

**PENGARUH MODIFIKASI BOLA KARET DAN BOLA
PLASTIK TERHADAP KEMAMPUAN PASING BAWAH
DALAM BOLA VOLI PADA SISWA EXSTRAKURIKULER DI
SD MUHAMMADIYAH ASSALAM GURAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Penulisan Proposal/Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Prodi PENJASKESREK
Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains (FIKS) UN PGRI Kediri



OLEH :

PEBRI ARIAWAN
NPM: 2115030031

**PRODI PENJASKESREK
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

PEBRI ARIAWAN

NPM : 2115030031

Judul :

**PENGARUH MODIFIKASI BOLA KARET DAN BOLA
PLASTIK TERHADAP KEMAMPUAN PASING BAWAH
DALAM BOLA VOLI PADA SISWA EXSTRAKURIKULER DI
SD MUHAMMADIYAH ASSALAM GURAH**

Telah disetujui untuk diajukan kepada panitia ujian/sidang skripsi pordi
PENJASKESREK FIKS UN PGRI KEDIRI

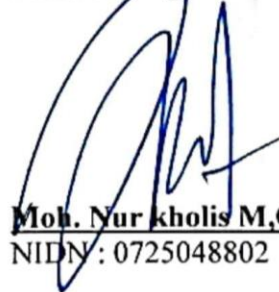
Tanggal : 14 Juli 2025

Pembimbing 1



Dr. Wasis Himawanto, M.Or
NIDN. 0723128103

Pembimbing 2



Moh. Nur kholis M.Or
NIDN : 0725048802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

PEBRI ARIAWAN
NPM : 2115030031

Judul :

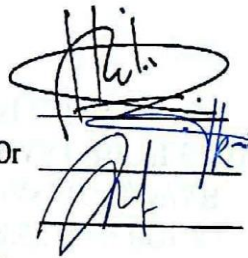
**PENGARUH MODIFIKASI BOLA KARET DAN BOLA
PLASTIK TERHADAP KEMAMPUAN PASING BAWAH
DALAM BOLA VOLI PADA SISWA EXSTRAKURIKULER DI
SD MUHAMMADIYAH ASSALAM GURAH**

Telah dipertahankan kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Pordi PENJASKESREK
FIKS UN PGRI KEDIRI
Pada tanggal : 14 Juli 2025

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Dr. Wasis Himawanto, M.Or
2. Penguji I : Ardhi Mardhiyanto Indra Purnomo, M. Or
3. Penguji II : Moh. Nurkholis M.Or



Mengetahui,
Dekan FIKS

Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Pebri Ariawan
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Tempat/tgl. Lahir : Kediri/04 Februari 2002
NPM : 2115030031
Fakultas/Prodi : FIKS/S1 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, 14 Juli 2025

Yang Menyatakan



PEBRI ARIAWAN
NPM : 2115030031

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Jika Orang lain lain bisa, aku juga harus bisa meskipun berat tapi harus aku akhiri”

(Pebri Ariawan)

Kupersembahkan Karya Ini ;

Kepada kedua orang tua saya, Sepupu saya dan teman teman saya, terkhususnya SD Assalam gurah dan semua pihak yang telah membantu saya yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu,

ABSTRAK

PEBRI ARIAWAN Pengaruh modifikasi bola karet dan bola plastik terhadap kemampuan pasing bawah dalam bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah terhadap, Skripsi, PENJASKESREK FIKS UNP Kediri 2025.

Kata kunci : Latihan bola karet , bola plastik, Pasing Bawah

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan dengan modifikasi bola voli (bolakaret dan bola plastik) terhadap ketepatan pasing bawah dalam permainan bola voli di SD Muhammadiyah Assalam Gurah.

Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *pretest-posttest* kelompok. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 20 siswa, terdiri dari 20 laki-laki kelas V, yang dibagi ke dalam dua kelompok perlakuan. Kelompok pertama diberi latihan pasing dengan bola karet dan kelompok kedua diberi latihan dengan bola Plastik selama 16 kali.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah tess pasing terhadap wall selama 1 menit sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data menggunakan uji *Paired Samples t-Test* untuk mengetahui perbedaan hasil pretest dan posttest dalam masing-masing kelompok, serta uji *Independent Samples t-Test* untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara kedua jenis latihan. Hasil uji *paired* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest pada kedua kelompok dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Sementara itu, hasil uji *independent* menunjukkan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok Bola karet dan kelompok Bola Plastik, di mana kelompok bola karet mengalami peningkatan yang lebih tinggi.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa latihan pasing dengan media bola karet dan bola plastik sama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pasing bawah dalam bola voli. Namun, Latihan pasing dengan media bola karet lebih terbukti lebih efektif dan direkomendasikan sebagai metode latihan meningkatkan kemampuan pasing bawah.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahanschingga kami dapat menyelesaikan proposal ini. Tanpa pertolongan-Nyamungkin penyusun tidak akan sanggup menyelesaikannya dengan baik. Sholawat dan salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta kitayakni Nabi Muhammad SAW

Penyusunan proposal ini merupakan bagian dari rencana penelitian guna penulisan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan rekreasi (PENJASKESREK).

