



Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 4, Nomor 2 April 2026

e-ISSN: 3089-5405

DOI.10.35458

ANALISIS KEMAMPUAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA UPT SMPN 7 ALLA

Sudirman Burhanuddin¹

¹ Jurusan Fisioterapi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

* E-mail: sudirman.burhanuddin@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan passing bawah pada permainan bola voli siswa UPT SMPN 7 Alla. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan sampel sebanyak 10 siswa laki-laki kelas VIII yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Tes Passing Bawah Braddy Volleyball Test, yaitu tes memantulkan bola ke tembok menggunakan teknik passing bawah selama 60 detik. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan passing bawah siswa secara umum berada pada kategori baik. Dari 10 siswa yang diteliti, terdapat 1 siswa (10%) berada pada kategori sangat baik, 4 siswa (40%) kategori baik, 3 siswa (30%) kategori cukup, dan 2 siswa (20%) kategori kurang. Faktor yang memengaruhi kemampuan passing bawah siswa antara lain posisi tubuh, ketepatan perkenaan bola pada lengan, koordinasi gerak, dan intensitas latihan. Kesalahan yang paling dominan ditemukan adalah posisi kaki yang kurang fleksibel dan titik perkenaan bola yang belum konsisten.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kemampuan passing bawah siswa UPT SMPN 7 Alla berada pada kategori baik, namun masih diperlukan latihan yang lebih intensif dan bervariasi untuk meningkatkan kemampuan siswa yang berada pada kategori cukup dan kurang.

Kata Kunci: passing bawah, bola voli, kemampuan siswa, permainan bola voli.

PENDAHULUAN

Olahraga Olahraga merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang dilakukan secara terencana, sistematis, dan berkesinambungan dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani, kemampuan motorik, serta kualitas hidup seseorang. Dalam konteks pendidikan, olahraga menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari proses pembelajaran melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, kognitif, afektif, maupun psikomotor. Melalui kegiatan olahraga, siswa tidak hanya memperoleh manfaat berupa peningkatan kebugaran tubuh, tetapi juga belajar tentang nilai-nilai disiplin, kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, dan kepercayaan diri yang sangat diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pembelajaran PJOK dan banyak diminati oleh siswa adalah bola voli. Bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dengan tujuan menjatuhkan bola ke area permainan lawan untuk memperoleh poin. Permainan ini menuntut adanya kerja sama tim yang baik serta penguasaan teknik dasar yang memadai agar permainan dapat berlangsung secara efektif. Selain itu, bola voli juga menjadi salah satu cabang olahraga yang sering dipertandingkan dalam berbagai kegiatan antar sekolah sehingga kemampuan teknik siswa perlu mendapatkan perhatian yang serius.

Dalam permainan bola voli, penguasaan teknik dasar merupakan faktor utama yang menentukan keberhasilan seorang pemain maupun tim. Menurut Aip Syarifuddin (1992), teknik dasar merupakan keterampilan pokok yang harus dikuasai oleh setiap pemain sebelum mempelajari teknik yang lebih kompleks dan strategi permainan. Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi servis, passing, smash, block, dan set-up. Setiap teknik memiliki fungsi dan peran yang berbeda dalam mendukung jalannya permainan. Namun, dari berbagai teknik tersebut, passing bawah merupakan salah satu teknik yang paling sering digunakan dan menjadi dasar dalam membangun pola permainan yang baik. Passing bawah atau *underhand pass* adalah teknik memainkan bola dengan menggunakan kedua lengan bagian bawah yang dirapatkan untuk menerima, mengontrol, dan mengoper bola kepada rekan satu tim. Teknik ini umumnya digunakan untuk menerima servis lawan, menahan serangan berupa smash, maupun mengendalikan bola yang datang dengan kecepatan tinggi. Menurut Suharno (1984), passing bawah merupakan teknik yang paling efektif digunakan untuk menerima bola-bola rendah dan bola pertama yang datang dari lawan. Oleh karena itu, kemampuan passing bawah yang baik menjadi syarat utama dalam menjaga kontinuitas permainan dan membangun serangan yang efektif.

Pentingnya penguasaan passing bawah dalam permainan bola voli menjadikan teknik ini perlu dilatih secara berkelanjutan sejak usia sekolah. Siswa yang memiliki kemampuan passing bawah yang baik akan lebih mudah mengontrol bola dan bekerja sama dengan anggota tim lainnya. Sebaliknya, kemampuan passing bawah yang rendah dapat menyebabkan bola sulit dikendalikan sehingga menghambat proses serangan dan meningkatkan peluang tim lawan untuk memperoleh poin. Dengan kata lain, kualitas passing bawah sangat berpengaruh terhadap keberhasilan sebuah tim dalam mempertahankan maupun mengembangkan permainan. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terhadap siswa UPT SMPN 7 Alla pada saat mengikuti pembelajaran PJOK dan kegiatan permainan bola voli, ditemukan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kemampuan passing bawah. Permasalahan pertama adalah kesalahan posisi tubuh saat melakukan passing bawah. Banyak siswa yang masih berdiri terlalu tegak sehingga kurang siap dalam menerima bola dan mengalami kesulitan menjangkau bola yang datang di area depan maupun samping tubuh. Posisi tubuh yang kurang tepat menyebabkan keseimbangan gerak menjadi terganggu dan hasil passing menjadi kurang maksimal.

Permasalahan kedua berkaitan dengan perkenaan bola saat melakukan passing bawah. Sebagian siswa masih sering melakukan kontak bola pada bagian pergelangan tangan atau siku, padahal bagian yang seharusnya digunakan adalah lengan bawah yang rata dan rapat. Kesalahan perkenaan bola tersebut mengakibatkan arah pantulan bola tidak terkontrol dan sering kali melenceng dari sasaran yang diinginkan. Selain itu, peneliti juga menemukan adanya kendala pada aspek koordinasi gerak. Banyak siswa yang belum mampu mengoordinasikan gerakan lengan dengan dorongan lutut secara bersamaan ketika melakukan passing bawah. Pada saat menerima bola, lutut seharusnya sedikit ditekek dan melakukan gerakan mengeper untuk membantu mengarahkan bola. Namun, sebagian siswa hanya mengandalkan ayunan tangan tanpa melibatkan gerakan tungkai secara optimal sehingga hasil passing menjadi kurang akurat.

Faktor psikologis juga menjadi salah satu penyebab rendahnya kemampuan passing bawah siswa. Beberapa siswa terlihat masih merasa takut dan ragu ketika menerima bola yang datang dengan kecepatan tinggi. Rasa takut terhadap benturan bola pada lengan menyebabkan siswa kurang percaya diri dalam melakukan passing bawah. Akibatnya, gerakan yang dilakukan menjadi tidak maksimal dan sering terjadi kesalahan teknik saat menerima bola. Permasalahan-permasalahan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan passing bawah siswa UPT SMPN 7 Alla masih perlu mendapatkan perhatian dan pembinaan yang lebih intensif. Penguasaan teknik passing bawah yang baik sangat diperlukan untuk mendukung keterampilan bermain bola voli secara keseluruhan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai tingkat kemampuan passing bawah siswa sehingga dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi guru PJOK maupun pelatih dalam merancang program latihan yang lebih efektif.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Kemampuan Passing Bawah pada Permainan Bola Voli Siswa UPT SMPN

7 Alla.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan passing bawah siswa sehingga hasil yang diperoleh dapat menjadi dasar dalam upaya peningkatan keterampilan bermain bola voli di lingkungan sekolah.

METODE PENELITIAN

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2017), penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah dikumpulkan sebagaimana adanya tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.

2. Populasi dan Sampel

- Populasi Seluruh siswa UPT SMPN 7 Alla yang mengikuti pembelajaran bola voli.
- Sampel Mengingat keterbatasan waktu dan teknis, penelitian ini menggunakan 10 orang sampel yang diambil menggunakan teknik *Purposive Sampling* (siswa laki-laki kelas VIII yang memiliki kehadiran 100% pada jam olahraga).

3. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan passing bawah adalah Tes Passing Bawah dari Braddy Volleyball Test.

- Prosedur Siswa berdiri di depan tembok dengan jarak tertentu, kemudian memantulkan bola ke tembok menggunakan teknik passing bawah selama 60 detik.
- Penilaian Jumlah pantulan yang sah (bola mengenai area yang ditentukan di tembok tanpa jatuh ke lantai) dihitung sebagai skor mentah.

4. Analisis Data

Data yang terkumpul diolah menggunakan statistik deskriptif berupa persentase dengan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Persentase

f = Frekuensi

n = Jumlah Sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berikut adalah rekapitulasi data hasil tes passing bawah yang dilakukan terhadap 10 siswa UPT SMPN 7 Alla:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kemampuan Passing Bawah

No	Inisial siswa	Skor mentah	Nilai (Normal)	Kategori
1	Siswa 01	28	85	Sangat baik
2	Siswa 02	22	75	Baik
3	Siswa 03	19	70	Cukup
4	Siswa 04	24	78	Baik
5	Siswa 05	15	60	Kurang

6	Siswa 06	21	72	Baik
7	Siswa 07	20	70	Cukup
8	Siswa 08	14	55	Kurang
9	Siswa 09	23	76	Baik
10	Siswa 10	18	68	Cukup

Tabel 2. Persentase Tingkat Kemampuan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat baik	1	10%
Baik	4	40%
Cukup	3	30%
Kurang	2	20%
Total	10	100%

Pembahasan

Berdasarkan data di atas, mayoritas siswa (40%) berada pada kategori "Baik". Namun, masih terdapat 20% siswa yang masuk dalam kategori "Kurang".

1. Analisis Kelompok Baik

Siswa dalam kelompok ini umumnya sudah memiliki teknik perkenaan bola yang tepat pada bidang datar lengan bawah (antara pergelangan tangan dan siku). Mereka mampu memanfaatkan gaya dorong dari tungkai (lutut) untuk membantu kekuatan ayunan tangan.

2. Analisis Kelompok Kurang

Kendala utama pada siswa dengan nilai rendah adalah kekakuan pada sendi bahu dan siku. Bola seringkali dipukul (smack) bukan dipantulkan (pass), sehingga arah bola menjadi liar dan sulit untuk dipantulkan kembali secara berulang ke tembok dalam waktu 60 detik.

3. Faktor Pendukung

Fasilitas lapangan di UPT SMPN 7 Alla cukup mendukung, namun intensitas penggunaan bola voli dalam pembelajaran perlu ditambah agar *feeling* atau kepekaan siswa terhadap bola semakin terasah.

Hal ini sejalan dengan pendapat Nuril Ahmadi (2007) bahwa keterampilan teknik dasar dipengaruhi oleh frekuensi latihan. Semakin sering siswa melakukan repetisi (pengulangan), maka gerakannya akan semakin otomatis dan efisien.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kemampuan passing bawah siswa UPT SMPN 7 Alla secara umum berada pada kategori "Baik".
2. Meskipun secara rata-rata sudah baik, masih diperlukan perhatian khusus bagi siswa di kategori "Kurang" dan "Cukup" melalui metode latihan *drill* (pengulangan) yang lebih intensif.
3. Kesalahan teknik yang paling dominan ditemukan adalah pada posisi kaki yang kurang fleksibel dan titik perkenaan bola pada lengan yang belum konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). Panduan Olahraga Bola Voli. Solo: Era Pustaka Utama.
 Syarifuddin, Aip. (1992). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Suharno, HP. (1984). Dasar-Dasar Permainan Bola Voli. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Destriana, dkk. (2018). Model Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/pesoc/article/view/11255>

Brumbach, W. B. (1967). Volleyball Wall-Spiking Test. Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10671188.1967.10614819>