Sindoro
CENDIKIA PENDIDIKAN
ISSN: 3025-6488

Vol. 18 No 8, Tahun 2026
Palagiarism Check 02/234/67/78

PENGARUH LATIHAN *PASSING* BAWAH BERBANTUAN BOLA MODIFIKASI TERHADAP KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA KELAS 4 SDN SYEKH TUBAGUS ABDULLAH

Nur Ginanjar Utami[1], Budi Hendrawan[2], Yopa Taufik Saleh[3]
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Email: nurginajarutami@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of underhand passing exercises using modified balls on the volleyball underhand passing skills of fourth-grade students at SDN Syekh Tubagus Abdullah. The research was motivated by the students' low underhand passing skills caused by the use of standard volleyballs, which are relatively hard and heavy, resulting in fear and a lack of confidence when executing the technique. This study employed a quantitative approach with a quasi-experimental method and a Non-Equivalent Control Group Design. The sample consisted of 40 students selected using a saturated sampling technique. The research instruments included an underhand passing skill test, observation sheets, interviews, and documentation. Data analysis was carried out through normality tests, homogeneity tests, simple linear regression tests, coefficient of determination, and hypothesis testing using SPSS software.

The results showed that the data were normally distributed with a normality test significance value of 0.348 (> 0.05) and possessed homogeneous variance with a homogeneity test significance value of 0.476 (> 0.05). The simple linear regression test yielded a significance value of 0.000 (< 0.05), while the coefficient of determination (R^2) was 0.437. This indicates that underhand passing practice using modified balls contributed 43.7% to volleyball underhand passing skills, while the remaining 56.3% was influenced by other factors. The hypothesis test results also showed a significance value of 0.000 (< 0.05) with a Pearson Correlation value of 0.768, which falls into the high category. Furthermore, the posttest results demonstrated an improvement compared to the pretest. Thus, it can be concluded that underhand passing exercises using modified balls have a positive effect on volleyball underhand passing skills among fourth-grade students at SDN Syekh Tubagus Abdullah.

Keywords: modified ball, underhand passing, volleyball, physical education, elementary school.

Article History
Received: Juli 2026
Reviewed: Juli 2026
Published: Juli 2026

Plagirism Checker No 2635

Copyright : Author
Publish by : Sindoro

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu bagian penting dalam proses pendidikan di sekolah dasar yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan motorik, kebugaran jasmani, sikap sportif, serta keterampilan sosial peserta didik. Salah satu materi pembelajaran PJOK yang diajarkan di sekolah dasar adalah permainan bola voli. Dalam

permainan bola voli, penguasaan teknik dasar sangat diperlukan agar siswa mampu mengikuti permainan dengan baik, salah satunya yaitu teknik passing bawah.

Passing bawah merupakan teknik dasar yang berfungsi untuk menerima dan mengontrol bola sebelum diarahkan kepada teman satu tim. Namun, berdasarkan hasil observasi awal pada siswa kelas IV SDN Syekh Tubagus Abdullah, masih ditemukan beberapa kendala dalam keterampilan passing bawah. Sebagian siswa mengalami kesulitan dalam melakukan sikap tubuh, posisi tangan, perkenaan bola, serta mengontrol arah pantulan bola. Selain itu, penggunaan bola voli standar yang relatif keras dan berat menyebabkan sebagian siswa merasa takut dan kurang percaya diri ketika melakukan latihan.

Salah satu alternatif solusi yang dapat diterapkan adalah penggunaan bola modifikasi dalam latihan passing bawah. Bola modifikasi memiliki ukuran, berat, dan bahan yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar sehingga lebih aman, nyaman, dan mudah dikontrol. Penggunaan bola modifikasi diharapkan dapat meningkatkan keberanian, motivasi, serta kemampuan siswa dalam melakukan teknik passing bawah.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh latihan passing bawah berbantuan bola modifikasi terhadap keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas IV SDN Syekh Tubagus Abdullah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi experiment). Desain penelitian yang digunakan adalah **Non-Equivalent Control Group Design** dengan pemberian tes awal (pretest), perlakuan berupa latihan passing bawah menggunakan bola modifikasi, dan tes akhir (posttest).

Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SDN Syekh Tubagus Abdullah yang berjumlah 40 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan **sampling jenuh**, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan passing bawah bola voli, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen tes keterampilan passing bawah meliputi beberapa aspek yaitu sikap awal, perkenaan bola, pelaksanaan gerakan, serta akurasi dan arah bola.

