



## Kemampuan Teknik Dasar (*Service Bawah Dan Passing Bawah*) Pada Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah

Elida Sahara<sup>1</sup>, Tofikin<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Rokania, Indonesia

### Info Artikel

Sejarah Artikel:  
Diterima Maret 2023  
Revisi April 2023  
Diterima Mei 2023  
Tersedia online November 2023

**Kata kunci:** *Service Bawah Bola Voli, Servis Atas Bola Voli*

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi bahwa kemampuan teknik dasar servis bawah pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah, kemampuan teknik dasar passing bawah pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui Kemampuan teknik dasar (servis bawah dan passing bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler yang berjumlah 12 orang. Dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang siswa. Instrumen tes yang digunakan adalah tes servis bawah dan tes passing bawah. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah total sampling. Dari hasil analisa data dapat dikemukakan kesimpulannya adalah bahwa servis bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori "Sedang" dengan nilai rata-rata = 57,64, sedangkan untuk passing bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori "Sedang" dengan nilai rata-rata = 49,31

### Abstract

*The background of this research is the ability of the basic technique of serving under the volleyball extracurricular students at SD Negeri 005 Pagaran Tapah, the basic technical skills of passing under the extracurricular volleyball students at SD Negeri 005 Pagaran Tapah. The aim of the study was to determine the ability of basic techniques (down serve and underhand pass) in volleyball extracurricular students at SD Negeri 005 Pagaran Tapah. This type of research used is descriptive research. The population of this study were 12 extracurricular students. With a total sample of 12 students. The test instruments used are the under serve test and the under pass test. The sampling technique used is total sampling. From the results of data analysis, it can be concluded that the volleyball extracurricular student's underhand service at SD Negeri 005 Pagaran Tapah is included in the "moderate" category with an average value = 57.64, while for the underhand volleyball extracurricular student at SD Negeri 005 Pagaran Tapah is included in the "medium" category. "Medium" with an average value = 49.31.*

\*Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau  
\* Email: elidasahara5@gmail.com

## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan pendidikan yang dilaksanakan melalui gerakan aktivitas fisik dengan tujuan untuk mengembangkan jasmani yang meliputi aspek aktivitas olahraga, kesehatan, kebugaran jasmani, aktivitas bermain, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, sosial, penalaran dan moral bagi peserta didik. Aktivitas fisik yang dimaksud adalah aktivitas olahraga.

Olahraga tidak bisa lepas dengan kehidupan kita sehari-hari. Semakin rutin dan teratur kita melaksanakan olahraga, maka semakin baik tingkat kebugaran tubuh kita. Karena setiap hari kita selalu dihadapkan dengan bermacam-macam aktivitas kehidupan, aktivitas ini tentu memerlukan kondisi fisik yang sehat, kesehatan akan selalu terjaga apabila kita sering berolahraga secara teratur dan rutin.

Dengan berolahraga tubuh akan menjadi sehat, karena dengan pelaksanaan olahraga banyak memberikan manfaat bagi kesehatan tubuh, olahraga merupakan sarana pembentukan pribadi yang sehat dan berperilaku disiplin di dalam pelaksanaannya, karena aktivitas olahraga yang dilakukan tubuh akan menjadi sehat dan bugar, dengan aktivitas olahraga tersebut seseorang akan terbiasa hidup sehat dan disiplin, sebab dalam kegiatan olahraga terdapat aturan-aturan tertentu yang harus dipatuhi oleh setiap pelaksanaannya.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Sebagaimana yang dijelaskan dalam (UU Keolahragaan, 2022), Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial dan budaya". Gambaran siswa yang sehat adalah siswa yang tumbuh dan berkembang dengan baik misalnya perkembangan jiwanya sesuai dengan usianya, rasa gembira, aktif selalu suka akan kebersihan diri maupun sekitarnya.

