



---

## **Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler**

**Suriah Hanafi<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar**

**Alamat: Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Kec Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222**

**Email: suriah.hanafi@unm.ac.id**

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bola voli pada siswa ekstrakurikuler. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan jumlah populasi sebanyak 30 siswa putra yang seluruhnya dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Data diperoleh melalui tes keterampilan passing atas yang menilai empat aspek utama, yaitu ketepatan arah bola, posisi tangan, posisi tubuh, dan kontrol bola. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, sebanyak 16,7% siswa berada pada kategori sangat baik, 40,0% pada kategori baik, 30,0% pada kategori sedang, 10,0% pada kategori kurang, dan 3,3% pada kategori sangat kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar passing atas siswa ekstrakurikuler bola voli secara umum berada pada kategori Baik. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa latihan rutin yang dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler memberikan dampak positif terhadap peningkatan koordinasi gerak, ketepatan arah bola, dan penguasaan teknik dasar siswa.

**Kata Kunci:** keterampilan, teknik dasar, passing atas, bola voli

---

### **PENDAHULUAN**

Olahraga merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter dan pengembangan potensi fisik peserta didik. Melalui pendidikan jasmani, siswa tidak hanya diajarkan tentang kesehatan dan kebugaran, tetapi juga nilai-nilai sportivitas, kerja sama, dan disiplin. Salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh siswa di berbagai jenjang pendidikan adalah bola voli. Permainan ini menuntut kemampuan fisik, keterampilan teknik, serta kerja sama tim yang baik untuk mencapai hasil maksimal dalam pertandingan.

Bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing terdiri atas enam orang pemain, dengan tujuan utama menjatuhkan bola di area lawan menggunakan teknik-teknik tertentu. Menurut Sujarwo (2017), keberhasilan dalam

permainan bola voli sangat ditentukan oleh penguasaan teknik dasar, antara lain servis, passing, smash, dan block. Teknik dasar ini menjadi fondasi utama sebelum siswa mampu mengembangkan strategi permainan yang lebih kompleks.

Salah satu teknik dasar yang paling penting dan sering digunakan dalam permainan bola voli adalah passing atas. Teknik ini berfungsi sebagai penghubung antara penerimaan bola dan penyusunan serangan. Dalam praktiknya, passing atas dilakukan menggunakan ujung jari-jari tangan dengan gerakan halus dan terkontrol. Kemampuan passing atas yang baik akan menentukan kualitas serangan tim, karena dari teknik inilah bola dapat diarahkan secara tepat kepada pengumpan (set-upper) atau smasher.

Dalam konteks pembelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah, keterampilan passing atas memiliki peranan ganda. Pertama, sebagai dasar penguasaan teknik permainan bola voli secara menyeluruh. Kedua, sebagai indikator kemampuan koordinasi gerak dan ketepatan dalam mengontrol bola. Siswa yang memiliki kemampuan passing atas yang baik cenderung lebih percaya diri dan berperan aktif dalam permainan. Sebaliknya, siswa yang kurang terampil seringkali mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan ritme permainan tim. Keterampilan teknik dasar harus dilatih secara berkelanjutan agar kemampuan motorik siswa berkembang secara maksimal (Sukintaka, 2015).

SMA Negeri 2 Parepare merupakan salah satu sekolah yang aktif mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga, termasuk bola voli. Berdasarkan observasi awal, kegiatan ekstrakurikuler ini diikuti oleh sejumlah siswa yang antusias dan memiliki potensi fisik yang baik. Namun, dari pengamatan, bahwa sebagian siswa masih belum konsisten dalam melakukan passing atas secara benar, terutama dalam hal posisi tangan, koordinasi tubuh, serta kekuatan dorongan bola. Fenomena ini menjadi perhatian penting karena dapat mempengaruhi performa keseluruhan tim dalam pertandingan.

