

Analisis Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Atas Permainan Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Luwu Utara

Wahyu Prastio Rosadi*, Saman, Suaib Nur

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo, Indonesia

* Correspondence: wahyurosadi753@gmail.com

Abstract

This study was motivated by the absence of empirical data on the basic overhead passing skills of extracurricular volleyball students at SMA Negeri 3 Luwu Utara, despite routine training sessions. The absence of systematic measurement has made it difficult for coaches to design targeted training programs. This study aims to determine the level of basic overhead passing skills in volleyball among extracurricular students at SMA Negeri 3 Luwu Utara. This research employed a survey method with a test technique using the AAHPER Face Wall-Volley Test, which measures the number of successful wall volleys using overhead passing technique within 30 seconds. The population comprised all students participating in volleyball extracurricular activities, and a saturated sampling technique was used, involving all 15 students as samples. The results showed that 12 students (80%) were in the "very good" category, 3 students (20%) in the "good" category, and 0% in the "fair," "poor," and "very poor" categories. The mean score was 21.80, which falls into the "very good" category. The practical implication is that coaches can maintain and further develop the existing training program by enhancing technical variations to optimize students' abilities. This study provides empirical baseline data for evidence-based training program development in school volleyball extracurricular activities.

Keyword: Overhead passing; volleyball; extracurricular

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum adanya data empiris mengenai keterampilan teknik dasar *passing* atas siswa ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Luwu Utara, meskipun latihan rutin telah dilaksanakan. Ketidadaan pengukuran sistematis menyebabkan pelatih kesulitan merancang program latihan yang tepat sasaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar *passing* atas dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes menggunakan *AAHPER Face Wall-Volley Test* yang mengukur jumlah pantulan bola ke dinding menggunakan teknik *passing* atas dalam waktu 30 detik. Populasi penelitian adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, dengan teknik sampling jenuh sehingga seluruh 15 siswa dijadikan sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 12 siswa (80%) berada pada kategori "sangat baik", 3 siswa (20%) pada kategori "baik", serta 0% pada kategori "cukup", "kurang", dan "sangat kurang". Nilai rata-rata sebesar 21,80 berada pada kategori "sangat baik". Implikasi praktisnya adalah pelatih dapat mempertahankan dan mengembangkan program latihan yang ada dengan fokus pada peningkatan variasi teknik agar kemampuan siswa semakin optimal. Penelitian ini menyediakan data dasar empiris untuk pengembangan program latihan berbasis bukti dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah.

Kata Kunci: Passing atas; bola voli; ekstrakurikuler

Received: 29 Agustus 2025 | Revised: 25, 27 September 2025

Accepted: 12 November 2025 | Published: 30 Desember 2025



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Perkembangan cabang olahraga bola voli di Luwu Utara saat ini telah menunjukkan perkembangan yang signifikan, ini terbukti dengan munculnya bibit-bibit pemain dan klub bola voli yang berprestasi ditingkat lokal maupun tingkat nasional. Banyaknya sarana dan prasarana permainan bola voli di Luwu Utara yang cukup memadai sangat membantu untuk perkembangan cabang olahraga bola voli. Hal ini dapat pula memotivasi bibit-bibit muda untuk mengembangkan bakat dan potensi serta keterampilannya dalam cabang bola voli. Pembinaan dan pembibitan atlet merupakan hal yang penting dalam pencapaian prestasi pada cabang olahraga bola voli. Banyaknya klub maupun kegiatan disekolah dalam kegiatan ekstrakurikuler sangat membantu dalam perkembangan cabang bola voli.

