <i>Passing</i> Bawah Peserta Putri	62
6. Klasifikasi Tingkat Penguasaan <i>Passing</i> Bawah Berdasarkan Kategori	
Penilaian	64
Kesimpulan Distribusi	68
7. Ringkasan Temuan Penelitian Menyeluruh	68
B PEMBAHASAN	69
C. KESIMPULAN PEMBAHASAN	73
BAB V PENUTUP	74
A. SIMPULAN	74
B. IMPLIKASI PENELITIAN	75
C. KETERBATASAN PENELITIAN	76
D. SARAN	77
DAFTAR RUJUKAN	79
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
3.1 Rincian Jumlah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli	44
3.2 Distribusi Populasi dan Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
3.3. Rencana Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	50
3.4 Skala Pedoman Penilaian <i>Pasing</i> Bawah.....	52
4.1 Hasil Tes Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Peserta Putra.....	56
4.2 Pedoman Penilaian Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	58
4.3 Hasil Klasifikasi Peserta Siswa Putra	59
4.4 Hasil <i>Passing</i> Bawah Peserta Putri	62
4.5 Pedoman Penilaian Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	63
4.6 Hasil Klasifikasi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Putri	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 Lapangan Bola voli (Sumber: Barbara L. Viera, 2000: 5).....	17
2.2 Sikap tangan untuk <i>Passing</i> bawah.....	28
2.3 Tahapan Gerakan dalam Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah.....	28
2.4 Bagan kerangka berpikir	35
3.1 Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah menggunakan <i>Brumbach Forearm Pass</i> <i>Wall Volley Test</i> (Richard H. Cox, 1980: 101-103).....	43
3.2 Bagan alir Prosedur Penelitian	49
4.1 Grafik Distribusi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Putra	60
4.2 Grafik Distribusi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Putri	65
4.3 Diagram Pie Distribusi Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Seluruh Peserta (putra Dan Putri)	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1. Instrumen Penelitian	81
2. Pedoman Penilaian Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	82
3. Hasil Tes <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Kota Kediri	83
4. Rekapitulasi dan Klasifikasi Skor <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Kota Kediri	85
5 . Dokumentasi Kegiatan pelaksanaan tes teknik <i>passing</i> bawah menggunakan Brumbach Forearm Pass Wall Volley Test.	86
6. Daftar Hadir Tes <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Kota Kediri	91
7. Scan Surat Izin Penelitian Dari Kampus	92
8. Scan Surat Izin telah melaksanakan Penelitian	93
9. Hasil Analisis Data Output Aplikasi SPSS Versi 6.docx.....	94
10. Hasil Plagiasi	104
11. Kartu Bimbingan	106

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam sistem pendidikan karena menyediakan ruang bagi peserta didik untuk terlibat aktif dalam kegiatan fisik yang terencana. Melalui interaksi dengan aktivitas olahraga, permainan, dan latihan fisik, siswa tidak hanya mendapatkan pengalaman belajar, tetapi juga mengalami proses pembentukan karakter, keterampilan motorik, serta perkembangan fisik dan mental secara menyeluruh.

Kebugaran tubuh yang optimal merupakan hasil dari proses pembelajaran PJOK yang efektif. Dengan kondisi jasmani yang prima, peserta didik diharapkan mampu menjadi individu yang produktif dan kompetitif, serta dapat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas sumber daya manusia. Oleh karena itu, keberadaan mata pelajaran PJOK di sekolah tidak hanya penting, tetapi juga menjadi fondasi dalam mendukung pertumbuhan fisik dan kesehatan siswa secara berkelanjutan.

Sebagaimana dijelaskan oleh Mulyanto (2014:34), pendidikan jasmani merupakan proses yang tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga melibatkan pembelajaran melalui gerakan sebagai pengalaman nyata. Pendekatan pembelajaran ini menitikberatkan pada praktik langsung dalam aktivitas fisik sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah dirancang secara sistematis.

Sebagai salah satu mata pelajaran inti dalam kurikulum pendidikan, PJOK berperan aktif dalam mengembangkan kebugaran jasmani siswa melalui pendekatan pembelajaran berbasis aktivitas fisik. Melalui proses pembelajaran ini, siswa diarahkan untuk aktif dalam kegiatan olahraga sebagai bagian dari gaya hidup sehat, guna mewujudkan generasi yang tangguh secara fisik. Mata pelajaran PJOK menekankan pentingnya keterlibatan aktif siswa dalam berbagai aktivitas fisik. Kegiatan jasmani yang dilakukan secara teratur dan terarah diharapkan mampu membantu siswa dalam menjaga serta meningkatkan kondisi

kebugaran tubuh mereka. Keterlibatan siswa dalam aktivitas jasmani yang terstruktur tidak hanya mendukung perkembangan keterampilan motorik, tetapi juga menanamkan nilai-nilai sportivitas yang menjadi dasar pembentukan sikap dan karakter positif.

