

**PENGARUH METODE *DRILL* KE DINDING TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA EKSTRAKURIKULER
BOLA VOLI MI ISLAMİYAH SUKOHARJO PLEMAHAN KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada Prodi PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri



OLEH

MUHAMMAD NUR FAIZI

NPM. 19.1.01.09.0103

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI 2026

Skripsi Oleh:

MUHAMMAD NUR FAIZI
NPM. 19101090103

Judul:

**PENGARUH METODE *DRILL* KE DINDING TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA EKSTRAKURIKULER
BOLA VOLI MI ISLAMIYAH SUKOHARJO PLEMAHAN KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi
PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal: 09 Januari 2026

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Rendhitya Prima Putra, M.Pd.
NIDN: 0714078903

M. Akbar Husein Alsabah, M.Or.
NIDN: 0727089001

Skripsi Oleh:

Muhammad Nur Faizi

NPM. 19101090103

Judul:

**PENGARUH METODE *DRILL* KE DINDING TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA EKSTRAKURIKULER BOLA
VOLI MI ISLAMIYAH SUKOHARJO PLEMAHAN KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi

PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri

Pada tanggal:

Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

- | | | |
|--------------|-------------------------------------|-------|
| 1. Ketua | : Rendhitya Prima Putra, M. Pd. | _____ |
| 2. Penguji 1 | : M. Akbar Husein Allsabab, M. Or. | _____ |
| 3. Penguji 2 | : Dr. Budiman Agung Pratama, M. Pd. | _____ |

Mengetahui,
DEKAN FIKS

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

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama	: Muhammad Nur Faizi
Jenis kelamin	: Laki-laki
Tempat, tanggal lahir	: Kediri, 21 Oktober 2000
NIPM	: 19.1.01.09.0103
Fak/Prodi	: FIKS/Penjas

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana 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 masalah ini.

Kediri, 01 Januari 2026
Yang menyatakan

Muhammad Nur Faizi
NPM: 19.1.01.09.0103

MOTTO

“Itami o kanjiro, itami o kangaero, itami o uketore, itami o shire. Itami o shiranu
mono ni honto no heiwa wa wakaran”

"Rasakan rasa sakitnya, pikirkan rasa sakitnya, terima rasa sakitnya, kenali rasa
sakitnya. Mereka yang tidak mengenal rasa sakit tidak dapat memahami
kedamaian sejati."

-AKATSUKI PAIN-

ABSTRAK

Muhammad Nur Faizi. 19101090103. Pengaruh Metode *Drill* Ke Dinding Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pada Ekstrakurikuler Bola Voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri.

Kata Kunci: Metode Drill ke Dinding, passing bawah, Bola Voli

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode drill ke dinding terhadap kemampuan passing bawah pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri. Permasalahan dalam penelitian ini didasari oleh rendahnya kemampuan passing bawah siswa, yang ditandai dengan kurangnya ketepatan arah bola, teknik yang belum benar, serta konsistensi passing yang masih lemah. Metode drill ke dinding dipilih karena menekankan pada latihan berulang secara mandiri dan terkontrol sehingga diharapkan mampu meningkatkan keterampilan teknik dasar passing bawah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen semu (quasi experiment) dan desain One Group Pretest–Posttest Design. Subjek penelitian adalah siswa kelas V MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, berjumlah 30 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan passing bawah sebelum dan sesudah perlakuan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji normalitas dan uji hipotesis (uji t) untuk mengetahui perbedaan kemampuan passing bawah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan passing bawah siswa setelah diberikan perlakuan metode drill ke dinding. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan metode drill ke dinding terhadap kemampuan passing bawah siswa pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli. nilai t hitung sebesar $1,884 < t \text{ tabel } 2,062$. Dengan demikian, metode drill ke dinding dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode latihan yang efektif untuk meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli pada siswa madrasah ibtidaiyah.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode *Drill* Ke Dinding Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pada Ekstrakurikuler Bola Voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri” ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program sarjana Pendidikan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Penulis menyadari bahwa penulis serta proses terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak. Banyak kendala, kekurangan, serta keterbatasan waktu yang dihadapi penulis dalam penyelesaian skripsi ini, tetapi berkat bantuan berbagai pihak yang penulis terima sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu, penulis dengan tulus ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, rezeki, kesehatan, pertolongan, petunjuk, kekuatan, kesabaran serta keteguhan sehingga saya dapat menyelesaikan tugas penelitian ini dengan baik.
2. Ibunda dan Ayahanda yang dengan penuh kasih sayang, kesabaran, dan ketulusan selalu memberikan nasehat, semangat, dukungan moral, materi dan motivasi serta doa yang selalu menyertai langkah saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Rendhitya Prima Putra M. Pd selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu, tenaga, pengarahan, bimbingan, dan motivasi selama menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak M. Akbar Husein Alsabah, M. Or selaku dosen pembimbing dan penguji II yang telah memberikan saran untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Dr. Nur Ahmad Muharram M. Or selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains Universitas Nusantara PGRI Kediri dan dosen penguji II yang telah memberikan masukan serta memberi kemudahan bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