Data penelitian dianalisis menggunakan uji statistik yang meliputi uji normalitas, uji homogenitas, uji regresi linear sederhana, koefisien determinasi, dan uji hipotesis dengan bantuan aplikasi SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan passing bawah bola voli setelah diberikan latihan menggunakan bola modifikasi. Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa data penelitian berdistribusi normal dengan nilai signifikansi uji normalitas sebesar 0,348 (>0,05) dan memiliki varians yang homogen dengan nilai signifikansi sebesar 0,476 (>0,05).

Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0,05) yang berarti terdapat pengaruh latihan passing bawah berbantuan bola modifikasi terhadap keterampilan passing bawah bola voli siswa. Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,437, menunjukkan bahwa latihan menggunakan bola modifikasi memberikan kontribusi

sebesar 43,7% terhadap peningkatan keterampilan passing bawah, sedangkan 56,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Selain itu, hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0,05) dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,768 yang termasuk kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa latihan passing bawah menggunakan bola modifikasi memiliki hubungan yang kuat terhadap peningkatan keterampilan passing bawah bola voli siswa.

Peningkatan keterampilan terjadi karena penggunaan bola modifikasi mampu mengurangi rasa takut siswa terhadap bola, meningkatkan rasa percaya diri, serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan secara lebih aktif dan berulang. Bola yang lebih ringan dan nyaman membantu siswa memahami teknik dasar passing bawah dengan lebih mudah sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

SIMPULAN

hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* bawah berbantuan bola modifikasi berpengaruh terhadap keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas IV SDN Syekh Tubagus Abdullah. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan nilai keterampilan *passing* bawah pada kelas eksperimen setelah diberikan perlakuan, serta hasil uji hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol.
Penggunaan bola modifikasi dalam latihan memberikan kemudahan bagi siswa dalam mempelajari teknik *passing* bawah karena bola lebih ringan, aman, dan mudah dikendalikan. Kondisi tersebut membuat siswa lebih percaya diri, lebih aktif selama proses pembelajaran, serta mampu meningkatkan ketepatan teknik, koordinasi gerakan, dan kontrol bola saat melakukan *passing* bawah.
Dengan demikian, latihan *passing* bawah berbantuan bola modifikasi dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa sekolah dasar, khususnya siswa kelas IV SDN Syekh Tubagus Abdullah.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Bompa, T. O. (2015). *Theory and Methodology of Training*. Champaign: Human Kinetics.

Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Depdiknas. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Depdiknas.

Firmansyah, H. (2015). Pengaruh latihan *passing* bawah terhadap keterampilan bola voli siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(2), 45–52.

Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2011). *Understanding Motor Development*. New York: McGraw-Hill.

Hidayat, A., & Suryana, D. (2022). Pengaruh latihan teknik dasar bola voli terhadap hasil belajar PJOK siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 23–31.

Komariah, S. (2020). Penggunaan alat modifikasi dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. *Jurnal*

Pendidikan Dasar, 5(1), 66–74.

Lutan, R. (2014). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Perkembangan Anak*. Jakarta: Depdikbud.

Mahendra, A. (2017). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Bandung: FPOK UPI.

Mulyasa, E. (2013). *Pengembangan dan Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Mutohir, T. C. (2011). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang Efektif*. Su Unesa University Press.

PBVSI. (2017). *Peraturan Resmi Permainan Bola Voli*. Jakarta: PBVSI.

Putra, R. A. (2019). Pengaruh media pembelajaran bola modifikasi terhadap keterampilan *passing* bawah. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 88–96.

Putri, N., Handayani, S., & Kurniawan, R. (2023). Media modifikasi dalam pembelajaran PJOK sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 12(1), 15–24.

Rohman, M. (2021). Pengaruh penggunaan bola modifikasi terhadap keterampilan *passing* bawah siswa SD. *Jurnal Olahraga Pendidikan*, 8(1), 40–48. Rusman. (2016). *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Samsudin. (2015). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Setyosari, P. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sukmadinata, N. S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Suryabrata, S. (2014). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: RajaGrafindo Persada. Susanto, A. (2018). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Trianto. (2015). *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara.

Winarno, M. E. (2011). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: UM Press.

Yudanto. (2018). Pengaruh alat modifikasi terhadap keterampilan teknik dasar bola voli siswa SD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 101–109.

Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

Zainal, A. (2014). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.