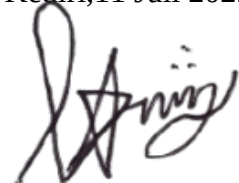
Pada kesempatan ini diucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri, yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
3. Weda, M.Pd. selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi yang selalu memberikan arahan kepada mahasiswa.
4. Dr. Wasis Himawanto, M.Or selaku dosen pembimbing I dan Moh. Nurkholis M.Or selaku Pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan proposal ini.
5. Kepala sekolah SD Muhammadiyah Assalam Gurah yang telah memberikan izin untuk dapat dilakukan penelitian.
6. Sepupu saya yang telah membantu penyusunan Skripsi ini.
7. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa dan dukungan kepada saya
8. Terimakasih kepada teman teman PBVSI Kab Kediri.
9. Terimakasih kepada teman teman Ipnu-Ippnu, dan UKKI.
10. Terimakasih kepada Guslik, Gus Iqdam, Gus Baha, Ustad Adi hidayat, Ustad Abdul Somad dan KH. Anwar Zahid yang selalu saya dengarkan pengajiannya dan Kiai Amin yang Senantiasa memberikan ceramahnya setiap habis Sholat Subuh.

11. Terimakasih Kepada Ndx Axa, Guyon Waton, Aftershine, Denny Cakan, Lavora Dan Alan Walker. Yang sudah menjadi *Playlist* dalam menemani penulisan menyusun skripsi ini dengan keadaan jomblo tidak punya ayang.
12. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu sebagaimana yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan proposal ini.

Disadari bahwa proposal ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Kediri, 11 Juli 2025



PEBRI ARIAWAN

NPM : 2115030031

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	II
HALAMAN PENGESAHAN	III
PERNYATAAN	IV
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	V
ABSTRAK.....	VI
KATA PENGANTAR	VII
DAFTAR ISI.....	IX
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Teori Dan Penelitian Terdahulu Dengan Menggunakan Bola Karet	6
B. Teori Dan Penelitian Terdahulu Dengan Menggunakan Bola Plastik	11
C. Pengertian Teknik <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	17
D. Kerangka Berpikir	21
E. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel.....	26
C. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data	26
D. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	28
E. Prosedur Penelitian	29
F. Tempat Dan Waktu Penelitian	31
G. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pembahasan.....	34
BAB V PENUTUP	44
A. Simpulan	44
B. Implikasi	44
C. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	47

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Penilaian pasing bawah.....	27
Tabel 3.2. Teknik Pembagian Sampel dengan <i>MSOP</i>	29
Tabel 3.3. Bagan Prosedur Eksperimen	30
Tabel 3.4. Konsep latihan pasing dengan bola karet.....	30
Tabel 3.5. Konsep latihan pasing dengan bola Plastik.....	31
Tabel 4.1. Hasil Pretest dan posttest Kelompok Perlakuan	33
Tabel 4.2. Data Kelompok A Pasing menggunakan bola karet	34
Tabel 4.3. Data Kelompok B Pasing menggunakan bola Plastik	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : 2 gambar bola karet.....	10
Gambar 2.2 : bola voli plastik.....	16
Gambar 2.3 : Bagan Kerangka Berpikir.....	23
Gambar 3.4 : Two Group Pretest-Posttest Design	25
Gambar 3.5 : Tes Passing Dimodifikasi.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat permohonan izin penelitian.....	52
Lampiran 2. Surat Balasan SD Muhammadiyah Assalam Gurah.....	53
Lampiran 3. Tabel Desain Penelitian.....	54
Lampiran 4. Penilaian pasing bawah.	54
Lampiran 5. Teknik Pembagian Sampel dengan MSOP	54
Lampiran 6. Konsep latihan pasing dengan bola karet.....	54
Lampiran 7. konsep latihan pasing dengan bola Plastik	55
Lampiran 8. Program Latihan	55
Lampiran 9. <i>Pretest</i> dan <i>posttest</i> Kelompok Perlakuan.....	58
Lampiran 10. Data Kelompok A dan Kelompok B	58
Lampiran 11. <i>Pretest</i> dan <i>posttest</i> Kelompok Kontrol	58
Lampiran 12. Hasil Tendensi Data Kelompok A dan Kelompok B	60
Lampiran 13. Distribusi Frekuensi Data Kel A Dan Kelompok B	60
Lampiran 14. Hasil Uji Normalitas Kelompok A dan Kelompok B Dengan one sample-KS.....	60
Lampiran 15. Hasil Uji Homogenitas Kelompok A dan Kelompok B	60
Lampiran 16. Hasil Uji <i>paired sample t-test</i> <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Latihan bola karet dan bola Plastik.	61
Lampiran 17. Hasil uji independent samples test	62
Lampiran 18. Bagan kerangka Berfikir	63
Lampiran 19. Histogram Data Kelompok A dan Kelompok B	64
Lampiran 20. Hasil Cek Plagiasi.....	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah komponen penting dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, emosional, dan sosial siswa melalui kegiatan fisik. Salah satu jenis olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah voli. Olahraga ini tidak hanya mengajarkan keterampilan motorik dan kebugaran fisik, tetapi juga melatih kerjasama tim, sikap sportif, serta konsentrasi.

Dalam permainan bola voli, terdapat sejumlah teknik dasar yang harus dikuasai oleh peserta didik untuk dapat bermain dengan baik, salah satunya adalah teknik passing bawah. Passing bawah adalah teknik fundamental yang diterapkan untuk menerima servis, smash, atau mengendalikan bola yang berasal dari arah bawah. Metode ini sangat krusial karena menjadi dasar dari penguasaan bola yang efektif dan sering diterapkan dalam berbagai keadaan permainan, terutama pada tingkat pemula seperti siswa di sekolah dasar. Karena itu, kemampuan passing bawah perlu dilatih secara teratur dan berkesinambungan agar siswa dapat menguasainya dengan baik.

Namun, dalam kenyataannya, pelatihan passing bawah pada anak sekolah dasar seringkali tidak berlangsung dengan efisien. Berbagai faktor memengaruhi hasil latihan tersebut, salah satunya adalah perangkat latihan, yaitu bola yang dipakai. Bola di permainan voli memiliki berbagai variasi, tergantung pada bahan dan beratnya, seperti bola karet, bola plastik, hingga bola standar berbahan kulit sintetis. Dalam lingkungan pendidikan jasmani di sekolah dasar, guru sering memanfaatkan bola plastik atau bola karet sebagai pengganti bola resmi yang biasanya lebih berat dan keras untuk anak-anak. Langkah ini diambil agar siswa tidak merasa cemas saat berlatih dan dapat lebih tenang dalam mengikuti proses belajar.

Pemakaian bola karet dan bola plastik sebagai alat pengajaran dalam latihan teknik passing bawah mempunyai keunggulan dan kelemahan tersendiri. Bola karet umumnya memiliki permukaan yang lebih lembut dibandingkan bola resmi, tetapi tetap memiliki berat yang hampir sama dengan bola standar. Bola

tipe ini memberi siswa pengalaman pantulan dan arah yang lebih nyata, membantu dalam pengembangan teknik dasar yang tepat. Sebaliknya, bola plastik memiliki bobot yang lebih ringan dan tekstur yang lebih lembut dibandingkan dengan bola karet, sehingga tidak berbahaya dan tidak menyakitkan saat mengenai tubuh. Akan tetapi, kekurangannya adalah bola plastik cenderung melayang dan tidak stabil saat memantul, yang dapat mengganggu pembelajaran teknik passing bawah yang tepat.

Di sekolah SD Muhammadiyah Assalam Gurah, metode pengajaran pada kegiatan ekstrakurikuler dan pembelajaran jasmani, khususnya pada permainan bola voli, masih mengalami kesulitan dalam memilih media yang tepat untuk proses latihan. Guru sering menggunakan berbagai jenis bola secara bergantian karena adanya keterbatasan fasilitas dan peralatan. Ini menimbulkan pertanyaan tentang seberapa efektif masing-masing tipe bola baik bola karet maupun bola plastik dalam meningkatkan kemampuan passing bawah siswa. Bola modifikasi yang dipakai dalam latihan berpengaruh besar terhadap kemajuan teknik dasar siswa.

Pertanyaan ini krusial untuk diteliti lebih lanjut mengingat bahwa usia siswa SD merupakan periode penting bagi pengembangan keterampilan motorik dasar. Kesalahan dalam memberikan rangsangan latihan, termasuk pemilihan media yang tidak sesuai, dapat mengakibatkan kendala dalam proses belajar gerakan dan menjadikan penguasaan teknik menjadi kurang maksimal. Karena itu, pendidik pendidikan jasmani harus memiliki pemahaman dan landasan ilmiah dalam memilih jenis media yang paling efisien untuk pengajaran teknik dasar olahraga, termasuk passing bawah dalam voli.

Penelitian ini memiliki tingkat urgensi yang tinggi karena berhubungan langsung dengan proses belajar pendidikan jasmani yang efektif dan efisien. Di samping itu, temuan penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan signifikan bagi guru dan sekolah dalam menentukan media yang paling tepat untuk pengajaran bola voli. Dengan memahami dampak bola karet dan bola plastik terhadap kemampuan passing bawah, guru dapat menyusun strategi pembelajaran yang lebih efektif, tidak sekadar berdasarkan insting atau kebiasaan, namun berlandaskan data empiris yang valid dan dapat diandalkan.

Aspek signifikan lainnya yang mendasari penelitian ini adalah kenyataan bahwa masih sedikit penelitian yang secara khusus membandingkan dampak penggunaan bola karet dan bola plastik terhadap keterampilan teknik dasar dalam voli di jenjang sekolah dasar. Sebagian besar penelitian lebih menekankan pada taktik latihan, pola pembelajaran, atau dampak latihan terhadap kebugaran fisik secara umum. Padahal, media atau alat bantu belajar juga merupakan salah satu unsur penting dalam proses pembelajaran motorik. Keterbatasan referensi ilmiah mengenai dampak jenis bola terhadap kemampuan passing bawah inilah yang mendorong pentingnya penelitian ini.

Berdasarkan latar belakang itu, penulis merasakan pentingnya melakukan penelitian berjudul: “Pengaruh Bola Karet dan Bola Plastik terhadap Keterampilan Passing Bawah dalam Bola Voli di SD Muhammadiyah Assalam Gurah.” Studi ini diharapkan dapat menyelesaikan masalah yang ada di lapangan dan memberikan solusi nyata bagi guru pendidikan jasmani dalam menentukan media pembelajaran yang sesuai. Selain itu, studi ini diharapkan dapat menjadi salah satu acuan untuk pengembangan metode pengajaran bola voli yang lebih baik di tingkat sekolah dasar.

Studi ini tidak hanya meneliti perbandingan dua tipe bola berdasarkan bahan, tetapi juga mengevaluasi sejauh mana penggunaan tiap jenis bola dapat mendukung siswa dalam meningkatkan keterampilan passing bawah dengan lebih efektif. Melalui metode eksperimen dan analisis kuantitatif, diharapkan dapat diperoleh jawaban yang bersifat objektif dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Pada penerapan pembelajaran kurikulum Merdeka Belajar yang telah dilaksanakan di banyak sekolah, salah satunya di SD Muhammadiyah Assalam Gurah, pendidikan jasmani dirancang agar lebih menarik, responsif, dan berorientasi pada siswa. Pemilihan alat bantu latihan seperti bola yang sesuai dengan kemampuan serta usia anak sangat krusial agar proses pembelajaran berlangsung secara efektif. Dengan demikian, temuan dari penelitian ini juga akan sejalan dengan prinsip Merdeka Belajar, di mana metode pembelajaran harus adaptif dan dapat memenuhi kebutuhan siswa yang beragam.

Akhirnya, latar belakang penelitian ini berangkat dari kebutuhan nyata di

lapangan, yakni pentingnya landasan ilmiah dalam pemilihan media pembelajaran olahraga. Diharapkan, studi ini bisa memberikan sumbangan dalam pengembangan metode pengajaran pendidikan jasmani yang tidak hanya fokus pada hasil, tetapi juga memerhatikan kenyamanan, keamanan, dan efektivitas proses belajar mengajar itu sendiri. Dengan demikian, diharapkan siswa tidak hanya mampu menguasai keterampilan dasar olahraga, tetapi juga terdorong untuk terus berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang mendukung kesehatan dan perkembangan mereka secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada uraian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang diambil adalah:

1. Adakah pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah?
2. Adakah pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola Plastik terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah?
3. Seberapa besar pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet dan bola Plastik terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka terdapat tujuan penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Menentukan bagaimana pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah!
2. Menentukan bagaimana pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola Plastik terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah!
3. Menentukan Seberapa besar pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet dan bola Plastik terhadap kemampuan passing bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Assalam Gurah!

