

Pengembangan Model Latihan Passing Atas Dengan Media Target Untuk Pemain Club Tirta Randik Musi Banyuasin

Bima Ade Laksana¹, Hengki Kumbara², Sukardi³

^{1,2,3} Universitas PGRI Palembang

Jl. Lorong Gotong, 11 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30116

Email: hengkikumbara@univpgri-palembang.ac.id

Abstrak

Model latihan passing atas melalui media target adalah produk hasil pengembangan untuk latihan passing atas yang dikhususkan bagi pemain club tirta randik Musi Banyuasin karena dalam rangka mengatasi kekurangan dalam melakukan passing atas pada setter club. Tujuan penelitian untuk mengetahui model latihan passing atas melalui media target yang valid dan praktis digunakan untuk pemain club Tirta Randik Musi Banyuasin. Metode yang digunakan adalah metode Research and Development dengan tahapan Borg and Gall dengan batasan 5 langkah yaitu Early Product Development, Expert Validation, Product Revision, Early Tes dan Final Product. Penggunaan sampel uji kepraktisan sebanyak 4 orang setter. Pengumpulan data menggunakan (kuisisioner) dan analisis data menggunakan analisis persentase. Hasil penelitian tersusun pedoman latihan berupa Modul Latihan Passing Atas Permainan Bola Voli Melalui Media target (Khusus Untuk Kalangan Atlet Bola Voli Club PDAM Tirta Randik). Produk model latihan passing atas permainan bola voli memiliki nilai expert validasi dari validator ahli kepelatihan sebesar 86,67% dan validator ahli media sebesar 78,57% dengan rata-rata nilai expert validasi adalah 82,62% dengan kriteria valid dan direvisi sesuai kebutuhan. Saran dan kritik perbaikan produk dari validator ahli kepelatihan dan ahli media diperbaiki berdasarkan masukan-masukan untuk penyempurnaan produk model latihan passing atas melalui media target. Uji coba kepraktisan dengan melibatkan sebanyak 4 orang setter pemain club PDAM Tirta Randik mencapai hasil 92% dengan kriteria sangat praktis.

Kata Kunci: Pengembangan, Model latihan, Passing Atas

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan permainan yang memiliki tingkat popularitas sangat baik dilingkungan masyarakat, (Kumbara, Pratama, Riyoko, Suganda, & Suryadi, 2022, hal. 65). Menurut (Alwijaya, 2018, hal. 173) bola voli sering dijumpai dikota sampai pada didaerah-daerah tertentu. Bola voli sangat dikenal dilingkungan masyarakat, mulai dari kalangan atas sampai kalangan bawah mengenal permainan ini. (Wibowo, 2015, hal. 2042) bola voli adalah permainan memukul bola ke udara melalui jaring/net. (Ardiansah &

Wilastra, 2020, hal. 33) permainan bola voli adalah permainan beregu dimainkan putra dan putri. Permainan bola voli adalah suatu bentuk permainan yang dimainkan oleh dua regu untuk saling berhadapan dan setiap regu terdiri dari enam pemain. Setiap masing-masing pemain memainkan bola dengan cara melambungkan bola ke udara yang dibatasi dengan garis net untuk ditempatkan pada posisi lapangan permainan lawan.

Pemain bola voli harus dilengkapi dengan teknik permainan yang baik. Untuk menciptakan kemenangan, setiap pemain harus menguasai setiap teknik-teknik dalam bermain bola voli. (Mulyadi & Pratiwi, 2020, hal. 9) aspek dalam permainan bola voli yang sangat penting adalah aspek teknik. Banyak teknik yang dapat digunakan dalam memainkan bola voli, diantaranya pemain harus dapat melakukan servis, dapat melakukan passing, dapat melakukan smash dan dapat melakukan block. Masing-masing teknik memiliki fungsi dan kegunaan sesuai dengan tujuan tertentu, misalnya ketika pemain hendak melakukan smash, smash dapat dilakukan saat pemain menerima terlebih dahulu umpan dari pemain lawannya melalui teknik passing atas.