6. Sahabat penulis, Galang, Fatah, Rian, Bima, Dinda Erwin, Uci, Farid, Lukman, dan Pieter. Terimakasih atas dukungan serta kebersamaan yang sangat berkesan bagi penulis.

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung penyelenggaraan acara ini, termasuk dosen pembimbing, teman-teman sejawat, dan semua peserta yang hadir. Harapan kami, melalui seminar ini, kita dapat saling berbagi pengetahuan, pengalaman, serta memberikan masukan yang membangun.

Terima kasih atas perhatian dan partisipasi semua pihak. Semoga acara ini dapat berjalan dengan lancar dan bermanfaat bagi semua. Mari kita bersama-sama menyongsong masa depan yang lebih baik melalui kolaborasi dan peningkatan ilmu pengetahuan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

DAFTAR ISI

SAMPUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
Latar Belakang	1
Identifikasi Masalah.....	8
Pembatasan Masalah.....	8
Rumusan Masalah.....	8
Tujuan Penelitian	9
Manfaat penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
Landasan Teori	11
1. Sejarah Permainan Bola Voli	11
2. Pengertian Bola Voli.....	15
3. Pembelajaran Bola Voli	18
4. Hakikat Permainan Bola Voli	21
5. Metode Drill.....	28
6. Teknik Dasar Passing Bawah.....	33
7. Jenis-Jenis Metode Drill Passing Bawah.....	38
Penelitian Terdahulu.....	39
Kerangka Berpikir.....	41
Hipotesis.....	43

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45
Prosedur Penelitian.....	46
Instrumen Penelitian.....	46
Populasi dan sampel	48
Tempat dan waktu penelitian.....	48
Uji instrumen data	48
Teknik analisis data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Hasil Penelitian.....	54
B. Pembahasan.....	60
1. Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler MI Islamiyah Sukoharjo Sebelum Diberikan Pembelajaran Metode Drill Ke Dinding.....	60
2. Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler MI Islamiyah Sukoharjo Sesudah Diberikan Pembelajaran Metode Drill Ke Dinding.....	61
3. Pengaruh Antara Pembelajaran Menggunakan Metode Drill Ke Dinding Terhadap Peningkatan kemampuan Passing Bawah Pada Ekstrakurikuler Bola Voli Siswa MI Islamiyah Sukoharjo	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	65
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ilustrasi Sejarah Permainan Bola Voli	13
Gambar 2.2 Passing Atas Dan Passing Bawah Bola Voli.....	14
Gambar 2.3 Tim Dalam Permainan Bola Voli	17
Gambar 2.4 Hakikat Permainan Bola Voli	22
Gambar 2.5 Lapangan Bola Voli.....	26
Gambar 2.6 Metode Drill.....	29
Gambar 2.7 Pembelajaran Passing Bawah Dengan Metode Drill	33

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skema Kerangka Berpikir.....	43
Tabel 2.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	47
Tabel 3.1 Hasil <i>Post-Test</i>	55
Tabel 3.2 Penyebaran Data Mean, Median, Mode.....	56
Tabel 3.4 Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogrov	57
Tabel 3.4 Hasil Uji Parsial (Uji T).....	58