Pola hidup sehat peserta didik dapat dilihat dari aktivitas yang dilakukan peserta didik kesehariannya. Jika selama proses belajar dan interaksi sosial kurang antusias dan tidak bersemangat, dapat dikatakan siswa tersebut kurang sehat. Tanggung jawab guru dalam memantau setiap kondisi peserta didik berperan penting demi tercapai kondisi sehat baik jasmani maupun rohani. Apabila pengetahuan siswa tentang perilaku hidup sehat rendah, bukan tidak mungkin siswa tidak bisa menerapkan perilaku hidup sehat dengan benar atau bahkan tidak menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga akan berpengaruh terhadap derajat kesehatan tubuh. Perlunya penanganan dan solusi untuk itu dengan meningkatkan pengetahuannya, memahami, dan mempraktikkannya di lingkungan sekolah dan untuk dirinya sendiri. SDN 005 Pagaran Tapah saat ini sudah menerapkan kegiatan ekstrakurikuler pada cabang-cabang olahraga tertentu, salah satunya adalah pada cabang olahraga bolavoli, siswa yang dilibatkan pada aktivitas kegiatan ekstrakurikuler tersebut adalah siswa kelas 4 dan kelas 5.

Permainan bolavoli merupakan permainan yang paling digemari oleh kalangan pelajar dan mahasiswa. Melalui kegiatan olahraga bolavoli ini, para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Permainan bolavoli saat ini mengalami perkembangan yang pesat, terbukti dengan munculnya berbagai macam perkumpulan seperti klub-klub tangguh dan atlet-atlet bolavoli pelajar baik tingkat sekolah maupun perguruan tinggi. Ditunjang lagi dengan sering diadakannya turnamen-turnamen antar klub, *event-event* pelajar dari tingkat daerah hingga ke tingkat nasional. Permainan Bola Voli merupakan salah satu jenis olahraga yang terkenal di dunia. Olahraga ini dapat menarik minat bagi semua kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam ataupun di luar ruangan untuk tujuan rekreasi, dan juga sebagai ajang persaingan (Hidayah & Alsaudi, 2021).

Di dalam permainan bolavoli ini terdapat beberapa teknik yang terkandung di dalamnya seperti; *service*, *passing*, *smash*, dan *block*, akan tetapi peneliti hanya membatasi penelitian ini pada *service* bawah dan *passing* bawah saja (Kurniawan & Wijaya, 2019). Pendapat lain juga mengatakan bahwa teknik Permainan bolavoli yang harus dikuasai oleh pemain adalah *service*, *passing*, *set-up*, *block*, dan *smash* (Totales, Tri, & Beru, 2021).

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com

Servis adalah suatu upaya memasukkan bola ke daerah lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan oleh pemain baris belakang yang dilakukan di daerah baris belakang (Suparman, 2016). Daerah servis adalah daerah selebar 9 meter dibelakang setiap garis akhir. Daerah ini dibatasi oleh dua garis pendek sepanjang 15 cm yang dibuat 20 cm di belakang garis akhir, sebagai kepanjangan dari garis samping. Kedua garis pendek tersebut sudah termasuk di dalam batas daerah servis, perpanjangan daerah servis adalah kebelakang sampai batas akhir daerah bebas (Widartini, 2013).

Servis merupakan salah satu teknik dasar pada permainan bola voli. Servis digunakan saat awal pertandingan. Teknik servis bawah pada permainan bola voli adalah teknik servis termudah. Meski demikian, pemain sering melakukan kesalahan pada prakteknya. (1) Posisi kaki yang salah. Dalam melaksanakan teknik servis bawah, posisi kaki yang sejajar merupakan salah satu kesalahan. Salah satu posisi kaki haruslah berada di depan dan satu lagi berada di belakang. Hal ini berguna agar ketika melakukan servis, badan tetap bisa diseimbangkan dan pukulan tetap akurat. (2) Pukulan yang terlalu pelan. Pukulan yang terlalu pelan menyebabkan bola sulit menyeberang ke daerah lawan atau bahkan tidak dapat menyeberang melewati net. Hal ini tentu merugikan tim. Pukullah bola dengan kekuatan yang cukup keras agar bola bisa melaju dengan kecepatan yang baik untuk masuk ke dalam daerah lawan. Pastikan pula arah pukulan tepat agar bola tidak keluar garis. (3) Bola bergerak ke atas. Bola yang diservis seharusnya bergerak ke depan memasuki daerah lawan, namun ada kalanya bola justru bergerak ke atas dan kembali lagi ke posisi kita berdiri. Hal ini dikarenakan kesalahan dalam teknik memukul bola. (4) Gugup memukul bola sebelum Peluit dibunyikan merupakan salah satu kesalahan yang sering terjadi. (5) Bola yang tidak terpukul akan kembali ke daerah sendiri, maka dari itu konsentrasi penuh saat melakukan servis adalah hal yang sangat penting, (6) Kurang fokus saat melakukan servis bawah. Pukulan tidak tepat ke arah daerah lawan sehingga bola justru keluar garis. Kesalahan ini menyebabkan poin bagi lawan sehingga sangat merugikan tim (Soelistyawati, 2022).

Servis bawah adalah bola permulaan yang dipukul oleh pemain, menandakan bahwa dimulainya suatu permainan, dimana bola tersebut diupukul dari ayunan lengan bawah sampai ke depan dengan perkeanaan bola pada area pergelangan tangan. Setelah bola sudah diservis, maka akan terjadi aktivitas pasing, pasing terbagi dalam dua jenis yakni pasing bawah dan pasing atas, akan tetapi peneliti lebih memfokuskan pada pasing bawah saja.

Pasing bawah adalah teknik bermain bolavoli dengan perkenaan bola di daerah depan pergelangan tangan, dengan siku terkunci pandangan ke arah bola pada saat melakukan *passing* tersebut. di dalam pelaksanaan teknik dasar tersebut tentu dipengaruhi oleh beberapa faktor kondisi fisik yang diantaranya kekuatan, kecepatan, kelincahan, koordinasi gerak, keseimbangan, kelentukan dan *power*.

Kaitan antara teknik dengan kondisi fisik tidak dapat dipisahkan dan hal ini saling berkaitan sekali, hal ini terlihat pada saat peneliti melakukan observasi ke lapangan, peneliti melihat bahwa teknik servis bawah siswi masih kurang maksimal, hal ini terlihat pada saat siswi melakukan servis, bola tersebut tidak dilambungkan terlebih dahulu sebelum dipukul, selain itu bola sering tidak melewati net pada saat siswi melakukan servis, hal ini bisa jadi disebabkan oleh faktor kurangnya siswi melakukan latihan teknik servis dan kurangnya siswa dalam melakukan latihan fisik internal pada kekuatan otot lengannya tersebut, di samping itu penerimaan pasing bawah siswi juga belum maksimal juga, hal ini terlihat pada saat kunci siku-siku tangan siswi yang belum baik, sehingga perkenaan bola menjadi tidak beraturan pada saat melakukan pasing tersebut, kemudian arah pergerakan bolapun menjadi tidak terarah secara baik, oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah".

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com

## **METODE**

Adapun jenis penelitian dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif menurut Suryana (2010:16) yaitu “metode yang digunakan untuk mencari unsur-unsur, ciri-ciri, sifat-sifat suatu fenomena. Metode ini diawali dengan tahapan mengumpulkan data, mengenalisa data dan mengolah data” .

### **Populasi dan Sampel**

Populasi penelitian adalah subjek atau objek yang akan diteliti (Arikunto, 2006) mengemukakan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi penelitian ini adalah siswi ekstrakurikuler SDN 005 Pagaran Tapah yang berjumlah 12 siswi.

### **Sampel Penelitian**

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Teknik pengambilan sampelnya adalah menggunakan *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 12 siswi

### **Pengembangan Instrument**

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sebuah penelitian. Adapun alat atau nama tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan servis bawah, dan kekuatan otot lengan. Instrumen penelitian berupa seperangkat tes untuk mengumpulkan data sebagai bahan pengolahan, alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam penelitiannya agar kegiatan tersebut menjadi sistematis maka peneliti menggunakan instrumen yang terdiri dari :

### **Tes *Service* (Widiastuti, 2011: 202)**

#### Tujuan

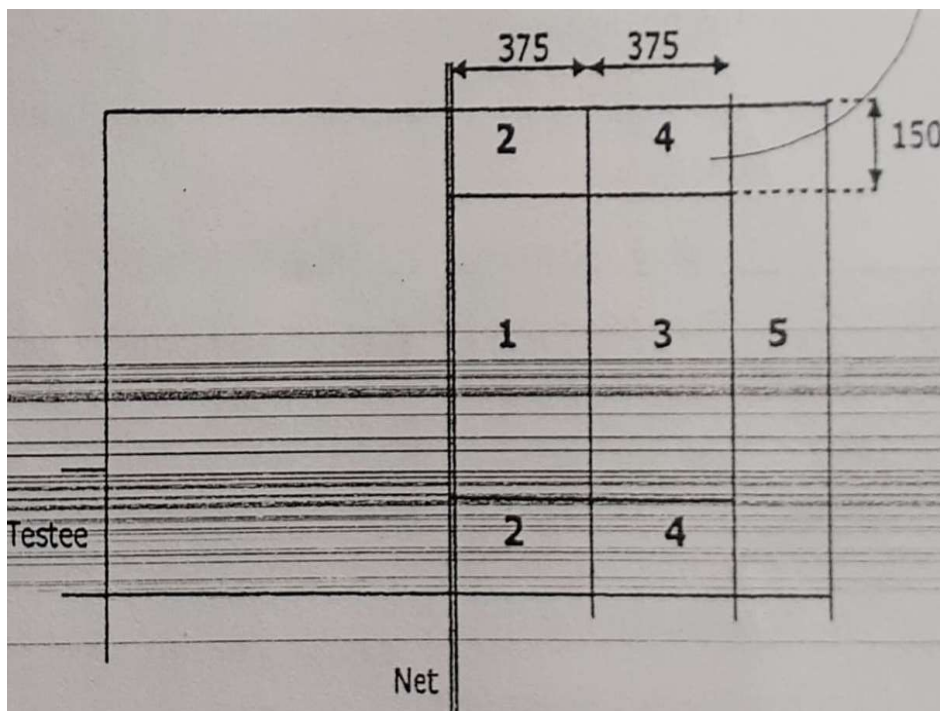
Tes ini untuk mengukur kecakapan dan keterampilan melakukan *service* permainan bolavoli.

#### Pelaksanaan

- 1) Testi berdiri di belakang garis kotak servis menghadap ke daerah sasaran yang ada di lapangan sebelah.
- 2) Lalu melakukan servis bawah ke daerah sasaran
- 3) Setiap bola yang masuk sasaran diberi nilai sesuai skor sasaran
- 4) Bola yang menyentuh net dianggap satu pukulan, tetapi tidak diberi nilai.
- 5) Testi tidak boleh menginjak garis
- 6) Setiap bola yang jatuh pada garis batas daerah sasaran diberi skor daerah sasaran yang lebih besar.
- 7) Testi melakukan 10 kali servis tiap pelaksanaan.
- 8) Testi memperoleh kesempatan 2 kali pelaksanaan.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com



**Gambar 1. Lapangan Bola Voli**  
(Widiastuti, 2011: 202)

#### Penilaian

- 1) Nilai seorang testi dalam serving tes adalah jumlah yang terbaik untuk 10 kali servis dalam dua pelaksanaan.

#### Tes *Passing* Bawah (Winarno, 2006 : 34-35)

##### Alat dan Fasilitas Yang Diperlukan

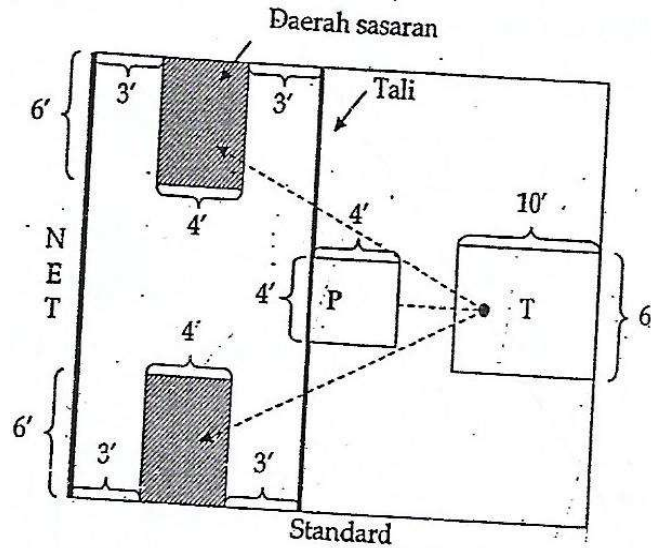
1. Lapangan bolavoli yang dibagi dalam beberapa petak sasaran.
2. Bolavoli.
3. Tali raffia atau kapur sebagai pembatas petak-petak sasaran.
4. Meteran.
5. Tali sepanjang lebar lapangan untuk pembatas ketinggian *passing* paling rendah
6. Separangkat alat tulis.

##### Bentuk Lapangan

Lapangan yang digunakan sesuai dengan peraturan yang berlaku pada PBVSI. Menggunakan separoh lapangan dengan dibagi menjadi 2 bagian dan dibatasi oleh tali setinggi 2,43 meter sejajar dengan net. Bagian pertama dengan ukuran 3,04 meter antara net dengan tali di dalamnya terdapat dua bidang sasaran, sebelah kanan dan kiri lapangan. Masing-masing bidang ukuran panjang 1,82 meter dan lebar 1,21 meter jarak antara bidang sasaran dengan testi berdiri adalah 6,09 meter. Untuk lebih jelas dapat melihat gambar di bawah ini.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com



**Gambar 2. Tes *Passing Bawah Bolavoli*  
Winarno, 2006 : 34-35**

### Teknik Pengumpulan Data

Berdasarkan masalah dan data yang dilakukan, maka untuk memperoleh data penulis menggunakan metode sebagai berikut:

- a. Observasi  
Yaitu teknik yang dilakukan dengan pengamatan penulis secara langsung dilapangan atau dilokasi penelitian untuk mendapatkan informasi mengenai masalah yang akan diteliti yaitu mengenai hubungan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan servis atas pada siswa ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Rambah.
- b. Kepustakaan  
Yaitu pengumpulan data, teori-teori tertulis mengenai variabel yang berkaitan dengan penelitian ini.
- c. Tes dan Pengukuran  
Tes dan pengukuran dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan rangkaian passing bawah dan servis bawah permainan bola voli terhadap sampel penelitian

### Teknik Analisa Data

Dalam memperoleh suatu kelompok masalah yang akan diteliti, maka analisis data merupakan suatu langkah penting dalam penellitian, karena melalui analisis data akan dapat ditarik kesimpulan mengenai masalah yang akan diteliti. Dalam hal ini penulis ingin mengetahui kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Apabila data yang diperlukan dalam penelitian ini telah terkumpul, maka data tersebut akan diolah dan dianalisa dengan menggunakan rumus persentasi (Sugiono, 2012).

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

Keterangan :

P: Persentase

F: Frekuensi

N: Jumlah Sampel

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com

### Rencana Pengujian Keabsahan Data

Adapun penentuan kategori tingkat capaian responden digunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala lima sebagai berikut :

$\bar{X} + 1,5 (s)$	→ A = Baik Sekali
$\bar{X} + 0,5 (s)$	→ B = Baik
$\bar{X} - 0,5 (s)$	→ C = Cukup
$\bar{X} - 1,5 (s)$	→ D = Kurang
	→ E = Kurang Sekali

### HASIL

#### Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Peneliti melakukan dua jenis tes pengukuran saja, yakni melakukan tes kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Untuk lebih jelasnya, data yang sudah diperoleh, dapat dipaparkan sebagai berikut:

#### Hasil Servis Bawah Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah.

Tes servis bawah dilaksanakan dua kali percobaan, setiap percobaan diberikan kesempatan sebanyak 10 kali dan dari dua kali percobaan tersebut diambil jumlah skor pelaksanaan yang paling tertinggi. Nilai tertinggi adalah 91,67 dan nilai yang paling terendah adalah 16,67. Nilai rata-rata adalah 57,64 dan standar deviasinya adalah 24,48. Untuk lebih jelasnya dapat melihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Servis Bawah Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah**

No	Interval Kelas	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif
1	16,67 – 33,12	2	16,67%
2	33,13 – 49,58	2	16,67%
3	49,59 – 66,04	2	16,67%
4	66,05 – 82,50	3	25,00%
5	82,51 – 98,96	3	25,00%
<b>Jumlah</b>		<b>12</b>	<b>100%</b>

#### Hasil Pasing Bawah Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah.

Tes pasing bawah dilaksanakan dua kali percobaan, setiap percobaan diberikan kesempatan sebanyak 10 kali dan dari dua kali percobaan tersebut diambil jumlah skor pelaksanaan yang paling tertinggi. Nilai tertinggi adalah 66,67 dan nilai yang paling terendah adalah 33,33. Nilai rata-rata adalah 49,31 dan standar deviasinya adalah 11,49. Untuk lebih jelasnya dapat melihat pada tabel di bawah ini:

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau  
\* Email: elidasahara5@gmail.com

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Pasing Bawah Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah**

No	Interval Kelas	Frekuensi Kumulatif	Frekuensi Relatif
1	33,33 – 40,64	3	25%
2	40,65 – 47,96	1	8,33%
3	47,97 – 55,28	3	25%
4	55,29 – 62,60	4	33,33%
5	62,61 – 69,92	1	8,33%
<b>Jumlah</b>		<b>12</b>	<b>100%</b>

### Analisis Data

Selanjutnya data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan berupa data kuantitatif yang akan dihitung dengan teknik deskriptif persentase tes kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan teknik deskriptif persentase kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah. Kemampuan servis bawah dari 12 siswi, yang termasuk dalam rentang nilai > 94,36 dengan frekuensi kumulatif 0 dengan norma “Baik Sekali”, rentang nilai 69,88 – 94,36 dengan frekuensi kumulatif 4 dengan norma “Baik”, rentang nilai 45,40 – 69,88 dengan frekuensi kumulatif 4 dengan norma “Sedang”, rentang nilai 20,92 – 45,40 dengan frekuensi kumulatif 3 dengan norma “Kurang”, rentang nilai < 20,92 dengan frekuensi kumulatif 1 dengan norma “Kurang Sekali”.

Kemampuan passing bawah dari 12 siswi, yang termasuk dalam rentang nilai > 66,55 dengan frekuensi kumulatif 1 dengan norma “Baik Sekali”, rentang nilai 55,06 – 66,55 dengan frekuensi kumulatif 4 dengan norma “Baik”, rentang nilai 43,57 – 55,06 dengan frekuensi kumulatif 3 dengan norma “Sedang”, rentang nilai 32,08 – 43,57 dengan frekuensi kumulatif 4 dengan norma “Kurang”, rentang nilai < 32,08 dengan frekuensi kumulatif 0 dengan norma “Kurang Sekali”.