Pada dasarnya lewat kegiatan-kegiatan ini diharapkan kemampuan keterampilan teknik dasar, kondisi fisik, taktik dan mental dapat tercapai dengan baik. Di Luwu Utara kejuaraan bola voli sering diselenggarakan oleh instansi sekolah. Banyak kejuaraan-kejuaraan mulai dari tingkat SD, SMP, maupun SMA. Diselenggarakannya kejuaraan-kejuaraan ini, diharapkan dapat menjaring bibit pemain yang diharapkan dapat mencapai prestasi yang maksimal dalam permainan bola voli. Ekstrakurikuler merupakan salah satu sarana untuk pembinaan dan latihan permainan bola voli di Sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan agar siswa dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan teknik-teknik dasar permainan bola voli dan mahir dalam permainan yang sesungguhnya.

Menurut (Ramadhani, 2025) ekstrakurikuler merupakan wadah atau wahana untuk menyalurkan bakat dan minat yang dimiliki oleh setiap siswa sekolah. Ekstrakurikuler adalah kegiatan ekstrakurikuler yaitu sebagai wadah untuk menyalurkan bakat dan minat siswa sesuai bidang yang digemari yang dilakukan oleh para siswa sekolah atau universitas, diluar jam belajar kurikulum standar (Rahmadianti et al., 2019). Sedangkan menurut (Herlan et al., 2021) Ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar jam intrakurikuler, tujuan diadakan. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat karena sarana dan prasarana yang dibutuhkan yaitu berupa lahan kosong yang dapat digunakan untuk bermain.

Bahkan dalam pelajaran Sekolah, materi bola voli cukup diminati oleh siswa karena mereka sudah memiliki rasa ketertarikan untuk bermain bola voli (Zamroni et al., 2023). Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar. Dimana menurut (Mallaena, 2023:32) dalam permainan bola voli ini, setiap tim terdiri dari 6 orang pemain yang area bermainnya dipisahkan oleh net berukuran tinggi 2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri. Seperti yang disampaikan oleh (Kahar, 2021) Permainan bola voli merupakan olahraga yang banyak digemari dan di mainkan di Indonesia, bahkan menurut para ahli saat ini permainan bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari di Dunia.

Berikutnya pengertian permainan bola voli menurut (Padmoyo & Adhi, 2025) bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang permainannya dilakukan secara beregu sehingga memerlukan kekompakan, kerjasama, dan toleransi agar dapat meraih kemenangan dalam setiap pertandingan. Menurut (Tapo, 2019) Bola dalam permainan bola voli di pukul (di voli) dengan bagian tubuh kaki, badan, kepala terutama tangan asal hasil pukulannya memantul

dengan baik. Menurut (Iksal et al., 2023) Pada pembinaan cabang olahraga bola voli sering kita jumpai latihan yang hanya ditujukan pada teknik permainan saja, contohnya saja langsung bermain atau peningkatan teknik-teknik permainan saja, tanpa memperhatikan latihan-latihan lain yang dapat menunjang.

Menurut (Kartono & Zulkifli, 2023). Untuk dapat bermain bola voli diperlukan penguasaan teknik dasar dengan benar. Teknik dasar bola voli diantaranya adalah servis, passing, smash, dan block. Untuk menjadi pemain bola voli yang baik, seorang pemain bola voli harus dapat menguasai berbagai teknik dasar passing atas dalam permainan bola voli. Dimana menurut (Supriatna & Suhairi, 2021) teknik dasar bola voli merupakan faktor yang sangat penting karena itu mempengaruhi kelancaran permainan, bukan hanya prestasi. Karena pemain bola voli yang memiliki teknik dasar bermain dengan baik cenderung akan dapat bermain bola voli dengan baik pula.

Seperti yang disampaikan (Rifaldi & Salama, 2023) langkah awal bola voli harus sudah dikuasai sehingga dapat menjadi variasi dan permainan dapat berjalan dengan bagus. Passing atas (*overhead pass/set*) merupakan teknik fundamental dalam permainan bola voli yang memiliki peran penting dalam membangun serangan tim. Menurut hasil penelitian (Pranata & Firmansyah, 2020), passing atas merupakan keterampilan koordinatif yang membutuhkan kontrol motorik halus melalui penggunaan jari-jari tangan untuk mengarahkan bola secara akurat kepada spiker. Penelitian lain oleh (Widodo, 2018) bahwa keberhasilan passing atas dipengaruhi oleh tiga aspek utama, yaitu kekuatan jari dan pergelangan tangan, koordinasi mata-tangan, serta timing saat melakukan kontak bola.