Passing atas atau istilah lainnya (overheadpass) merupakan salah satu teknik dasar bola voli dengan cara melambungkan bola melalui kedua telapak tangan untuk memberikan umpan pada teman satu tim. Selain itu teknik dasar passing atas juga digunakan untuk menerima bola yang berada di atas kepala. Passing biasanya sering digunakan oleh setter atau pemain lainnya sebagai umpan terakhir dengan tujuan melakukan smash ke arah pertahanan lawan. Baik buruknya smash pemain biasanya tergantung pada kemudahan bola yang diberikan oleh setter dalam melakukan passing atas. Dikatakan (Lubis & Agus, 2017) bahwa passing atas memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi dibandingkan teknik passing bawah, oleh karena itu pemain memerlukan keterampilan khusus dalam menguasai salah satu teknik dasar bola voli ini.

Salah satu club bola voli yang terdapat di wilayah Kabupaten Musi Banyuasin yaitu Club PDMA Tirta Randik, adalah club yang melakukan pembinaan secara aktif pada atlet dalam bermain voli, tujuan pembinaan club ini adalah untuk perwujudan prestasi dan ajang promosi PDAM di wilayah Musi Banyuasin melalui permainan bola voli. Club ini melakukan pembinaan pada beberapa kelompok umur, diantaranya kelompok Umur 16 s.d 19 tahun.

Berdasarkan catatan prestasi yang peneliti temukan melalui kegiatan observasi, prestasi-prestasi yang pernah dicapai club pada kelompok umur tersebut, dimana pada tahun 2021 yang lalu club berhasil menjadi runner up piala Bupati Kab. Banyuasin, kalah pada partai final melawan Karang Taruna Kec. Sungai Lilin. Namun tahun 2022 sampai sekarang club belum pernah menjadi juara dan hanya mampu mencapai semi final pada bulan Oktober 2022 pada kejuaraan Dandim Cup Kabupaten Musi Banyuasin.

Kelemahan prestasi ini setelah diidentifikasi penyebabnya karena kurang mampunya setter dalam melakukan tugasnya sebagai pelaksana teknis pemberian umpan melalui passing atas. Kesalahan-kesalahan setter jika ditinjau dari cara pelaksanaannya dimana a) setter sering melakukan salah umpan dengan posisi pemain, b) kurang jeli dalam menempatkan bola dan c) tidak banyak melakukan variasi umpan. Dikatakan (Mulyadi & Pratiwi, 2020, hal. 16) setter adalah adalah seorang penentu keberhasilan regu untuk memperoleh kemenangan bertanding mengingat umpan passing atas yang diberikan dapat memanjakan pemain atau spiker dalam melakukan serangan atau smash yang keras, tajam dan mematikan.

Sementara itu kondisi latihan yang selama ini terjadi, dimana situasi latihan yang tidak memprioritaskan latihan setter. (Budiwanto, 2012, hal. 14) latihan adalah kebutuhan yang diperlukan atlet secara sadar untuk penyempurnaan teknik permainan. (Sin, 2020, hal. 25) tindakan dalam latihan yang kompleks pengaruhnya untuk peningkatan prestasi. Pola-pola latihan yang diberika pelatih selama ini tidak menyentuh langsung pada kebutuhan setter. Latihan tidak mengandung unsur spesialisasi. Pola-pola latihan yang terjadi hanya sebatas memberikan umpan langsung saat pemanasan dimulai, mengingat pelatih memang tidak memiliki program latihan yang jelas untuk setiap pemain. Padahal sebaiknya setiap pemain yang memiliki posisi berbeda harus dilatih spesialisasinya untuk pengembangan kemampuan teknik pemain.