Olahraga dapat diartikan sebagai serangkaian aktivitas fisik yang dilakukan secara sistematis dengan tujuan untuk mendorong, membina, serta mengembangkan kemampuan jasmani, rohani, dan sosial individu. Pada umumnya, olahraga dapat dibagi ke dalam tiga kategori utama. Salah satunya adalah olahraga pendidikan, yang merupakan aktivitas jasmani yang terintegrasi dalam proses pembelajaran formal secara sistematis dan berkesinambungan. Tujuannya mencakup pengembangan pengetahuan, pembentukan kepribadian, peningkatan keterampilan, serta menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani peserta didik.

Kedua, olahraga rekreasi yang merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara sukarela oleh masyarakat berdasarkan minat, kesenangan, serta kondisi fisik individu. Olahraga jenis ini biasanya bertujuan untuk relaksasi, kesehatan, dan hiburan, serta berkembang sesuai dengan karakteristik sosial dan budaya masyarakat setempat. Ketiga, olahraga prestasi adalah olahraga yang dilaksanakan dengan pendekatan pembinaan yang terencana dan berjenjang, bertujuan menghasilkan atlet profesional yang mampu bersaing dalam kompetisi, baik tingkat nasional maupun internasional, dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga.

Dalam ketiga jenis olahraga tersebut, terdapat berbagai cabang olahraga yang dapat digeluti masyarakat, salah satunya adalah bola voli. Bola voli merupakan olahraga beregu yang menarik, menyenangkan, dan relatif ekonomis karena dapat dimainkan tanpa biaya besar. Permainan ini melibatkan dua tim yang masing-masing terdiri dari enam pemain dan dipisahkan oleh net di tengah lapangan. Bola voli bisa dimainkan secara indoor maupun outdoor, sehingga fleksibel untuk berbagai kondisi dan tempat.

Tujuan utama dari permainan bola voli adalah mempertahankan bola agar dapat melewati net dan diarahkan ke area lawan hingga menyentuh lantai. Hal ini menjadikan permainan bola voli sangat bergantung pada strategi, kerja

sama tim, serta keterampilan teknik. Olahraga ini juga menjadi bagian dari kurikulum PJOK di berbagai jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Secara global, bola voli berada di bawah naungan *Fédération Internationale de Volleyball* (FIVB), sedangkan di Indonesia, induk organisasinya adalah Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI).

Popularitas bola voli di Indonesia sangat tinggi. Hal ini dapat dilihat dari antusiasme masyarakat dari berbagai usia terhadap olahraga ini, baik anak-anak, remaja, orang dewasa hingga perempuan. Bola voli bahkan sering disebut sebagai salah satu olahraga rakyat karena digemari oleh berbagai lapisan masyarakat. Dalam dua dekade terakhir, perkembangan olahraga ini di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan. Banyak kejuaraan telah diselenggarakan di berbagai level, mulai dari tingkat sekolah, daerah, nasional, hingga internasional. Ajang seperti Kejuaraan Nasional antar klub, Livoli (Liga Voli Indonesia), dan Proliga (Liga Profesional Bola Voli) menjadi wadah penting dalam pencarian dan pengembangan atlet berprestasi.

Upaya pencarian bibit unggul tidak hanya dilakukan melalui klub-klub profesional, tetapi juga melalui sekolah-sekolah, termasuk kegiatan ekstrakurikuler yang menjadi bagian dari pembinaan nonformal. Di sekolah, kegiatan ekstrakurikuler bola voli bertujuan untuk menggali potensi siswa sekaligus membentuk karakter, keterampilan sosial, dan kerja sama tim yang baik.

SMA Negeri 3 Kota Kediri merupakan salah satu sekolah yang secara aktif menyelenggarakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler, termasuk bidang olahraga seperti bola voli. Kegiatan ini dilaksanakan secara rutin setiap hari Rabu setelah jam pelajaran berakhir dan dibimbing langsung oleh guru PJOK. Kegiatan ekstrakurikuler ini terbuka bagi seluruh siswa dari berbagai jenjang kelas, dengan tingkat keterampilan teknik yang bervariasi. Para siswa bebas memilih kegiatan sesuai minat masing-masing, sehingga mereka dapat menyalurkan potensi di bidang yang diminati.