Selain itu, (Rachman & Suharto, 2019) menemukan bahwa stabilitas tubuh dan posisi kaki yang benar sangat memengaruhi akurasi passing atas, di mana pemain dengan keseimbangan yang baik mampu memberikan umpan lebih konsisten. Menurut (Palao et al., 2015) teknik passing atas melibatkan fase biomekanik yang terdiri dari persiapan, kontak, dan follow-through, yang bekerja secara sinergis untuk menghasilkan arah dan kecepatan bola yang optimal. Mereka menekankan bahwa sentuhan bola harus menggunakan ujung jari (*finger touch*) untuk mencegah pelanggaran *handling fault*. Sementara itu, (Lopes et al., 2018) menyatakan bahwa tingkat akurasi passing atas sangat berkaitan dengan kemampuan pemain dalam membaca arah datangnya bola dan mengatur posisi tubuh sebelum melakukan sentuhan.

Jurnal tersebut juga menegaskan bahwa latihan berulang dengan variasi arah dan kecepatan bola terbukti meningkatkan konsistensi dan stabilitas gerakan passing atas. Passing atas biasa digunakan saat bola berada di atas. Seperti yang di kemukakan (Khotimah, 2020) Passing atas harus banyak dilatih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera jari tangan. Dalam latihan passing atas posisi kaki harus kuat dengan di bantu oleh kuda-kuda juga tentunya dan diperlukan keseimbangan sehingga jari-jari bisa melakukan dorongan yang maksimal ketika melakukan passing atas. Pada umumnya, passing ini ditujukan untuk memberikan umpan manis kepada rekan setim yang akan melakukan *smash* ke area lawan (Nur & Kardi, 2024).

Gap penelitian dalam studi ini terletak pada belum tersedianya data empiris mengenai tingkat keterampilan teknik dasar passing atas siswa ekstrakurikuler bola voli di SMAN 3 Luwu Utara. Meskipun latihan rutin telah dilaksanakan, pelatih tidak pernah melakukan tes kemampuan dasar secara sistematis, sehingga tidak ada informasi objektif yang dapat

digunakan untuk merancang program latihan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Kondisi ini menimbulkan kesenjangan antara praktik latihan yang diberikan yang masih bersifat umum dengan kebutuhan riil di lapangan, di mana sebagian siswa masih menunjukkan kelemahan dalam posisi tangan, arah passing, dan koordinasi.

Dengan demikian, terdapat kebutuhan mendesak untuk melakukan pengukuran terstruktur agar program latihan dapat disusun secara terarah, berbasis data, dan mampu meningkatkan efektivitas pembinaan. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada pelaksanaannya yang secara khusus mengukur dan memetakan tingkat keterampilan teknik dasar passing atas pada siswa ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Luwu Utara melalui tes terstandar yang sebelumnya belum pernah dilakukan oleh pelatih maupun pihak sekolah. Penelitian ini menjadi studi pertama yang menyediakan data empiris, akurat, dan terukur mengenai kemampuan passing atas siswa, sehingga dapat digunakan sebagai dasar penyusunan program latihan yang lebih terarah dan sesuai kebutuhan individu.

Selain itu, penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa identifikasi kelemahan teknik yang paling dominan pada siswa, yang belum pernah dipetakan sebelumnya dalam konteks pembinaan ekstrakurikuler di sekolah tersebut. Temuan ini diharapkan menjadi pijakan inovatif bagi pelatih dalam merancang latihan berbasis data untuk meningkatkan kualitas permainan bola voli di tingkat sekolah. Adapun rumusan masalah adalah bagaimana tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara.