Berdasarkan tinjauan permasalahan di atas yang muncul, peneliti melihat dan melakukan analisis kebutuhan dimana: a) pelatih membutuhkan setter yang baik, b) pelatih harus mampu membentuk kemampuan setter yang bisa mendukung kualitas smash seorang pemain, c) setter harus melatih dan mengasah kemampuannya dengan benar, dan d) setter

harus memiliki variasi umpan yang sulit ditebak musuh. Penelitian-penelitian sebelumnya sangat membantu para pemain dalam mengembangkan kemampuan teknik dengan dikembangkannya bentuk-bentuk latihan, misalnya penelitian (Mu'arifuddin, 2018), dimana penelitian ini mengungkap model latihan passing bawah yang dikembangkan bernilai 91,41% kepraktisannya digunakan oleh pemain. (Dogho, Wani, & Bile, 2021) penelitian ini menunjukkan pedoman yang dibuat hasil dari produk pengembangan model latihan passing atas untuk siswa sangat layak dan bernilai manfaat bagi siswa. Oleh karenanya dalam rangka membantu pelatih mengatasi permasalahan tersebut, peneliti melakukan pengembangan model latihan passing atas melalui media target untuk pemain pada Club PDAM Tirta Randik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian RnD dengan model Borg and Gall. Sementara keterbatasan waktu dan tenaga serta biaya, diperlukan pembatasan langkah borg and gall yang diambil adalah langkah a) analisis kebutuhan, b) desain produk awal, c) expert validasi (uji kevalidan), d) produk revisi, e) early test (uji kepraktisan) dan f) final produk. Validasi produk dilakukan dengan tim validator ahli kepelatihan bola voli, dan ahli media. Pengumpulan data menggunakan kuisisioner dan analisis data menggunakan analisis persentase untuk menguji kevalidan produk dan nilai kperaktisan produk.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penyajian Data Pengembangan

Penelitian ini dilaksanakan dalam rangka mengembangkan model latihan passing atas melalui media target untuk pemain bola voli club PDAM Tirta Randik. Luaran produk yang dihasilkan adalah berupa modul atau pedoman latihan passing atas melalui media target. Langkah-langkah pengembangan yang ditempuh adalah menggunakan model Borg and Gall tetapi oleh karena keterbatasan peneliti, ditinjau dari aspek waktu dan tenaga, maka langkah-langkah yang ditempuh dibatasi dengan 1) Research Collecting (Analisis Kebutuhan, 2) Early Product Development (Desain Awal Produk), 3) Expert Validasi (Keterangan Validasi), 4) Product Revision (Revisi Produk), 5) Early Test (Uji Kepraktisan dan Final Product).

Research Collecting Pliminary (Analisis Informasi dan Kebutuhan)

Dalam menggali informasi untuk dianalisa menjadi analisis kebutuhan, peneliti menggunakan wawancara sebagai alat pengumpul informasi yang dianalisis berdasarkan analisis kualitatif. Wawancara dilakukan pada satu orang pelatih dan 1 orang setter sebagai sumber informasi. Pertanyaan pertama yang diajukan baik pada atlet maupun pelatih adalah berkaitan dengan penyelenggaraan latihan pada club PDAM Tirta Randik. Berdasarkan jawaban dari pelatih dan atlet dapat disimpulkan bahwa club PDAM Tirta Randik Kabupaten Musi Banyuasin, tidak terlalu rutin dan giat dalam berlatih, latihan hanya ditekankan pada saat menjelang 1 s.d 2 bulan menjelang pertandingan yang diikuti. Atau latihan kadang-kadang bersifat musiman, maksudnya tergantung dengan situasi dan kondisi masing-masing pelatih dan atlet pada club tersebut.

Pertanyaan kedua yang diajukan berkaitan dengan keadaan latihan dan variasi latihan yang diberikan. Berdasarkan jawaban yang disampaikan pelatih, peneliti mengambil kesimpulan bahwa keadaan latihan yang dilakukan pada club PDAM Tirta Randik tidak sama seperti club-club profesional, atau sangat jauh perbedaannya dengan club-club profesional misalnya club binaan PPLPD Muba dalam berlatih. Club PDAM Tirta Randik berlatih tidak dipandu dengan program latihan, variasi latihan untuk masing-masing atlet tidak tersedia, apalagi untuk latihan setter. Kondisi berlatih yang dialami para atlet, yaitu datang melakukan pemanasan biasa lalu langsung bermain. Tidak tersedia latihan-latihan khusus yang mirip dengan club-club profesional dengan panduan program latihan.