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber ilmu pengetahuan bagi mahasiswa dalam menerapkan pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet dan bola Plastik dalam meningkatkan kemampuan passing bawah di bidang bola voli.

2. Manfaat Praktis

Berdasarkan latar belakang masalah serta keterbatasan yang ada pada peneliti, maka penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi atlet dan pelatih dalam usaha meningkatkan prestasi khususnya latihan passing bawah dengan menggunakan bola karet dan bola plastik. Sehingga dapat Memberikan informasi khalayak umum tentang pengaruh latihan menggunakan Modifikasi bola karet dan bola plastik dalam meningkatkan kemampuan passing bawah di SD Muhammadiyah Assalam Gurah.

DAFTAR PUSTAKA

- Saskia Putri Permani, Febi Kurniawan, Abdul Salam Hidayat, Deden Akbar Izzuddin. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Bola Karet Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli Pada Siswa SMP Negeri 2 Karawang Barat. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education*.
- Rohendi, A. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Berbasis Permainan Development Of Passing Learning Model To Based Games Volley Ball. *Journal Of Physical And Outdoor Education*, 1(1), 1–12.
- Setyo, E. (2019). Peningkatan Keterampilan Passing Atas Bola Melalui Modifikasi Alat. *Khazanah Pendidikan*, 12(1).
- Nugraha, N. E., & Izzuddin, D. A. (2021). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Pengaruh Penggunaan Media Bola Karet Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Jatisari Kabupaten Karawang. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(1), 41-52.
- Ilham Kamaruddin¹, Irvan , & Muhammad Nur. (2021). Pemanfaatan Bola Karet Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Dalam Pembelajaran Bola Voli. *Journal Of Physical Education, Sport And Recreation*.
- Syaleh, M. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Lempar Pukul Bola Kertas Pada Siswa Kelas Vii Smp. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 23–30.
- Manan. (2017) Peranan Passing Dalam Sebuah Permainan Bola Voli. *Journal Of Physical Education, Sport And Recreation*.
- Irfan Dani, Iska Noviaridila, & Zulhendri. (2020). Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Terhadap Kemampuan Bawah Pada Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas Iv Di SDN 001 Salo. *Jurnal (BOLA) Bersama Olahraga Laju Asia Research And Learning Physical Education*
- Manan A. (2017). Penggunaan Media Modifikasi Bola Plastik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Bolavolipada Siswi Kelas Vii Di Smp Negeri 3 Pabuaran 2017. *Seminar Nasional Pendidikan*.
- Marta. (2018). Peningkatan Passing Bawah Bola Voli Dengan Media Bola Plastik Di Sdn 04 Setolo. *Artikel Ilmiah, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak*.

- Alviana E. (2015). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dan Servis Dalam Permainan Bolavoli Dengan Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas Iv Sd Negeri 3 Mulyosari, Kecamatan Pagerwojo Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran 2015/2016. Artikel Skripsi, Universitas Nusantara Pgri Kediri.
- Jameson dan Lee: (2015) mengamati perbandingan daya tahan bola voli berbahan plastik dan kulit dalam jangka Panjang.
- Rohman, U., Wardhani, A. I. D., & Cholid, A. (2020). Penerapan Model Pembelajaran Modifikasi Bola Plastik terhadap Kemampuan Passing Bawah Permainan Bola. Voli Eprints UNM jurnal.unipasby.ac.id, Radar Semarang
- Sodikin, F. A. (2022). Penggunaan Modifikasi Bola Plastik dalam Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Permainan Bola Voli. Repository UM Jember.
- Supriyono (2013). Penerapan Modifikasi Bola Plastik untuk Meningkatkan Passing Bawah di SDN Dupak V. Surabaya Ejournal Unesa.
- Topo Yono & Fatraul Ali Sodikin (2020). Modifikasi Bola Plastik sebagai Media Pembelajaran Bola Voli. jurnal.unipasby.ac.id, sparta.unmuhbabel.ac.id, Repository UM Jember.
- Sulthon, M., Puspodari & Kurnia, A. (2025). Penggunaan Media Bola Modifikasi Untuk Meningkatkan Teknik Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa di SDN Wonojoyo 2. Jurnal nusantara sporta
- Danur Satyo Laksono, Puspodari & Anggi Kurniasari (2025). Meningkatkan Hasil Belajar Psikomotor Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Bola Plastik Pada Kelas V SDN Ngronggo 5. Jurr nusantara sporta