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan langkah dasar yang disusun secara terencana untuk mewujudkan strategi belajar dan proses pembelajaran supaya peserta didik secara aktif mengembangkan potensi spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, moralitas, pengetahuan umum, dan keterampilan yang diperlukan untuk masyarakat berdasarkan hukum. Pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi sangat penting untuk mencapai tujuan, kesejahteraan umum, dan pencerahan bangsa. Jalur pendidikan ada tiga, yaitu pendidikan informal, formal, dan pendidikan nonformal formal, sesuai UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 13 Ayat 1 (Darmadi, 2019. P. 26). Pendidikan formal merupakan salah satu dari tiga jalur pendidikan. Pendidikan formal adalah pengajaran yang diselenggarakan, mempunyai tingkatan atau tingkatan tertentu, dan diselenggarakan di sekolah-sekolah dalam keadaan tertentu yang telah ditetapkan dan diputuskan oleh pemerintah. Di tingkat sekolah dasar, hasil belajar yang dicapai siswa memberikan bukti efektivitas proses belajar mengajar. Prestasi belajar tersebut merupakan hasil belajar setelah mengerjakan soal-soal, praktek materi dan penguasaan materi yang telah disampaikan pendidik terhadap siswa. Nilai siswa dapat digunakan untuk mengukur kemajuan siswa setelah apa yang telah disampaikan oleh pendidik pada saat evaluasi keberhasilan proses pembelajaran ditentukan oleh seberapa baik siswa belajar di kelas maupun di luar kelas. Kesuksesan dalam pembelajaran dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang mungkin mempengaruhi

pembelajaran siswa. Faktor internal seperti pertimbangan psikologis, faktor fisik, dan psikologis, yang mencakup dorongan. Elemen itu mempengaruhi proses pembelajaran serta dapat menjadi suatu dorongan motivasi untuk siswa sehingga menjadi bantuan yang bermanfaat dalam proses pembelajaran. Namun, hal ini mungkin juga membuat pembelajaran menjadi lebih sulit dan tantangan yang muncul pada setiap pembelajaran mempunyai dampak pada hasil pembelajaran setiap individu siswa.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, sikap sosial, serta karakter peserta didik. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani dan banyak diminati siswa adalah permainan bola voli. Permainan bola voli menuntut penguasaan teknik dasar yang baik agar permainan dapat berjalan efektif dan efisien.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu bentuk pembinaan minat dan bakat siswa di luar jam pelajaran yang mampu mengembangkan keterampilan, karakter, serta kreativitas. Salah satu jenis ekstrakurikuler yang banyak diminati siswa di sekolah dasar adalah bola voli. Bola voli tidak hanya mengembangkan kerja sama tim, tetapi juga menuntut penguasaan teknik dasar agar permainan dapat berlangsung optimal.

Teknik dasar yang harus dikuasai dalam bola voli adalah passing bawah. Passing bawah menjadi fondasi awal dalam menerima servis, serangan lawan, maupun penguasaan bola pertama. Namun pada kenyataannya, kemampuan

passing bawah siswa masih rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya kontrol bola, ketidakstabilan arah pantulan, serta bidang pantul lengan yang belum benar.

Untuk meningkatkan keterampilan tersebut, diperlukan metode latihan yang terstruktur, sistematis, dan berulang. Metode drill merupakan salah satu metode yang efektif dalam pembinaan teknik dasar bola voli, karena menekankan pengulangan gerakan hingga tercapai otomatisasi. Metode drill dapat diterapkan dalam berbagai bentuk latihan, seperti *drill berpasangan*, *drill ke dinding*, *drill variasi arah*, *drill berbasis target*, serta *drill penerimaan servis*. Variasi tersebut memberi stimulus yang berbeda dan memungkinkan siswa meningkatkan keterampilan passing bawah dari aspek dasar hingga situasional.

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah passing bawah. Passing bawah berfungsi sebagai teknik awal untuk menerima servis, smash, maupun bola serangan lawan, sehingga keberhasilan sebuah tim sangat bergantung pada kemampuan passing bawah para pemainnya. Namun pada kenyataannya, kemampuan passing bawah siswa pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli di MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya akurasi arah bola, posisi tubuh yang belum benar, serta konsistensi passing yang masih lemah.