Pertanyaan selanjutnya yang disampaikan pada pelatih dan atlet adalah berkaitan dengan harapan yang diinginkan oleh pelatih dan atlet. Berdasarkan jawaban yang diperoleh, peneliti menyimpulkan bahwa pemain dan pelatih memiliki harapan bahwa club yang dikelola oleh PDAM Tirta Randik dikelola secara profesional oleh manajemen PDAM Tirta Randik. Sehingga pelatih dan atlet datang tidak hanya pada kondisi tertentu saat hendak menghadapi turnamen-turnamen saja, melainkan ada kegiatan yang terjadwal dengan rapi, sehingga pelatih dan pemain dapat menyesuaikan pola latihan yang cocok dengan kebutuhan tim.

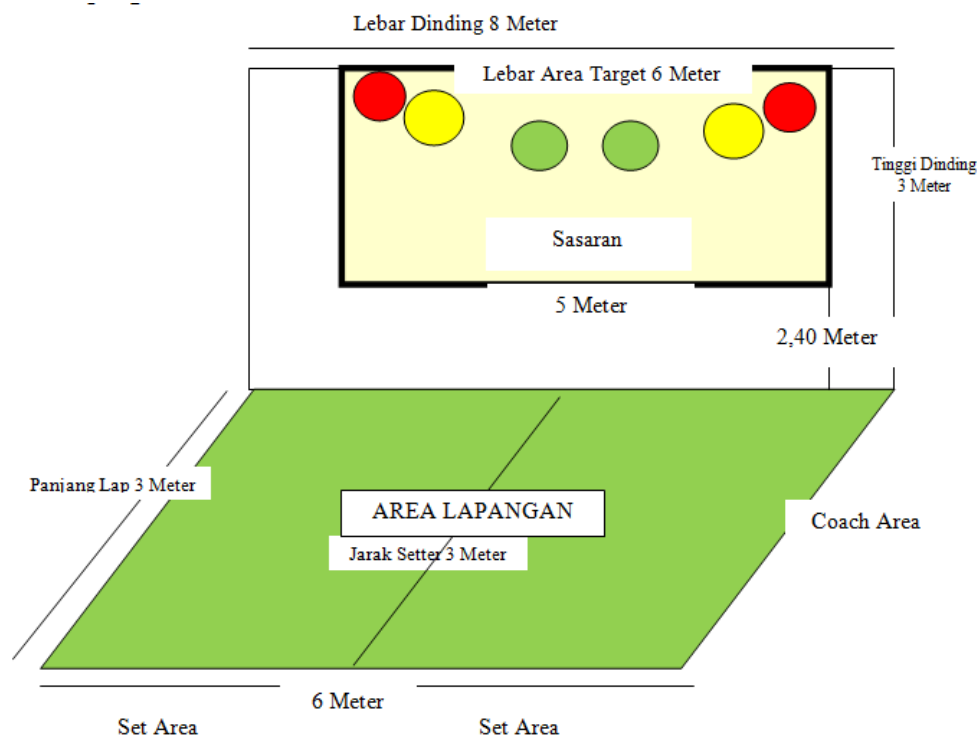
Pertanyaan terakhir yang diajukan peneliti berkaitan dengan respon terhadap kegiatan peneliti yang akan mengembangkan bentuk latihan passing atas untuk membantu para setter dalam menguasai kemampuan passing atas dengan baik. Pelatih dan atlet sangat

merespon dengan baik, hal ini dibuktikan dengan permintaan para atlet dan pelatih untuk segera dilaksanakan latihan dalam rangka menguji coba variasi latihan yang dirancang untuk para atlet bola voli PDAM Tirta Randik. Berdasarkan beberapa pertanyaan yang diajukan, peneliti menarik kesimpulan bahwa atlet bola voli PDAM Tirta Randik harus memulai latihan, meskipun tidak sama seperti club-club profesional lainnya, minimal atlet dan pelatih menjadikan latihan sebagai modal untuk mencapai hasil yang baik dalam setiap kejuaraan bola voli yang diikuti. Khususnya para setter membutuhkan model latihan yang dapat dijadikan sebagai acuan untuk menempah diri dalam menguasai variasi serangan melalui modal kemampuan passing atas yang baik dan variatif. Oleh karena itu peneliti melanjutkan tahapan penelitian berikutnya yaitu merancang atau mendesain produk awal model latihan passing atas permainan bola voli untuk pemain club PDAM Tirta Randik.

(Early Product Development) Desain Produk Awal

Early product development merupakan tahapan merancang model desain produk yang diyakini peneliti dapat membantu para setter club PDAM Tirta Randik. Adapun draf produk model latihan passing atas bola voli melalui pola target dirancang dengan skema latihan ini diberi nama latihan pass atas media target. Tujuan latihan membantu setter dalam menguasai, meningkatkan kemampuan teknik pass atas. Alat yang dibutuhkan bola voli sebanyak-banyaknya, peluit, stop watct, kun, pewarna dinding, hulahop, tali. Volume latihan terdiri dari periodisasi dengan menggunakan siklus mikro 3 minggu pelaksanaan latihan hal ini sesuai dengan pendapat (Hasyim & Saharullah, 2019, hal. 82) prinsip dasar dari periodisasi adalah pembagian masa atau pentahapan latihan yang disesuaikan dengan waktu yang tersedia, sehingga dikenal dengan beberapa siklus yaitu Makro dengan periodisasi penuh misalnya 2 s.d 6 tahun. Meso target tahunan atau semester dan mikro 3 s.d 6 minggu untuk satu unit latihan. Intensitas dalam latihan ini diukur dengan frekuensi gerakan atau banyak gerakan yang dimunculkan dalam hitungan persentase maksimal dari 60 s.d 90% kemampuan repitisi maksimal atlet melakukan passing atas. Lama latihan yang direncanakan yaitu berkisar 75 menit s.d 120 menit bergantung intensitas yang ditargetkan. Frekuensi latihan dalam penelitian ini dilaksanakan 4 kali dalam seminggu dengan jumlah minggu sebanyak 3 minggu. Artinya frekuensi dalam latihan ini terjadi sebanyak 12 kali tatap muka disesuaikan dengan jadwal latihan. Adapun jenis variasi latihan yang dikembangkan dapat dilihat sebagai berikut:

Penempatan Target Dinding

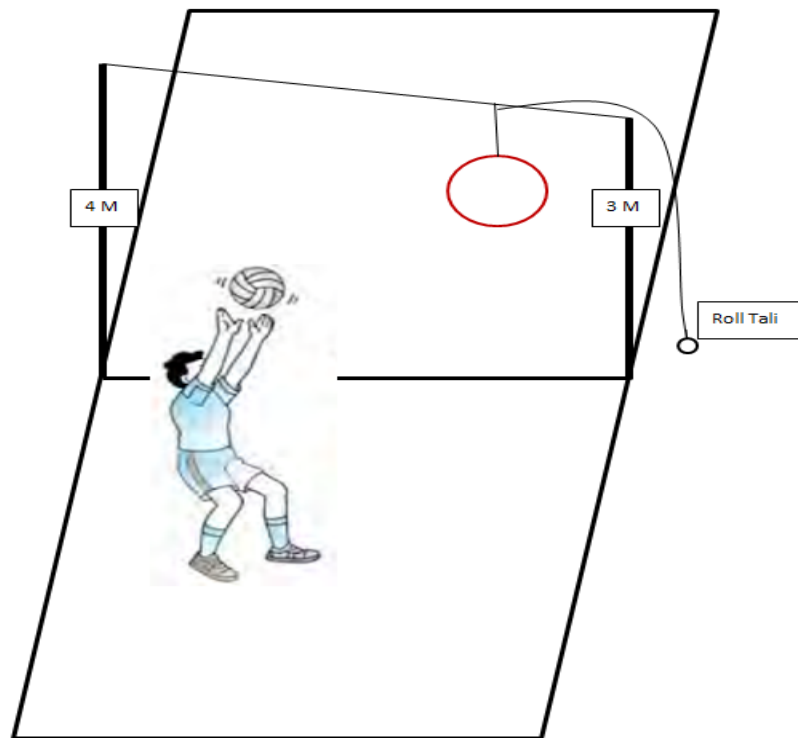


Gambar 1. Pola Latihan Target Dinding

Langkah Berlatih

- Atlet melakukan pass atas berdasarkan instruksi yang dijalankan pelatih dalam memilih warna sebagai sasaran pada tembok.
- Warna merah menunjukan arah pass atas pada posisi bola open.
- Warna hijau menunjukan arah pass atas pada posisi bola semi.
- Warna kuning menunjukan arah pass atas pada posisi bola quick.
- Jika bola melewati batas area target atau melewati tinggi dinding setinggi 3 meter, maka setter dianggap gagal mengumpan bola open.
- Target sewaktu-waktu dapat berubah sesuai instruksi karena berfokus pada reaksi setter dalam melakukan pass atas.
- Lama melakukan repetisi untuk satu set latihan membutuhkan waktu 30 s.d 60 detik.

Latihan Target Gantung Berjalan



Gambar 2. Pola Latihan Gantung Berjalan

Langkah-langkah dalam latihan penempatan target pada dinding dapat ditempuh sebagai berikut:

- Pelatih menegakkan tiang pancang kiri dan kanan diatas net setinggi 4 meter untuk posisi kiri dan 3 meter untuk posisi kanan. Kemiringan tiang bertujuan untuk memudahkan posisi rolling bergeser ketika ditarik sehingga hulahop yang dipasang sebagai target dapat bergerak ke bawah.
- Lakukan passing atas sebanyak-banyaknya pada sasaran hulahop untuk memperoleh konsentrasi target yang sedang bergerak menuju ke bawah.
- Repitisi gerakan dimulai dari garis tiang 4 meter dan berakhir jika hulahop bergerak habis ke arah 3 meter.

Expert Validasi (Keterangan Validasi Ahli)

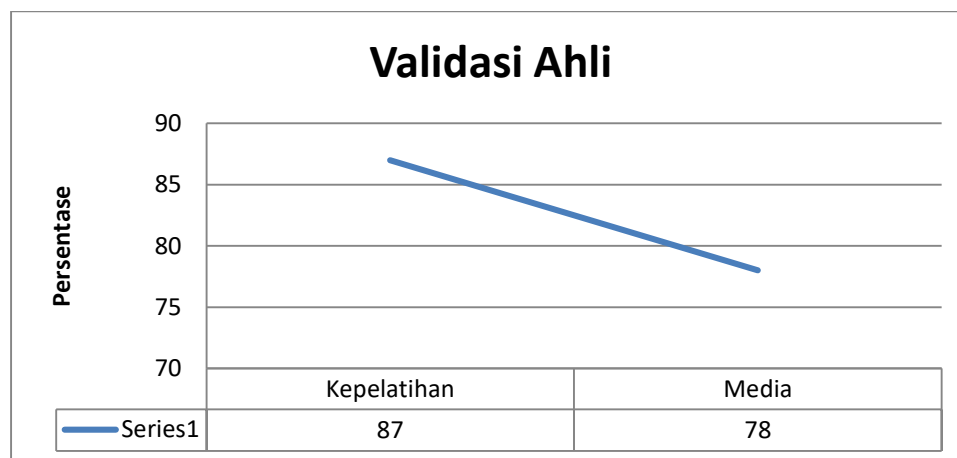
Expert Validasi dilakukan dalam rangka memperoleh keterangan produk dari validator. Pernyataan bahwa produk dinilai dengan tingkat kevalidan dan penanda bahwa

produk dapat digunakan atau sebaliknya. Dalam penelitian ini validator yang dilibatkan adalah validator ahli kepelatihan bola voli dan validator ahli media. Berdasarkan kesimpulan dari masing-masing nilai validator, pada tabel di bawah ini dapat dilihat konversi rata-rata nilai validator:

Tabel 1. Mean Expert Validasi

No	Validator	Jenis Validator	Hasil	Keterangan
1	Ali Supratman, M.Pd	Ahli Kepelatihan	86,67	Valid
2	Dr. Siti Ayu Risma, M.Pd	Ahli Media	78,57	Valid
Rata-Rata			82,62	Revisi Sesuai Kebutuhan

Selanjutnya tabel konversi rata-rata nilai expert validator di atas akan dipaparkan melalui diagram di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Konversi Expert Validator

Berdasarkan tabel expert validasi di atas, dapat disimpulkan bahwa validator ahli kepelatihan bola voli memberikan nilai 86,67 dengan kriteria valid, sedangkan validator ahli media memberikan nilai 78,57 dengan kriteria valid. Konversi nilai rata-rata adalah sebesar 82,62. Dengan demikian kriteria nilai validasi ahli adalah valid namun revisi sesuai kebutuhan.

Product Revision (Revisi Produk)

Berdasarkan hasil validasi ahli yang disampaikan melalui penilaian produk latihan passing atas untuk pemain bola voli club PDAM Tirta Musi, selanjutnya dari kritik dan saran

validator dilakukan perbaikan sesuai kebutuhan. Adapun kritik dan saran serta langkah perbaikan yang dilakukan adalah dijabarkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Langkah Revisi Produk

No	Saran/Kritik	Langkah Perbaikan	Status
Ahli Kepelatihan Bola Voli			
1	a. Buat minimal dua variasi latihan	a. Disediakan dua variasi latihan	Diperbaiki
	b. Latihan disusun dengan tahapan yang lebih rinci	b. Disusun berdasarkan tahapan-demi tahapan	
	c. Susun volume latihannya	c. Sudah ditambahkan volume latihan	
Ahli Media/Modul Kepelatihan			
2	a. Gambar disesuaikan dan konsisten	a. Dilakukan penyesuaian gambar dengan ukuran kertas	Diperbaiki
	b. Pilihan warna pada gambar sebaiknya agak mencolok sehingga mudah dipahami pembaca	b. Warna disesuaikan dengan pilihan yang lebih terang	
	c. Teks dibuat lebih jelas	c. Judul ditebalkan berdasarkan awal bahasan	
	d. Desain dibuat lebih menarik	d. Desain dilakukan perubahan dengan menampilkan corak bermotif	

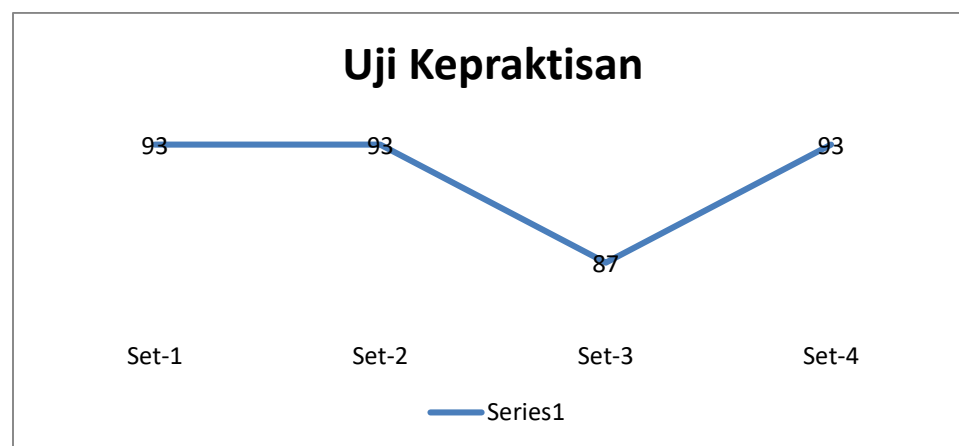
Early Test (Uji Coba Kepraktisan)

Early ters merupakan tahapan uji coba awal produk yang dilakukan pada pengguna sebanyak 4 orang setter club bola voli PDAM Tirta Randik Musi Banyuasin. Pelaksanaan uji coba lapangan awal dilakukan pada tanggal 15 Mei 2023 dengan cara memberikan variasi latihan untuk para setter, kemudian peneliti menyebar kuisioner untuk meminta persepsi dari jenis latihan yang dilakukan oleh para setter. Adapun hasil jawaban kuisioner dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Nilai Kepraktisan Pengguna Produk

No	Setter	Pertanyaan															Skor	Kriteria
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	Set-1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	93	Sangat Praktis
2	Set-2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	93	Sangat Praktis
3	Set-3	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	87	Peraktis
4	Set-4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	93	Sangat Praktis
Mean																	92	Sangat Praktis

Selanjutnya tabel nilai kepratisan produk di atas akan dipaparkan melalui diagram di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Uji Kepraktisan

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, dapat dipaparkan bahwa setter pertama menilai bahwa produk sangat praktis (93%) jika dilakukan latihan. Setter kedua menyatakan sangat peraktik (93%), setter ketiga menyatakan peraktis (87%) dan setter terakhir menyatakan sangat peraktis (93%). Rata-rata nilai kepraktisan adalah 92% dengan kriteria sangat peraktis.

