

## PENGARUH METODE LATIHAN *FUN GAMES* TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING* ATAS BOLAVOLI

Raffles Amerliko<sup>1</sup>, Muhamad Sazeli Rifki<sup>2</sup>

Program Studi Ilmu Keolahragaan, Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu

Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[raflesamerliko1308@gmail.com](mailto:raflesamerliko1308@gmail.com), [msr\\_rifki@fik.unp.ac.id](mailto:msr_rifki@fik.unp.ac.id)

### Abstrak

Penulisan artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan pentingnya penerapan metode latihan *fun games* dalam menjawab permasalahan *passing* atas bolavoli. Masalah yang dibahas pada artikel ini adalah kurang tepatnya *passing* atas yang sering dilakukan oleh pemain bola voli, metode latihan *passing* atas yang kaku dan kurang menarik, serta kurangnya kreativitas dan sensitivitas guru, pelatih, dan instruktur memahami kebutuhan peserta dalam menerima pemahaman, pembelajaran, dan pelatihan *passing* atas. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti melakukan penelitian dari artikel penelitian yang relevan sebanyak 15 artikel dari 15 tahun terakhir dengan rentang waktu tahun 2005 sampai tahun 2020 dengan sumber pencarian referensi yang sama, yaitu *Google Scholar* untuk mengetahui pengaruh dari latihan *fun games* terhadap peningkatan kemampuan dan keterampilan *passing* atas bolavoli. Bentuk penelitian ini adalah penelitian meta-analisa dengan metodologi kualitatif dengan pendekatan artikel review. Berdasarkan hasil analisis artikel review, maka dapat disimpulkan bahwa dengan membentuk latihan *fun games* mampu menjawab permasalahan *passing* atas bolavoli dan meningkatkan kemampuan serta keterampilan pemain bolavoli dalam melakukan *passing* atas.

**Kata Kunci:** Latihan *Fun Games*, *Passing* Atas, Bolavoli

### Abstract

The purpose of writing this article aims was to describe the importance of implementing fun games training in answering the problem of overhead pass in volleyball. The problems of this article were the inaccuracy of overhead pass which is often carried out by volleyball players, the method of overhead pass training which is stiff and less attractive, and the lack of creativity and sensitivity of teachers, coaches and instructors to understand the needs of participants in receiving understanding, learning and passing training on. Based on these problems, the researcher conducted research from 15 relevant research articles in the last 15 years from 2005 to 2020 with the same research source, namely Google Scholar. This was aimed to determine the effect of fun games training on improving passing skills and abilities of volleyball. The form of this research was using meta-analysis research with a qualitative methodology on review article approach. Based on the results of the review article analysis, it can be concluded that forming fun games exercises can answer the problem of overhead pass in the volleyball and improve the skills and abilities of volleyball players doing overhead pass.

**Keywords:** Fun Games Exercise, Overhead Pass, Volleyball