Metode

Metode penelitian merupakan sebuah cara untuk mengetahui hasil dari sebuah permasalahan yang spesifik, dimana permasalahan tersebut disebut juga dengan permasalahan penelitian. Seperti yang dikemukakan (Dwiningsih, 2020; Nisma et al., 2022:42) dalam metodologi, peneliti menggunakan berbagai kriteria yang berbeda untuk memecahkan masalah penelitian yang ada. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Menurut (Paramita et al., 2020:56) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan untuk menjawab pertanyaan dengan menggunakan rancangan yang terstruktur, sesuai dengan sistematika penelitian ilmiah.

Menurut (Afif et al., 2023) metode kuantitatif deskriptif merupakan salah satu macam-macam metode penelitian kuantitatif dengan suatu rumusan masalah yang memadu penelitian untuk mengeksplorasi atau memotret situasi sosial yang akan diteliti secara menyeluruh, luas, dan mendalam. Desain penelitian adalah sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam menjalankan suatu penelitian. Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui keterampilan teknik dasar passing atas dalam permainan bola voli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Luwu Utara. Populasi dan sampel mencakup seluruh elemen atau objek yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian.

Sebagaimana dijelaskan oleh (Armanda, 2020) populasi adalah keseluruhan objek yang disajikan sebagai bahan untuk diteliti permasalahannya dalam ruang lingkup penelitian yang dilakukan. Populasi dalam penelitian ini adalah 15 siswa ekstrakurikuler bola voli di SMA

Negeri 3 Luwu Utara. Sedangkan menurut (Dewi, 2018) sampel merupakan bagian dari elemen-elemen populasi yang akan diteliti. Pengambilan sampel pada penelitian menggunakan sampling jenuh yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota dari populasi dijadikan sampel dalam penelitian. Adapun instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan dasar passing atas bermain bola voli di SMA Negeri 3 Luwu Utara meliputi tes passing atas menggunakan *AAHPER face wall-volley test* yaitu memantulkan bola ke tembok menggunakan passing atas (Prasetyo, 2020).

Pelaksanaan AAHPER Face Wall-Volley Test dilakukan dengan menempatkan peserta berdiri pada jarak 1,8 meter (6 feet) dari dinding yang telah diberi garis batas pemantulan bola. Peserta memulai tes dengan memegang bola voli, kemudian melakukan passing atas (overhead pass) ke arah dinding secara berulang-ulang selama 30 detik. Setiap pantulan bola dari dinding harus dikontrol kembali dengan teknik passing atas dan diarahkan kembali ke dinding tanpa menangkap bola. Peserta diperbolehkan melakukan satu kali percobaan latihan, kemudian satu kali percobaan resmi untuk penilaian. Penilaian (skoring) dilakukan dengan menghitung jumlah passing yang berhasil mengenai target di dinding dan dapat dikembalikan lagi oleh peserta tanpa kesalahan.

Kesalahan yang dapat mengurangi skor meliputi bola tidak mengenai area target, bola tidak dapat dikembalikan dengan passing atas, atau teknik tidak sesuai ketentuan. Skor akhir merupakan jumlah total passing berhasil dalam durasi 30 detik. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat keterampilan dasar passing atas bermain bola voli di SMA Negeri 3 Luwu Utara adalah instrumen dari *AAHPER Volleyball*, dikarenakan instrumen tersebut sudah terbukti valid, dengan validitas 0,85 dan reliabilitas 0,92. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan persentase. Menurut (Ginting & Sari, 2022). secara garis besar pekerjaan analisis data meliputi 3 langkah yaitu persiapan, tabulasi, statistik deskriptif dalam penelitian ini untuk menggambarkan tingkat keterampilan bermain bola voli siswa. Data-data yang diperoleh dari tes merupakan data kasar dari hasil yang dicapai siswa.

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei, dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Berikut adalah pemaparan hasil penelitian tentang tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara.