Departemen Pendidikan Nasional (2006) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh. Bidang ini bertujuan untuk mengembangkan kebugaran fisik, keterampilan gerak, kemampuan berpikir

kritis, keterampilan sosial, kemampuan bernalar, kestabilan emosional, serta pembentukan sikap dan perilaku moral. Selain itu, melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara terencana dan sistematis, peserta didik diarahkan untuk menerapkan pola hidup sehat serta memiliki kepedulian terhadap lingkungan yang bersih sebagai upaya mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam menunjang keberhasilan proses pendidikan secara keseluruhan. Hal tersebut tercermin dari kedudukannya yang sejajar dan saling melengkapi dengan mata pelajaran lain di sekolah, sehingga pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari kurikulum pembelajaran yang diterapkan di satuan pendidikan.

Di lihat dari penjelasan di atas, bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran sekolah dasar yang perlu mendapat perhatian yang matang karena mengedepankan nilai-nilai seperti kreativitas, disiplin diri, kerjasama, dan mempersiapkan diri untuk hidup sehat. pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang mempengaruhi perkembangan kepribadian peserta didik dan membantu tercapainya tujuan pendidikan nasional karena menumbuhkan perkembangan luas unsur kognitif, afektif, mental, moral, dan emosional. Oleh karena itu, pendidikan perlu dilaksanakan secara bertanggung jawab dan terorganisir.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan komponen terpadu dari keseluruhan sistem pendidikan yang berupaya membangun kesejahteraan jasmani dan mental setiap orang guna menumbuhkan perilaku moral,

keterampilan sosial, kestabilan emosi, berpikir kritis, dan kemampuan penalaran melalui aktivitas jasmani dan olah raga.

Sistem Keolahragaan Tahun 2005 menyatakan pada pasal 25 ayat 4 bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat dan bakat peserta didik secara keseluruhan, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Dengan cara inilah olahraga pendidikan dilatih dan dikembangkan. Salah satu pembelajaran pendidikan jasmani yang banyak diminati siswa saat ini adalah bola voli.

Olahraga bola voli cukup banyak digemari oleh masyarakat luas khususnya di Indonesia. Berdasarkan penelusuran informasi terkini, bolavoli merupakan olahraga terpopuler kedua di Indonesia setelah sepak bola. Dengan kata lain, bola voli dapat disimpulkan adalah olahraga populer yang dapat diikuti oleh semua orang. Olahraga adalah permainan, salah satu contohnya fasilitas bolavoli di inginkan oleh semua kalangan di desa maupun perkotaan. Bolavoli dilakukan oleh dua tim, masing-masing dengan enam orang. Memperoleh kemahiran dalam dasar-dasar bolavoli adalah salah satu komponen kunci yang menentukan tingkat bakat seorang pemain. Di antara berbagai keterampilan dasar bola voli yang dapat kita pelajari adalah melakukan servis, passing, smash, dan pemblokiran. Menurut Toho Cholikh Mutohir dkk. (2013:1) keterampilan dasar bermain bolavoli adalah smash (memukul), passing (passing), servis (serving), dan blok (blocking). Sementara itu, menurut M. Yunus (1992:108–170) servis, passing, smash, dan Blocking termasuk dalam keterampilan bermain bola voli. Di tingkat sekolah dasar

sampai tingkat sekolah menengah, bola voli merupakan olahraga yang sangat digemari. Hal ini terlihat dari banyaknya minat siswa dalam pembelajaran teknik dasar bola voli dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Dua tim yang berlawanan memainkan bola voli seperti olahraga pada umumnya, dan sebuah tim terdiri dari enam pemain. Menurut Guntum Budi Prasetyo (2015), “bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat karena terdapat beberapa aspek yang sangat berbeda- beda, sederhana dan tidak memerlukan biaya yang besar.” Menurut Samsudin dalam publikasi Zaenal Fahrudin 2014;(Zaenal Fahrudin; 1260) “bermain bola voli memungkinkan untuk beradaptasi dengan berbagai situasi, sehingga menjadikannya aktivitas yang menyenangkan sehingga secara cermat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan seluruh domain, baik fisik, psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa.”