Kesulitan siswa dalam melakukan passing atas dengan benar dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya latihan terstruktur, teknik yang belum sempurna, atau kurangnya pemahaman terhadap prinsip biomekanika gerak. Seperti yang dikemukakan oleh Sujarwo (2017), latihan teknik dasar harus dilakukan secara berulang dengan pengawasan yang tepat agar gerakan dapat diinternalisasi secara otomatis. Oleh karena itu, kegiatan ekstrakurikuler memiliki peran strategis sebagai wadah pembinaan dan peningkatan keterampilan motorik siswa.

Selain aspek teknik, faktor motivasi dan minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler juga berpengaruh terhadap hasil latihan. Siswa yang memiliki motivasi tinggi biasanya lebih bersemangat untuk memperbaiki teknik dasar yang masih lemah. Sebaliknya, siswa dengan tingkat partisipasi rendah cenderung menunjukkan keterampilan yang stagnan. Dalam konteks ini, pelatih dan guru pendidikan jasmani perlu menciptakan suasana latihan yang menyenangkan, kompetitif, dan mendorong peningkatan kemampuan individu secara berkelanjutan.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Adil et al. (2024) pada cabang olahraga futsal menunjukkan bahwa keterampilan teknik dasar seperti passing dan control dapat dikategorikan berdasarkan tingkat pencapaiannya menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memetakan kemampuan peserta latihan berdasarkan hasil observasi dan pengukuran keterampilan. Mengacu pada penelitian tersebut, model analisis yang sama dapat diterapkan pada cabang bola voli untuk mengetahui sejauh mana kemampuan passing atas siswa ekstrakurikuler.

Meskipun passing atas merupakan salah satu teknik dasar terpenting dalam permainan bola voli, penelitian mengenai tingkat penguasaan teknik ini pada siswa ekstrakurikuler masih sangat terbatas. Penelitian terdahulu lebih banyak mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan passing, seperti koordinasi mata-tangan, kekuatan otot, atau pengaruh program latihan tertentu, namun belum memberikan gambaran komprehensif mengenai tingkat keterampilan passing atas siswa dalam konteks pembinaan ekstrakurikuler sekolah. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa kelas reguler atau atlet klub, sehingga belum mencerminkan kondisi aktual pembinaan voli di SMA Negeri 2 Parepare. Belum adanya data empiris mengenai sebaran kemampuan teknik passing atas—baik dari aspek ketepatan arah bola, posisi tangan, posisi tubuh, maupun kontrol bola—menyebabkan pelatih dan guru tidak memiliki dasar objektif dalam menyusun program latihan yang lebih terarah. Dengan demikian, terdapat research gap penting berupa kurangnya kajian deskriptif yang secara khusus memetakan kemampuan passing atas siswa ekstrakurikuler sebagai kebutuhan dasar evaluasi dan pengambilan keputusan pembinaan olahraga di sekolah tersebut.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penyajian pemetaan lengkap tingkat keterampilan passing atas berdasarkan empat komponen teknik utama—ketepatan arah

bola, posisi tangan, posisi tubuh, dan kontrol bola—yang belum pernah dilaporkan sebelumnya pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Parepare. Penelitian ini juga menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan pengukuran langsung berbasis tes keterampilan yang terstandar, sehingga menghasilkan data empiris yang akurat terkait kemampuan teknik dasar siswa. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang cenderung hanya menilai satu aspek atau menguji pengaruh suatu metode latihan, penelitian ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai variasi kemampuan siswa, termasuk kategori sangat baik hingga sangat kurang. Temuan ini menyediakan landasan baru bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih spesifik sesuai kelemahan teknik siswa, sehingga penelitian ini memberikan kontribusi praktis sekaligus memperkaya literatur mengenai evaluasi keterampilan teknik dasar bola voli di lingkungan pendidikan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bola voli pada siswa ekstrakurikuler. Menurut Sugiyono (2015), penelitian deskriptif kuantitatif digunakan untuk menggambarkan suatu fenomena secara sistematis dan faktual berdasarkan data numerik yang diperoleh dari lapangan. Pendekatan ini dianggap sesuai karena penelitian tidak memberikan perlakuan, melainkan hanya menilai tingkat kemampuan siswa berdasarkan hasil tes keterampilan.

Populasi adalah semua hal yang akan diteliti, baik itu berupa obyek atau benda tidak hidup atau berupa subyek atau manusia atau perangkat sosial yang tersedia dalam sebuah penelitian (Rahmadani et al., 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, berjumlah 30 orang. Sampel adalah metode apa pun yang digunakan untuk mengidentifikasi sampel untuk tujuan penelitian (Purba et al., 2023). Karena jumlah populasi relatif kecil, maka seluruhnya dijadikan sampel penelitian dengan teknik total sampling. Menurut Arikunto (2017), apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang, seluruh anggota populasi sebaiknya dijadikan sampel agar hasil penelitian lebih representatif.

Variabel penelitian ini adalah keterampilan teknik dasar passing atas bola voli. Passing atas merupakan keterampilan dasar yang penting untuk mengatur pola serangan

dalam permainan bola voli. Menurut Sujarwo (2017), passing atas dilakukan dengan ujung jari tangan dan membutuhkan koordinasi yang baik antara posisi tubuh, tangan, serta arah bola. Oleh karena itu, kemampuan passing atas menjadi indikator penting untuk menilai keterampilan bermain bola voli secara umum. Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan passing atas bola voli yang diadaptasi dari *Ahmadi (2007)* dan *Sujarwo (2017)*. Setiap peserta melakukan passing atas sebanyak sepuluh kali ke arah target yang telah ditentukan. Penilaian diberikan berdasarkan jumlah passing yang tepat sasaran dan kesesuaian teknik pelaksanaan. Untuk meningkatkan objektivitas, dua pengamat dilibatkan dalam proses penilaian menggunakan lembar observasi standar.

Data hasil tes dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif. Hasil skor dikategorikan menjadi lima tingkat keterampilan, yaitu sangat baik, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang. Persentase tiap kategori dihitung menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah teste

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bola voli siswa ekstrakurikuler. Tes dilakukan terhadap 30 siswa putra dengan masing-masing melaksanakan 10 kali percobaan passing atas ke arah target yang telah ditentukan. Penilaian didasarkan pada rubrik yang menilai aspek ketepatan sasaran, teknik tangan, posisi tubuh, dan kontrol bola.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Keterampilan Passing Atas

Statistik	Nilai
-----------	-------

Jumlah Sampel (n)	30
Rata-rata (Mean)	73.1
Median	74
Modus	78
Standar Deviasi	11.2
Varians	125.4
Nilai Tertinggi	92
Nilai Terendah	46

Dari pelaksanaan tes, nilai tertinggi yang diperoleh adalah 92, nilai terendah 46, dan rata-rata keseluruhan (mean) adalah 73,1. Nilai ini menggambarkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan passing atas yang cukup baik, namun masih terdapat beberapa siswa dengan penguasaan teknik yang perlu ditingkatkan. Sebaran data menunjukkan bahwa nilai rata-rata siswa berada pada kategori baik, dengan penyimpangan (standar deviasi 11,2) yang menunjukkan adanya variasi kemampuan antar peserta. Sebagian besar siswa memperoleh nilai di atas rata-rata, yang mengindikasikan bahwa latihan ekstrakurikuler memberikan pengaruh positif terhadap penguasaan teknik passing atas.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Passing Atas

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	86 – 100	Sangat Baik	5	16.7
2	71 – 85	Baik	12	40
3	56 – 70	Sedang	9	30
4	41 – 55	Kurang	3	10
5	≤ 40	Sangat Kurang	1	3.3
Jumlah			30	100

Hasil distribusi menunjukkan bahwa sebanyak 40,0% siswa berada pada kategori baik, sedangkan 16,7% tergolong sangat baik. Sebanyak 30,0% siswa berada pada kategori sedang, dan sisanya 13,3% berada dalam kategori kurang dan sangat kurang. Secara

keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar passing atas bola voli siswa ekstrakurikuler termasuk dalam kategori baik.

## **Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, keterampilan teknik dasar passing atas bola voli siswa ekstrakurikuler secara umum berada pada kategori baik dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 73,1. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki penguasaan teknik dasar yang cukup baik, meskipun masih terdapat variasi tingkat kemampuan antarindividu. Hasil ini mengindikasikan bahwa kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah telah berjalan efektif dalam mengembangkan keterampilan motorik siswa.

Sebanyak 5 siswa (16,7%) berada dalam kategori sangat baik dengan nilai di atas 85. Siswa dalam kategori ini menunjukkan kemampuan teknik yang mendekati standar pemain terlatih, baik dari segi koordinasi, kontrol bola, maupun ketepatan arah passing. Menurut Sujarwo (2017), passing atas yang ideal dilakukan dengan posisi tubuh seimbang, pandangan fokus pada bola, dan koordinasi jari yang tepat saat melakukan dorongan. Siswa dengan hasil sangat baik kemungkinan memiliki pengalaman bermain yang lebih sering serta mengikuti latihan secara rutin dengan disiplin tinggi. Arsil (2014) menegaskan bahwa konsistensi latihan yang berulang akan membentuk otomatisasi gerak, sehingga keterampilan motorik menjadi lebih stabil dan efisien.

Kategori baik diperoleh oleh 12 siswa (40,0%), yang menunjukkan bahwa hampir separuh peserta memiliki teknik dasar yang memadai. Siswa dalam kategori ini telah memahami prinsip dasar passing atas, namun masih terdapat sedikit kekurangan dalam aspek kekuatan dorongan dan arah bola. Menurut Ahmadi (2007), keterampilan passing atas yang baik membutuhkan kombinasi antara kekuatan otot lengan dan pergelangan tangan dengan ketepatan posisi tubuh. Latihan rutin yang disertai koreksi teknik akan membantu siswa memperbaiki kelemahan tersebut. Capaian ini menunjukkan bahwa latihan yang dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler telah memberikan dampak positif terhadap penguasaan keterampilan dasar, walaupun masih perlu peningkatan dalam aspek konsistensi teknik.

Sebanyak 9 siswa (30,0%) berada dalam kategori sedang, dengan nilai berkisar antara 56–70. Siswa dalam kelompok ini mampu melakukan passing atas dengan teknik dasar yang benar, namun hasilnya belum konsisten. Beberapa siswa masih mengalami kesulitan dalam menjaga stabilitas gerak dan mengontrol kekuatan dorongan bola. Menurut Sukintaka (2015), kemampuan motorik dasar seperti keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan tubuh bagian atas berperan penting dalam pelaksanaan teknik olahraga. Kekurangan pada aspek-aspek tersebut dapat menyebabkan passing yang terlalu tinggi, tidak terarah, atau kehilangan kontrol saat bola datang dengan kecepatan tinggi. Oleh karena itu, peningkatan latihan yang berfokus pada teknik kontrol bola dan koordinasi tangan perlu diberikan secara berkelanjutan.

Kategori kurang diperoleh oleh 3 siswa (10,0%). Siswa dalam kelompok ini menunjukkan penguasaan teknik yang belum optimal, dengan kesalahan berulang pada posisi tangan dan koordinasi tubuh. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pengalaman bermain bola voli atau jaranginya mengikuti latihan ekstrakurikuler secara rutin. Sujarwo (2017) menyatakan bahwa kesalahan paling umum dalam passing atas terjadi karena posisi tangan yang tidak membentuk bidang segitiga sempurna dan gerakan kaki yang tidak menopang keseimbangan tubuh. Oleh karena itu, siswa dalam kategori ini perlu diberikan bimbingan khusus dan latihan individual agar mampu memperbaiki kesalahan teknik dasar tersebut.

Sementara itu, 1 siswa (3,3%) berada dalam kategori sangat kurang, dengan nilai di bawah 40. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa tersebut belum mampu melakukan passing atas dengan teknik yang benar. Menurut Harsono (2015), kemampuan dasar dalam olahraga dipengaruhi oleh tiga faktor utama: kondisi fisik, pengalaman bermain, dan motivasi berlatih. Kurangnya pengalaman serta tingkat kebugaran yang rendah dapat menghambat koordinasi tubuh dalam pelaksanaan teknik dasar. Dalam kasus ini, perlu dilakukan pendekatan pembelajaran yang lebih adaptif dan bertahap, seperti latihan teknik sederhana (wall passing atau under-hand feed) sebelum siswa diminta melakukan passing atas secara penuh.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan yang dilakukan secara teratur dan sistematis dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan passing atas siswa. Temuan ini

mendukung pendapat Hardani (2020) yang menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran berbasis praktik olahraga mampu meningkatkan kemampuan motorik, koordinasi gerak, dan keterampilan teknik siswa. Selain itu, hasil ini juga sejalan dengan penelitian Adil et al. (2024) dalam cabang futsal, di mana keterampilan dasar pemain meningkat signifikan melalui latihan intensif yang terstruktur dan disertai umpan balik pelatih.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa telah memiliki keterampilan teknik dasar passing atas dalam kategori baik, namun masih dibutuhkan penguatan latihan terhadap aspek koordinasi, stabilitas gerak, dan kontrol bola. Penerapan latihan bervariasi seperti *wall passing drills*, *pair accuracy training*, serta evaluasi teknik secara berkala dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa menuju tingkat keterampilan yang lebih tinggi.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa keterampilan passing atas siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Parepare berada pada kategori beragam, dengan sebagian besar siswa masih menunjukkan kelemahan pada aspek posisi tangan, kontrol bola, dan ketepatan arah. Temuan ini menegaskan bahwa penguasaan teknik dasar passing atas belum optimal sehingga diperlukan program latihan yang lebih terstruktur dan terfokus pada komponen teknik yang paling lemah. Hasil penelitian ini memberikan dasar empiris bagi pelatih dan guru untuk merancang latihan yang lebih efektif guna meningkatkan kemampuan teknik dasar bola voli siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Intermedia.
- Arikunto, S. (2017). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. (2014). *Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Depdiknas. (2008). *Panduan Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Hardani, H. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group.

- Harsono. (2015). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Herlina, N., & Santoso, D. (2022). Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Keterampilan Passing Atas pada Permainan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 45–52.
- Ismaryati, I. (2018). Pengaruh Latihan Koordinasi terhadap Keterampilan Passing Atas dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 88–95.
- Purba, S., Ahadid, A., Putra, W., Rahman, A. A., Aryani, P., Jannah, F., Widodo, H., Magalhaes, A. D. J., & Hasanuddin, M. I. (2023). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Aplikasinya*.
- Rahmadani, E., Mashuri, M. T., Sitopu, J. W., Hasanuddin, M. I., Suarsana, I. M., Asriadi, M., Putri, J. H., Maharani, I., Hasanuddin, M. I., Maswar, Elfina, H., & Irwanto. (2023). *Statistika Pendidikan*. <https://batukota.bps.go.id/publication/download.html?nrbfefe=OTc4MDZhYzZhYzAyY2U4ZTBINTNlYmJm&xzmn=aHR0cHM6Ly9iYXR1a290YS5icHMuZ28uaWQvcHVibGljYXRpb24vMjAxNSxMC8zMC85NzgwNmFjNmFjMDJjZThlMGU1M2ViYmYvc3RhdGlzdGlrYS1kYWVvYmVgta290YS1iYXR1LTIwMTUuaHRtbA%3D>
- Sujarwo, S. (2017). *Volleyball for All (Bola Voli untuk Semua)*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2015). *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta Press.
- Sukirno, S., & Sudarso, S. (2021). Pengaruh Latihan Variasi terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 17(2), 67–74.
- Widiastuti. (2019). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.