Tabel 1. Hasil analisis deskriptif

N	15
Mean	21,80
Median	20,00
Mode	18
Std. Deviasi	5,990

Minimum	15
Maximum	36
Sum	327

Hasil perhitungan data tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara menghasilkan rerata sebesar 21,80, median sebesar 20,00, modus sebesar 18, dan standar deviasi sebesar 5,990. Nilai terkecil yang diperoleh sebesar 15 dan nilai terbesar sebesar 36 dan nilai total 327. Penyebaran data dalam statistik deskriptif menggambarkan bagaimana nilai-nilai hasil tes tersebar dalam suatu kelompok sampel. Statistik deskriptif biasanya menampilkan ukuran seperti rerata (mean), nilai tengah (median), nilai terbanyak (modus), standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, dan nilai sum.

Melalui ukuran-ukuran tersebut, peneliti dapat melihat apakah data terkonsentrasi di sekitar nilai rata-rata atau justru menyebar jauh ke berbagai nilai. Jika standar deviasi kecil, berarti penyebaran data sempit dan kemampuan peserta relatif homogen. Sebaliknya, standar deviasi besar menunjukkan data lebih bervariasi, menandakan perbedaan kemampuan antar peserta yang lebih lebar. Dengan demikian, statistik deskriptif membantu menggambarkan kecenderungan umum dan keragaman data sebelum dilakukan analisis lebih lanjut. Peneliti membuat kategori sendiri berdasarkan perhitungan statistik deskriptif. Tabel distribusi tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara sebagai berikut.

Tabel 2. Distribusi tingkat keterampilan teknik dasar passing atas

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
17 – 20	12	80%	Sangat Baik
13 – 16	3	20%	Baik
9 – 12	0	0%	Sedang
5 – 8	0	0%	Kurang
1 – 4	0	0%	Sangat Kurang
Total	15	100	

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara berada kategori “sangat baik” dengan persentase sebesar 80% (12 siswa), masuk dalam kategori “baik” dengan persentase sebesar 20% (3 siswa), masuk dalam kategori “cukup” dengan persentase sebesar 0% (0 siswa), masuk dalam kategori “kurang” dengan persentase sebesar 0% (0 siswa), dan masuk dalam kategori “sangat kurang” dengan persentase sebesar 0% (0 siswa). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata, yaitu sebesar 21,80, tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara pada kategori “sangat baik”. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Luwu Utara tampak sebagai berikut.



Diagram 1. Keterampilan teknik dasar passing atas

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Luwu Utara berada pada kategori “sangat baik”. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah menguasai aspek-aspek fundamental passing atas, seperti kontrol bola, koordinasi mata-tangan, kekuatan jari, dan ketepatan arah umpan. Jika dibandingkan dengan teori (Widiastuti & Putra, 2023), passing atas yang ideal harus dilakukan dengan kedua tangan membentuk segitiga, posisi lengan terangkat, serta koordinasi antara mata dan tangan yang harmonis. Temuan lapangan memperlihatkan bahwa siswa mampu menampilkan teknik ini secara konsisten dalam sesi latihan dan simulasi pertandingan.

Hal ini menunjukkan kesesuaian antara hasil penelitian dan teori yang menyatakan bahwa penguasaan teknik dasar dapat dicapai melalui latihan yang terstruktur, intensif, dan berulang-ulang. Keberhasilan keterampilan passing atas ini sejalan dengan pandangan (Utama, et al., 2021) bahwa ekstrakurikuler olahraga berperan penting dalam meningkatkan kapasitas teknis, fisik, dan karakter siswa secara komprehensif. Latihan drill yang digunakan dalam pembinaan terbukti memperkuat memori otot dan meningkatkan konsistensi gerak, sebagaimana dijelaskan (Kurniawan et al., 2025) bahwa metode latihan yang bervariasi memberikan stimulus motorik yang komprehensif.