Salah satu cabang olahraga yang diajarkan sebagai bagian dari kurikulum inti pendidikan jasmani adalah bola voli. Berikut ini adalah beberapa keuntungan bermain bola voli dapat mengembangkan efektifitas tubuh yang berpengaruh terhadap anatomi, fisiologi, kesehatan serta kapasitas tubuh. Keuntungannya bersifat spiritual khususnya mental, karakter dan kepribadian akan berkembang dengan cara yang sesuai dalam lingkungan. Manfaat spiritualitas meliputi pengembangan jiwa, kepribadian, dan membentuk karakter yang sesuai dengan harapan masyarakat. Ada banyak tujuan dan sasaran pengajaran yang berbeda dalam keterampilan dasar permainan bola voli, yaitu agar peserta didik memahami dan mahir di dalamnya sehingga mampu memiliki kemampuan bermain bola voli. Menurut PBSVI (1995:55),

“salah satu cara untuk meningkatkan prestasi permainan bola voli adalah dengan memanfaatkan metode dasar bola. Memperkenalkan permainan bola voli sedini mungkin untuk anak-anak berusia antara 13 sampai 15 tahun itu sangat penting karena menjadi suatu kegiatan yang positif untuk generasi penerus bangsa. Dan, mereka juga harus di perkenalkan teknik-teknik yang penting dalam permainan bola voli.

Teknik dasar bola voli yang pertama kali diajarkan kepada pemain adalah "passing bawah," juga dikenal sebagai "penerimaan bawah" atau *underhand* pass Teknik ini merupakan dasar dari permainan bola voli dan penting untuk memastikan bola dapat dikendalikan dan diserahkan dengan tepat kepada rekan se tim. Selalu ingat untuk berlatih teknik passing bawah ini secara teratur, karena ini adalah dasar dari permainan bola voli. Kemampuan menerima dan mendistribusikan bola dengan baik akan membantu tim untuk melakukan serangan yang efektif dan menjaga kontrol permainan. Jadi, latihan metode drill sangat efektif untuk perkembangan skill passing bawah.

Metode drill adalah pendekatan pelatihan yang melibatkan serangkaian latihan berulang-ulang untuk mengembangkan dan memperbaiki keterampilan khusus atau teknik dalam suatu olahraga atau disiplin lainnya. Pembelajaran metode drill pada passing bawah bola voli melibatkan latihan-latihan yang dirancang untuk memperbaiki teknik dan keterampilan siswa dalam menerima dan mendistribusikan bola dengan tepat.

Permasalahan tersebut dipengaruhi oleh metode latihan yang digunakan. Metode latihan yang monoton dan kurang terstruktur dapat

menyebabkan siswa cepat bosan dan kurang optimal dalam meningkatkan keterampilan teknik. Salah satu metode latihan yang dinilai efektif untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar adalah metode drill, khususnya drill ke dinding (wall drill). Metode drill ke dinding memungkinkan siswa melakukan latihan passing bawah secara mandiri, berulang, terkontrol, dan konsisten, sehingga dapat meningkatkan koordinasi, kekuatan, serta ketepatan passing bawah.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode Drill ke Dinding terhadap Kemampuan Passing Bawah pada Ekstrakurikuler Bola Voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri”.

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah yang ada adalah kemampuan passing bawah masih rendah, siswa belum konsisten dalam melakukan teknik passing bawah yang benar, metode latihan yang digunakan belum optimal, dan kurangnya variasi latihan passing bawah.

C. Batasan Masalah

Adapun pembatasan masalah agar penelitian ini lebih efisien, terarah dan dapat dikaji lebih mendalam adalah sebagai berikut:

1. Metode latihan yang digunakan adalah metode drill ke dinding.
2. Teknik dasar yang diteliti adalah passing bawah.
3. Subjek penelitian adalah siswa ekstrakurikuler bola voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah kemampuan passing bawah siswa sebelum diberikan metode drill ke dinding?
2. Bagaimanakah kemampuan passing bawah siswa sesudah diberikan metode drill ke dinding?
3. Adakah pengaruh yang signifikan metode drill ke dinding terhadap kemampuan passing bawah siswa?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang dikemukakan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kemampuan passing bawah sebelum diberikan metode drill ke dinding.
2. Untuk mengetahui kemampuan kemampuan passing bawah sesudah diberikan metode drill ke dinding.
3. Untuk mengetahui pengaruh metode drill ke dinding terhadap kemampuan passing bawah.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi terkait