Permainan bola voli sendiri memiliki sejumlah teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, di antaranya adalah *servis*, *passing*, *smash*, dan *block*. Teknik dasar ini merupakan komponen penting yang harus dilatih secara

konsisten agar keterampilan bermain dapat berkembang secara maksimal. Menurut Nopendra (2016), teknik bola voli adalah metode atau cara tertentu yang digunakan dalam permainan untuk mencapai hasil yang optimal. Sementara itu, Yudasmara (2014:81) menyatakan bahwa tanpa penguasaan teknik dasar, permainan tidak akan berjalan dengan sempurna. Hal serupa ditegaskan oleh Nurcahyono (2014:260), yang menyebut bahwa penguasaan teknik menjadi kunci utama untuk meningkatkan kemampuan bermain bola voli.

Latihan teknik dasar seperti *servis*, *passing* bawah maupun atas, *smash*, dan *block* sangat penting dalam membangun fondasi permainan yang kuat. *Servis* dilakukan sebagai langkah awal untuk memulai permainan, serta dapat dimaksimalkan menjadi pukulan serangan pertama dalam usaha mencetak angka. *Passing* digunakan untuk mengoper bola dan membangun serangan, sedangkan *smash* menjadi senjata utama untuk mencetak poin. Teknik *block* sangat penting sebagai bentuk pertahanan terhadap serangan lawan, terutama *smash*. Teknik ini biasanya dilakukan oleh pemain depan yang berdiri dekat net dan memerlukan koordinasi serta waktu yang tepat.

Di SMA Negeri 3 Kota Kediri, penguasaan terhadap teknik dasar tersebut masih menjadi tantangan bagi sebagian siswa. Meskipun fasilitas seperti lapangan, bola, dan net sudah tersedia dalam kondisi yang memadai, kemampuan siswa dalam menguasai teknik *servis*, *passing*, dan *smash* masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan yang lebih intensif, terprogram, dan dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan keterampilan mereka secara signifikan.

Secara umum, kegiatan pembelajaran dan pelatihan bola voli di sekolah perlu didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai serta pelatih yang kompeten. Dalam hal ini, SMA Negeri 3 Kota Kediri sudah memenuhi sebagian besar kebutuhan dasar, seperti ketersediaan lapangan, bola, dan net yang dalam kondisi baik. Namun, keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler bola voli tidak hanya ditentukan oleh fasilitas, melainkan juga oleh keseriusan dalam latihan, komitmen siswa, dan pendekatan pelatih dalam memberikan pembinaan yang adaptif dan menyeluruh.

Hasil pengamatan dan wawancara data awal kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri menunjukkan adanya potensi yang cukup baik dalam pengembangan keterampilan dasar karena antusiasme siswa cukup tinggi. Pengamatan awal juga menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar antar peserta masih bervariasi. Peserta tidak semua mampu melakukan *passing* bawah dengan baik, sebagian masih mengalami kesulitan dalam menjaga akurasi dan konsistensi saat menerima bola. Fenomena ini mengindikasikan perlunya evaluasi dan pembinaan yang lebih terarah agar keterampilan dasar peserta dapat meningkat secara merata, selain itu perlu dilakukan pengukuran sejauh mana tingkat keterampilan bola voli khususnya *passing* bawah dari setiap peserta. Pengukuran keterampilan *passing* bawah dilakukan untuk mengetahui peserta mana yang keterampilan *passing* bawahnya masih sangat kurang baik sehingga kedepannya bisa diberikan pelatihan yang lebih ekstra lagi. Penguasaan keterampilan *passing* bawah setiap peserta tentunya berbeda-beda, dari hal tersebut juga perlu dilakukan analisis faktor apa saja yang mempengaruhi penguasaan teknik dasar *passing* bawah pada siswa di SMA Negeri 3 Kota Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli.

Hasil wawancara kepada pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri mengatakan bahwa pada saat perekrutan siswa baru yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli, pelatih tidak melakukan tes satu persatu kepada para siswa sehingga peserta yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli ada yang masih dari nol atau belum bisa bermain dan ada yang sudah bisa. Pelatih mengatakan selama menjadi pendamping di ekstrakurikuler bola voli, pertandingan yang telah diikuti dan memiliki performa cukup bagus yaitu ketika mengikuti UNP Cup 2025. Tim bola voli SMA Negeri 3 Kota Kediri dalam perankingan dan juara masih belum mendapatkan dan berada dibawah, performa peserta dari tahun sebelumnya masih banyak yang belum baik terutama *passing* bawah yang menjadi teknik dasar permainan bola voli, untuk memperbaiki hal tersebut pelatih menyarankan untuk mengikuti banyak sparing. Dari hasil wawancara diatas dapat diketahui mengapa penguasaan keterampilan *passing* bawah peserta belum optimal dalam mendukung pencapaian prestasi ajang kompetisi tingkat kota.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri telah didukung oleh fasilitas yang memadai dan program latihan yang cukup terstruktur. Namun, penguasaan teknik dasar oleh siswa dan prestasi tim masih menjadi tantangan yang perlu mendapatkan perhatian. Hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa meskipun frekuensi latihan cukup terjaga, keterampilan mendasar seperti *passing* bawah belum dikuasai secara merata oleh seluruh peserta.

Untuk mengoptimalkan kegiatan ekstrakurikuler ini, diperlukan langkah-langkah yang lebih komprehensif, mencakup peningkatan kualitas latihan melalui penerapan metode pembinaan yang sistematis, penguatan aspek mental dalam menghadapi pertandingan, pemeliharaan fasilitas pendukung, serta peningkatan kapasitas pembina dalam merancang strategi pelatihan yang sesuai. Upaya ini diharapkan tidak hanya menjadikan ekstrakurikuler bola voli sebagai kegiatan rutin, tetapi juga sebagai wadah pembinaan yang mampu mencetak siswa yang kompeten dan siap bersaing dalam berbagai ajang kompetisi.

Jika melihat kondisi di lapangan, keterampilan teknik dasar siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli masih belum menunjukkan hasil maksimal. Permasalahan ini tampaknya disebabkan oleh berbagai faktor yang saling terkait, namun salah satu penyebab utamanya adalah kurangnya penguasaan terhadap teknik-teknik dasar, terutama dalam hal *passing* bawah. Teknik ini memiliki peran vital dalam permainan bola voli karena menjadi titik awal bagi terbentuknya pola serangan tim. Jika teknik ini belum dikuasai secara baik, maka permainan akan cenderung tidak terstruktur dan mudah digagalkan oleh lawan.

Latihan teknik sendiri merupakan proses penting untuk membentuk kebiasaan gerak yang benar dalam setiap aspek permainan. Latihan yang dilakukan secara rutin, konsisten, dan dengan pendekatan yang tepat akan membantu siswa memahami dan menguasai berbagai teknik dasar seperti *passing*, *servis*, *smash*, hingga *block*. Tanpa adanya pelatihan yang terarah, kemampuan siswa akan sulit berkembang dan hasil dari latihan pun tidak akan maksimal. Oleh karena itu, fokus pada penguatan teknik dasar menjadi kebutuhan mendesak dalam pembinaan siswa di ekstrakurikuler ini.

Selain itu, pelatihan yang efektif juga memerlukan metode pengajaran yang adaptif, bimbingan langsung dari pelatih yang kompeten, serta penggunaan fasilitas yang mendukung proses belajar siswa. Ketika semua elemen ini berjalan dengan baik, maka siswa tidak hanya akan tampil lebih percaya diri saat bermain, tetapi juga memiliki fondasi teknik yang kuat untuk mengembangkan kemampuannya lebih jauh.

Berdasarkan situasi tersebut, perlu dilakukan kajian khusus mengenai tingkat penguasaan teknik *passing* bawah pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri. Dengan melakukan analisis ini, sekolah dapat memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai sejauh mana kemampuan siswa saat ini. Data tersebut nantinya bisa dijadikan acuan dalam penyusunan program latihan yang lebih efektif, memperbaiki teknik individu maupun tim, serta mendorong peningkatan prestasi siswa di bidang olahraga, khususnya dalam cabang bola voli.

Passing bawah merupakan salah satu keterampilan dasar yang memiliki peran sangat penting dalam permainan bola voli. Teknik ini digunakan terutama untuk menerima *servis* lawan, menahan serangan, dan mengendalikan bola pertama agar dapat diolah menjadi serangan yang efektif. Kesalahan dalam melakukan *passing* pertama sering kali mengakibatkan hilangnya kesempatan membangun serangan dan memberikan keuntungan bagi lawan. Oleh karena itu, penguasaan teknik *passing* bawah yang baik menjadi kunci dalam menjaga kelancaran pola permainan tim (Suharno, 2018).

Menurut Ahmadi (2020), keberhasilan serangan dalam permainan bola voli sebagian besar bergantung pada kualitas *passing* pertama yang dilakukan oleh pemain. *Passing* bawah menjadi teknik dominan karena digunakan hampir setiap kali bola pertama datang dari lawan, baik melalui servis maupun pengembalian bola. Selain itu, teknik ini juga menjadi dasar untuk memulai strategi permainan dan mempersiapkan posisi penyerang agar tim memiliki peluang mencetak angka. Dengan kata lain, tanpa penguasaan *passing* bawah yang baik, koordinasi antar pemain dan efektivitas serangan akan sangat berkurang.

Melihat peran vital *passing* bawah, penguasaan keterampilan ini harus menjadi prioritas utama dalam pembinaan teknik dasar bola voli. Penelitian ini menjadi penting karena hasilnya dapat memberikan informasi yang akurat tentang tingkat penguasaan *passing* bawah pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri. Informasi ini diharapkan dapat digunakan oleh pelatih untuk memperbaiki pola latihan, meminimalkan kesalahan teknis, serta meningkatkan kualitas permainan tim secara keseluruhan (Indarto, 2019).

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka fokus permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan melalui pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Sejauh mana tingkat penguasaan keterampilan *passing bawah* pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri?
2. Apa saja faktor yang turut memengaruhi penguasaan teknik *passing bawah* dalam permainan bola voli pada peserta ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Kota Kediri?
3. Mengapa penguasaan keterampilan *passing bawah* oleh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri belum menunjukkan hasil yang optimal dalam mendukung pencapaian prestasi pada ajang kompetisi tingkat kota?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui sejauh mana tingkat penguasaan keterampilan *passing* bawah yang dimiliki oleh peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Kota Kediri.
2. Menggali dan mengidentifikasi berbagai faktor yang berkontribusi terhadap penguasaan teknik *passing* bawah dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah tersebut.

3. Menganalisis alasan utama di balik belum optimalnya penguasaan keterampilan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler, khususnya dalam kaitannya dengan pencapaian prestasi pada kompetisi bola voli tingkat kota.

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi nyata terhadap pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya dalam memperkaya kajian mengenai keterampilan teknik dasar seperti *passing* dalam permainan bola voli.
- b. Menjadi salah satu referensi ilmiah yang dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji aspek teknik dasar bola voli, terutama dalam konteks penguasaan *passing* oleh siswa jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA).
- c. Memberikan tambahan wawasan dalam studi tentang teknik dasar olahraga bola voli di lingkungan pendidikan, yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung pengembangan teori dan praktik pelatihan teknik dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

2. Manfaat Praktis

- a. Menyediakan informasi yang akurat dan berbasis data kepada guru pendidikan jasmani serta pelatih ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Kota Kediri terkait tingkat penguasaan keterampilan *passing* bawah yang dimiliki para peserta. Informasi ini dapat menjadi dasar dalam melakukan evaluasi serta perbaikan terhadap program latihan yang selama ini dijalankan.
- b. Menjadi acuan yang dapat dimanfaatkan oleh pelatih dalam menyusun metode latihan yang lebih efektif dan terarah, sesuai dengan kebutuhan teknis siswa, khususnya dalam penguasaan teknik dasar *passing* bawah agar hasil latihan dapat memberikan dampak yang lebih maksimal terhadap performa bermain.

- c. Membantu pihak sekolah, khususnya tim pengelola kegiatan ekstrakurikuler, dalam menilai keberhasilan program latihan yang telah dilaksanakan sekaligus memberikan masukan strategis dalam pengembangan pembinaan olahraga bola voli. Hasil evaluasi ini juga dapat menjadi landasan untuk memperkuat persiapan tim dalam menghadapi kompetisi bola voli, baik di tingkat kota maupun pada jenjang yang lebih tinggi.
- d. Memberikan gambaran yang objektif kepada peserta ekstrakurikuler mengenai kemampuan *passing* bawah yang telah mereka miliki, termasuk aspek-aspek yang masih perlu ditingkatkan. Dengan adanya pemahaman ini, diharapkan motivasi dan semangat latihan siswa dapat meningkat sehingga berdampak pada perbaikan performa dan prestasi mereka dalam bidang olahraga bola voli.