Sementara itu, pendekatan pelatih yang efektif mendukung teori (Hidayat & Rachman, 2023) bahwa kualitas komunikasi dan pedagogi pelatih sangat menentukan efektivitas pembinaan teknik dasar pada atlet pelajar. Kondisi tersebut terbukti pada penelitian ini, di mana pelatih ekstrakurikuler berperan dalam membentuk motivasi, disiplin, dan kepercayaan diri siswa. Meskipun mayoritas siswa berada pada kategori sangat baik, penelitian juga menemukan bahwa sekitar 20% siswa berada pada kategori baik. Variasi ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor. Perbedaan tingkat pengalaman siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler bola voli memberikan pengaruh signifikan terhadap hasil keterampilan.

Siswa yang baru bergabung cenderung membutuhkan waktu lebih lama untuk menguasai koordinasi gerak yang lebih kompleks pada passing atas. Faktor kemampuan fisik individual, khususnya kekuatan jari, stabilitas tubuh, dan kecepatan reaksi, dapat memengaruhi efektivitas passing atas. Hal ini sesuai dengan temuan (Pranata & Firmansyah, 2020) yang menekankan bahwa koordinasi dan kontrol motorik halus merupakan komponen penting dalam keberhasilan passing atas. Tingkat motivasi dan konsistensi latihan juga bervariasi antar siswa. Siswa dengan motivasi intrinsik tinggi menunjukkan peningkatan lebih cepat, sebagaimana dinyatakan oleh teori motivasi (Deci & Ryan, 2021:63) bahwa pencapaian kompetensi sangat dipengaruhi oleh motivasi internal, otonomi, dan rasa keterhubungan.

Oleh karena itu, variasi hasil yang muncul merupakan akibat dari kombinasi faktor internal dan eksternal yang memengaruhi perkembangan keterampilan setiap siswa. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil. Jumlah sampel yang relatif kecil dan terbatas pada satu sekolah saja membuat generalisasi hasil secara luas menjadi kurang optimal. Penelitian ini hanya menggunakan satu jenis tes, yaitu AAHPER Face Wall-Volley Test, sehingga aspek teknik passing atas lainnya seperti pengambilan keputusan, variasi umpan, dan performa dalam situasi permainan nyata belum terukur secara komprehensif. Penelitian hanya berfokus pada satu teknik dasar, sehingga kontribusi faktor lain seperti kekuatan fisik, kelincahan, atau komunikasi dalam tim tidak dianalisis secara mendalam. Keterbatasan-keterbatasan ini dapat menjadi perhatian dalam penelitian selanjutnya dengan memperluas variabel, menambah jumlah sampel, dan menggunakan instrumen pengukuran yang lebih beragam.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan teknik dasar passing atas dalam bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Luwu Utara, dapat disimpulkan bahwa kemampuan siswa secara umum berada pada kategori “sangat baik”. Mayoritas siswa telah menguasai teknik dasar passing atas, meliputi posisi tubuh, koordinasi tangan, kontrol bola, serta akurasi umpan. Temuan ini menunjukkan bahwa proses pembinaan dan latihan dalam kegiatan ekstrakurikuler telah terlaksana secara efektif dan mampu meningkatkan keterampilan siswa secara signifikan. Selain itu, antusiasme, motivasi, serta kedisiplinan siswa dalam mengikuti latihan turut berkontribusi besar terhadap pencapaian tersebut. Penguasaan teknik dasar yang kuat ini menjadi modal penting bagi siswa untuk meningkatkan performa permainan dalam kompetisi maupun kegiatan pembelajaran olahraga di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Luwu Utara mempertahankan serta meningkatkan variasi metode latihan yang telah berjalan efektif, seperti latihan drill, latihan berpasangan, dan simulasi pertandingan, agar perkembangan keterampilan siswa semakin merata. Pelatih juga perlu memberikan umpan balik teknik secara individual sehingga siswa yang masih berada pada kategori “baik” dapat mencapai level keterampilan yang lebih tinggi. Pihak sekolah diharapkan terus memberikan dukungan berupa fasilitas latihan yang memadai, ketersediaan peralatan yang lengkap, serta pengaturan jadwal latihan yang lebih terstruktur guna menunjang keberhasilan pembinaan

olahraga. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan mencakup beberapa sekolah berbeda agar hasil penelitian lebih representatif. Selain itu, perlu dilakukan pengukuran tambahan pada teknik dasar lainnya seperti passing bawah, servis, dan smash untuk memperoleh gambaran keterampilan bola voli siswa secara lebih komprehensif.

Pernyataan Penulis

Penulis menyatakan bahwa artikel ini merupakan karya asli yang belum pernah dipublikasikan pada jurnal ilmiah manapun, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dan tidak sedang dalam proses pengajuan di tempat lain. Segala bentuk kutipan dan referensi telah dicantumkan sesuai dengan kaidah ilmiah yang berlaku. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, arahan, dan motivasi selama proses penulisan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Afif, Z., Azhari, D. S., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian ilmiah (kuantitatif) beserta paradigma, pendekatan, asumsi dasar, karakteristik, metode analisis data dan outputnya. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 682-693. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/2260>
- Armanda, A. (2020). Pengaruh pendekatan taktis terhadap kemampuan passing dan stopping siswa ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 35 Pekanbaru. Tesis. Universitas Islam Riau, Pekanbaru.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2021). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Publications.
- Dewi, A. (2018). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Preferensi Nasabah Terhadap Bank Syariah Di Kota Palopo. *Jurnal Akuntansi*, 4(02), 1–12. Retrieved from <https://journal.stiem.ac.id/index.php/jurakun/article/view/520>
- Dwiningsih, N. (2020). Analisa Penggunaan Metode Penelitian Regresi Data Panel Pada Studi Kasus Skripsi Mahasiswa Bimbingan Prodi Manajemen Universitas Trilogi. *Laporan Penelitian*, 18–19.
- Ginting, F. M., & Sari, D. M. (2022). Survei Tingkat Keterampilan Service Bawah Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 2(2), 127-136. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JUMPER/article/view/558>
- Herlan, H., Nurwansyah, R., & Julianti, R. R. (2021). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 1 Surade. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 38-42. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.3989>
- Hidayat, R., & Rachman, A. (2023). Pendekatan Pedagogis dalam Pembinaan Olahraga Bola Voli Sekolah. *Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Pembelajaran*, 5(2), 145–152.
- Iksal, M., Kahar, I., Nur, S., Ahmad, A., & Hidayat, R. (2023). Pengaruh kekuatan otot tungkai, kekuatan otot lengan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan smash bola voli. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(1), 11-29. <https://journal.upgripnk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/4745>