Final Product (Produk Akhir)

Final produk merupakan tahapan dari produk akhir hasil dari penyempurnaan produk hasil revisi dan uji coba kepraktisan. Adapun final produk didokumentasikan melalui

modul/pedoman latihan passing atas melalui media target (khusus kalangan pemain bola voli Club PDAM Tirta Randik) yang dapat diakses pada link

1. google drive

(<https://docs.google.com/document/d/1KDuOVGeyYCjAWuho0je2Qrn7GGzcYDu1/edit?usp=drivesdk&ouid=113415102339139853687&rtpof=true&sd=true>)

2. Youtube (https://youtu.be/JuHixxIj_HE)

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan tahapan-tahapan borg and gall yang telah dijabarkan dalam penelitian ini dapat dipaparkan kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut: a) Tersusun pedoman latihan berupa Modul Latihan Passing Atas Permainan Bola Voli Melalui Media target (Khusus Untuk Kalangan Atlet Bola Voli Club PDAM Tirta Randik). b) Produk model latihan passing atas permainan bola voli memiliki nilai expert validasi dari validator ahli kepelatihan sebesar 86,67% dan validator ahli media sebesar 78,57% dengan rata-rata nilai expert validasi adalah 82,62% dengan kriteria valid dan direvisi sesuai kebutuhan. c) Saran dan kritik perbaikan produk dari validator ahli kepelatihan dan ahli media diperbaiki berdasarkan masukan-masukan untuk penyempurnaan produk model latihan passing atas melalui media target. d) Uji coba kepraktisan dengan melibatkan sebanyak 4 orang setter pemain club PDAM Tirta Randik mencapai hasil 92% dengan kriteria sangat praktis.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwijaya, M. E. (2018). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII.A SMP Negeri 2 Batukliang . JIME, 4(2).
- Ardiansah, P., & Wilastra, D. (2020). Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli dalam Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Tanah Merah Kabupaten Indragiri Hilir. JOI: Jurnal Olahraga Indragiri, 6(1).
- Budiwanto, S. (2012). Metodologi Latihan Olahraga. Malang: Universitas Negeri Malang.

- Dogho, S., Wani, B., & Bile, R. L. (2021). Pengembangan Model Latihan Passing Atas Permainan Bola Voli Sebagai Aktivitas Belajar Siswa Pembelajaran PJOK di SMP Kelas VIII. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 1(3).
- Hasyim, & Saharullah. (2019). *Dasar-Dasar Ilmu Kepelatihan*. Makasar: Badan Penerbit UNM.
- Kumbara, H., Pratama, P., Riyoko, E., Suganda, M. A., & Suryadi, D. (2022). Modifikasi Variasi Latihan Smash: Studi Pengembangan Latihan Permainan Bola Voli. *Jurnal Performa Olahraga*, 7(2).
- Lubis, A. E., & Agus, M. (2017). Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2).
- Mu'arifuddin, M. A. (2018). Pengembangan Model Latihan Passing Bawah Klub Bola Voli IKIP Budi Utomo Malang. *Jurnal Sportif*, 4(2).
- Mulyadi, D. Y., & Pratiwi, E. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Palembang: Bening Publishing.
- Mulyadi, D. Y., & Pratiwi, E. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Sin, T. H. (2020). *Buku Ajar Pengantar Ilmu Melatih*. Jakarta Timur: Ikatan Konselor Indonesia.
- Wibowo, D. H. (2015). Pembelajaran Passing Atas Bola Voli Melalui Permainan Sasaran Tembak. *Journal of Physicl Education, Sport, Health and Recreations*, 4(9).