### Pembahasan

Dari hasil analisa data di atas diketahui bahwa kemampuan teknik dasar (*service* bawah dan *passing* bawah) pada siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah bahwa servis bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori “Sedang” dengan nilai rata-rata = 57,64, sedangkan untuk passing bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori “Sedang” dengan nilai rata-rata = 49,31, banyak beberapa faktor yang perlu ditingkatkan, baik dari segi program latihan yang diberikan oleh guru, maupun latihan fisik dan teknik dari pemain itu sendiri, sehingga pada saat siswi melakukan servis bawah dan passing bawah kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah, mereka benar-benar lebih maksimal dalam melakukan teknik tersebut, sehingga prestasi mereka disetiap teknik benar-benar terealisasi dengan baik pula, prestasi sekolahpun akan lebih terangkat oleh aktivitas ekstrakurikuler yang dilakukan selama ini.

Temuan yang diperoleh dalam penelitian ini terdapat hubungan yang cukup erat, sebab kemampuan untuk mengkoordinasikan daerah servis dan posisi arah lengan yang digunakan untuk memukul secara cepat sangat menguntungkan bagi pemain karena dapat mengarahkan bola servis sesuai arah bola yang diinginkan dan bahkan menjadi bentuk serangan awal yang sulit dijangkau lawan dengan menempatkan bola pada daerah lawan yang kosong. Saat melakukan servis atas seorang pemain harus mampu melihat sasaran tujuan dari bola yang akan dipukul. (Iskandar, 2016)

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya, maka diperoleh sebuah kesimpulan, bahwa servis bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori “Sedang” dengan nilai rata-rata = 57,64, sedangkan untuk passing bawah siswi ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri 005 Pagaran Tapah termasuk dalam kategori “Sedang” dengan nilai rata-rata = 49,31.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STKIP Rokania yang telah menerima artikel untuk diterbitkan sehingga dapat berguna bagi peneliti berikutnya. Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arifin, Zainal. 2015. *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayah, F. N., & Alsaudi, A. T. B. D. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli dengan Metode Latihan Berpasangan. *prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II*, 70–75.
- Kurniawan, & Wijaya, M. R. A. (2019). Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding dan Berpasangan terhadap Peningkatan Teknik Passing Bawah Bola Voli pada Ekstrakurikuler SMP Al-Irsyad Cikukulu Kabupaten Sukabumi Tahun 2018/2019. *Jurnal Kependidikan*, 5(2), 160–164.
- Soelistyawati. (2022). *Meningkatkan Keterampilan Servis Bawah Bola Voli melalui Metode Pembelajaran Kooperatif pada Siswa Kelas VII-B UPT SMPN 1 Srengat*. 6(2), 344–350.
- Sugiono. (2012). ( *PREDICT OBSERVE EXPLAIN* ) UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN KONSEP SISWA THE IMPLEMENTATION OF POE ( *PREDICT OBSERVE EXPLAIN* ) MODEL TO IMPROVE STUDENT ' S CONCEPT UNDERSTANDING ON NEWTON ' S LAW. 6(1), 55–57.
- Suparman. (2016). SD Negeri 001 Empat Balai Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 5(September), 52–61.
- Totales, T. A., Tri, L., & Beru, A. (2021). *Pengukuran tingkat kemampuan passing bawah siswa Kelas VII pada permainan bola voli*. 2(1), 17–22.
- UUKeolahragaan. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. *Pemerintah Republik Indonesia*, 1–89.
- Widartini, N. (2013). *Upaya Meningkatkan Efektifitas Belajar Servis Bawah Bola Voli Dengan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas Iv*. 503–508. Diambil dari <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive503>
- Widiastuti, 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta Timur: Bumi Timur Jaya.

<sup>8</sup>Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau

\* Email: elidasahara5@gmail.com

Winarno. 2006. *Tes Keterampilan Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan  
FIP Universitas Negeri Malang.