- Kahar, I. (2021). Implementasi Metode Kooperatif Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Siswa Kelas X SMK Negeri 7 Luwu Kecamatan Suli Barat Kab. Luwu. *BABASAL Sport Education Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.32529/bsej.v1i2.838>
- Kartono, R. I., & Zulkifli. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Atas Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan di MTSN 3 Kota Pekanbaru. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(2), 2170–2179. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/21622>
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa Smpn 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.24014/jete.v1i1.7895>
- Kurniawan, Y. H., Mandela, R., Setiawan, Y., & Putra, Y. A. (2025). Pengaruh Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pemain Bola Voli SMAN 12 Merangin. *Jurnal Gladiator*, 5(8), 98–105. <http://gladiator.ppj.unp.ac.id/index.php/gldor/article/view/2098>
- Lopes, M., Silva, J., & Araujo, R. (2018). *Accuracy and body positioning in overhead passing skills in volleyball players*. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(4), 2123–2129.
- Mallaena, A. F. (2023). Volleyball Athlete's Anxiety: The Role of Religiosity and Peer Support.
- Nur, S., & Kardi, I. S. (2024). Teknik Dasar Dan Peraturan Terkini Bolavoli. *The Journal Publishing*, 5(1), 150-150. <https://thejournalish.com/ojs/index.php/books/article/view/759>
- Nisma Iriani, S. E., Dewi, G. A. K. R. S., Sudjud, S., Talli, A. S. D., Mm, S. E., Surianti, S. P., ... & Nuraya, T. (2022). *Metodologi penelitian*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Palao, J. M., Santos, J. A., & Ureña, A. (2015). *Biomechanical phases and performance indicators of overhead pass in volleyball*. *International Journal of Volleyball Research*, 17(2), 45–52.
- Pranata, A., & Firmansyah, D. (2020). Analisis teknik passing atas pada Permainan Bola Voli Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(2), 101–110.
- Prasetyo, M. (2020). Survey Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Passing Atas Dan Passing Bawah Siswa Kelas Xi Ips 2 Sman 1 Ngadirojo Tahun Ajaran 2019 / 2020.
- Padmoyo, R. H., & Adhi, B. P. (2025). Studi Minat Remaja Terhadap Olahraga Bola Voli di Desa Poncol Kecamatan Poncol Kabupaten Magetan. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 25(2), 242-251. <https://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/5126>
- Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Rifaldi, R., & Salama, N. (2023). The Effect of Passing on Volleyball Games Using Basketball Media. *Jp. jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 6(2), 173-184. <http://ejournal.uibu.ac.id/index.php/jp/article/view/1002>
- Ramadhani, M., R. (2025). Pengaruh Latihan Shuttle Run Dan Zigzag Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Negeri 30 Palembang. *Jurnal Sarjana Ilmu Pendidikan PPSDP* 15(1), 37–48. <https://ejournal.ppsdp.org/index.php/pujes/article/view/512>

- Rahmadiani, T., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2019). Analisis Perkembangan Ekstrakurikuler Futsal Ditingkat SMP Negeri Kota Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2), 223-229. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i2.8994>
- Rachman, A., & Suharto, B. (2019). Pengaruh Stabilitas Tubuh Terhadap Akurasi Passing Atas Pemain Bola Voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(1), 55–63.
- Reski Aditya Amir, Hadi Pajarianto, S. N. (2022). Strengthening The Tolerance And Cooperative Character through Volleyball Learning.
- Supriatna, E., & Suhairi, M. (2021). Pengembangan Bola Soft untuk Mengembangkan Keterampilan Teknik Dasar dan Koordinasi Gerak Bolavoli di Sekolah Dasar. *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 20(2), 83-101. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjk/article/view/10302>
- Tapo, Y. B. O. (2019). Pengembangan model latihan sirkuit passing bawah T-Desain (SPBT-Desain) bola voli sebagai bentuk aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran PJOK untuk tingkat sekolah menengah. *IMEDTECH (Instructional Media Design and Technology)*, 3(2), 18-34. <https://doi.org/10.38048/imedtech.v3i2.209>
- Utama, D. D. P., Fernando, R., & Wicaksono, L. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif pada Sekolah Luar Biasa selama Masa Pandemi: Studi Analisis. *Jurnal MensSana*, 6(2), 210-218. <http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/274>
- Widiastuti, N., & Putra, A. R. (2023). Analisis Gerak Passing Atas Bola Voli Berdasarkan Biomekanika. *Jurnal Sains Keolahragaan*, 7(1), 56–64.
- Widodo, P., Hasan, A., & Priyanto, A. A. (2025). Pengaruh Latihan Passing ke Dinding terhadap Kemampuan Passing Atas Bola Voli pada Ekstrakurikuler MTs Negeri 4 Kebumen Tahun Ajaran 2024/2025: Penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(3), 300-307. <https://jerk.in.org/index.php/jerk.in/article/view/401>
- Zamroni, M., Kahar, I., Nur, S. (2023). Analysis of Volleyball Basic Technical Skills In Extracurricular Activities. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 8(1), 63–72. <https://doi.org/10.33222/juara.v8i1.2592>