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi dan bahan pertimbangan untuk pengembangan ilmu dalam permainan bola voli

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis tentang masalah yang dikaji yaitu pengaruh metode drill ke dinding

terhadap kemampuan passing bawah pada ekstrakurikuler bola voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri

c. Bagi anak sekolah dasar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang lebih luas kepada anak sekolah dasar sehingga dapat dijadikan acuan untuk semangat dalam belajar dan meningkatkan kemampuan metode drill ke dinding terhadap kemampuan passing bawah pada ekstrakurikuler bola voli MI Islamiyah Sukoharjo Plemahan Kediri

2. Manfaat Teoritis

a. Manfaat Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pustaka bagi perguruan tinggi terhadap penelitian tentang pendidikan jasmani.

b. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi sarana pembelajaran bagi kegiatan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2012). *Panduan olahraga bola voli*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2009). *Periodization: Theory and methodology of training*. Champaign: Human Kinetics.
- Djamarah, S. B., & Zain, A. (2014). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fanani, Z. (2018). *Peningkatan kemampuan teknik dasar passing bola voli melalui metode drill*. Jurnal Keolahragaan, 6(2), 101–108.
- Hidayat, S. (2016). Pengaruh metode latihan drill terhadap keterampilan passing bawah bola voli siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2), 85–92.
- Husdarta. (2011). *Manajemen pendidikan jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Huwaida, Z. A., Anggraini, F. T., & Firdawati, F. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Jasmani Siswa SDN 13 Sungai Pisang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(4), 243-248.
- Kosasih, E. (2015). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung: Yrama Widya.
- Kusuma, B. A. R., & Indahwati, N. (2013). *Peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli melalui metode drill*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 7(1), 23–30.
- Lestari, S. (2015). *Pengaruh metode drill terhadap penguasaan teknik dasar bola voli*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 9(1), 56–63.
- Mutohir, T. C. (2013). *Permainan Bola Voli*. Surabaya: Unesa University Press.
- Nurhasan. (2013). *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.

- Prasetyo, H. (2019). *Efektivitas metode drill dalam peningkatan keterampilan passing bawah bola voli siswa sekolah dasar*. Jurnal Olahraga Prestasi, 6(1), 22–30.
- Prasetyo, H. (2019). *Efektivitas metode drill terhadap passing bawah bola voli siswa SD*. Jurnal Olahraga Prestasi, 6(1), 22–30.
- Rahayu, I., & Saputra, D. (2022). *Pengaruh latihan drill terhadap akurasi passing bawah bola voli*. Jurnal Sporta Saintika, 7(2), 14–23.
- Rahayu, I., & Saputra, D. (2022). *Pengaruh latihan drill terhadap akurasi passing bawah bola voli pada peserta ekstrakurikuler*. Jurnal Sporta Saintika, 7(2), 14–23.
- Rusman. (2017). *Model-model pembelajaran: Mengembangkan profesionalisme guru*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto & Muluk, D. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Sukmadinata, N. S. (2015). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Susanto, A., Pradipta, G. D., & Wibisana, M. I. N. (2021). *Pengaruh latihan drill terhadap keterampilan passing bawah bola voli pada kegiatan ekstrakurikuler*. Jurnal Pendidikan Jasmani, 5(2), 45–52.
- Winarno. (2013). *Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Malang: UM Press.
- Wibowo, A., Indarto, P., & Nurhidayat, N. (2023). *Tes Kebugaran Jasmani Siswa Putra Usia 10-12 Tahun di SD Negeri Lorog 02 Tawangsari Sukoharjo*. Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST), 2(2), 151-161.

- Widoyoko, E. P. (2014). Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Yogyakarta: Andi. Yogyakarta: UAD Press.
- Yunus, M. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Yunus, M. (2014). *Dasar-dasar permainan bola voli*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada