

**PENGARUH MODEL LATIHAN *PASSING* TERHADAP KEMAMPUAN
PASSING DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA CLUB
PRODUSER KAB. PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
pendidikan (S.Pd.) pada Departemen Pendidikan Olahraga*



Oleh

**WIDITIA ANGGIFA
22086423**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGRI PADANG
2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

UJIAN SKRIPSI

Judul : Pengaruh Model Latihan *Passing* Terhadap Kemampuan
Passing Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Produser
Kab. Pasaman Barat

Nama : Widitya Anggifa

Nim : 22086423

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2026

Mengetahui,
Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd
NIP.198909012018031001

Disetujui,
Pembimbing



Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd
NIP. 196111191986021001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen Pendidikan Olahraga

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Judul : **Pengaruh Model Latihan *Passing* Terhadap Kemampuan *Passing*
Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Produser
Kab. Pasaman Barat**

Nama : Widitya Anggifa

NIM : 22086423

Padang, Mei 2026

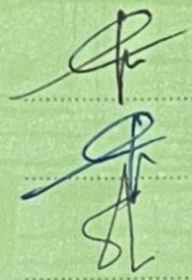
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd

2. Anggota : Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd.

3 Anggota : Dr. Sepriadi, S. SI., M.Pd.



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Dalam Permainan Bola Voli Pada Club Produser Kab. Pasaman Barat adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara penulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Mei 2026
Yang membuat pernyataan,



Widitia Anggifa
NIM.22086423

ABSTRAK

Widitia Anggifa (2026) : Pengaruh Model Latihan *Passing* terhadap Kemampuan *Passing* dalam Permainan Bola Voli pada Club Produser Kab. Pasaman Barat

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan penguasaan teknik dasar pada *passing* atas dan *passing* bawah atlet bola voli, yang terlihat dari penurunan performa saat bertanding, kurangnya pemahaman lanjutan tentang teknik *passing* atas dan *passing* bawah yang benar, dan kurangnya memahami kerja sama antar atlet yang berakibat pada kekompakan serta saling menyalahkan saat pertandingan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model latihan *passing* terhadap peningkatan kemampuan *passing* atas dan *passing* bawah para atlet bola voli Club Produser Kabupaten Pasaman Barat.

Desain yang diterapkan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Melalui teknik sensus (total sampling), seluruh anggota populasi yang terdiri dari 18 atlet ditetapkan sebagai sampel. Kemampuan *passing* atlet diukur menggunakan instrumen tes *passing* atas dan *passing* bawah. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan *paired sample t-test* setelah lolos uji asumsi normalitas dan homogenitas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh yang signifikan model latihan *passing* terhadap kemampuan *passing* atas atlet, yang dibuktikan dengan kenaikan nilai *mean* dari 30,61 menjadi 33,94 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. (2) Terdapat pengaruh yang signifikan antara model latihan *passing* terhadap kemampuan *passing* bawah atlet, yang ditunjukkan dengan peningkatan nilai *mean* dari 25,94 menjadi 33,00 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Peningkatan pada *passing* bawah tercapai lebih masif dengan tingkat keberhasilan 100% atlet berada pada kategori sangat baik antara *pretest* dan *posttest*. Simpulan dari penelitian ini adalah model latihan *passing* bervariasi (individu, berpasangan, dan segitiga) secara efektif mampu meningkatkan koordinasi gerak, akurasi, dan konsistensi teknik dasar bola voli secara signifikan pada atlet Club Produser Kabupaten Pasaman Barat.

Kata Kunci: *Model Latihan, Passing Atas, Passing Bawah, Bolavoli*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Alhamdulillah rabbil'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas berkat rahmat, taufik dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Model Latihan *Passing* terhadap Kemampuan *Passing* dalam Permainan Bola Voli pada Club Produser Kab. Pasaman Barat”. Selanjutnya ucapan terimakasih peneliti samaikan kepada:

1. Ir. Krismadinata Ph.D, Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan melalui penyediaan sarana dan prasarana dalam perkuliahan.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
3. Ibu Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd., selaku Pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan motivasi, bimbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan saran dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk kesempurnaan penelitian ini.
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, M.Pd., selaku penguji/ kontributor I dan Kepala Departemen Pendidikan Olahraga sekaligus PA yang telah meluangkan waktu, memberikan motivasi, imbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan saran untuk kesempurnaan penelitian ini serta memberikan kemudahan dan pelayanan selama perkuliahan.

5. Bapak Dr. Sepriadi, S. SI., M.Pd., selaku penguji/ kontributor II yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan motivasi, imbingan, arahan, ilmu, gagasan, dan saran untuk kesempurnaan penelitian ini.
6. Seluruh staf pengajar di fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah membagikan ilmunya kepada penulis selama proses perkuliahan.
7. Super hero dan panutan, Ayahanda tercinta yang bernama Sulpan, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang belum sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan dan semangat serta mengajarkan kebaikan dalam hidup penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai mempunyai gelar sarjana. Sehat selalu dan panjang umur karena ayah harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
8. Pintu surgaku, Ibunda tercinta Sampeida yang selalu menjadi penyemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak berhenti-hentinya memberikan kasih sayang dan dukungan dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi yang luar biasa. Terimakasih untuk doa-doa yang diberikan untuk penulis, terimakasih selalu berjuang untuk penulis, berkat doa serta dukungannya sehingga penulis bisa berada dititik ini. Sehat selalu dan panjang umur karena ibu harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
9. Kepada saudara Kandungku Nasuha ulfa dan Najwa afifa, terimakasih banyak atas dukungannya secara moral maupun material, terimakasih juga atas segala

motivasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana, dan terimakasih juga untuk abang Heru sanjaya untuk kasih sayang untuk adik-adik iparnya.

10. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Amar Maulana terimakasih banyak telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga, materi maupun waktu kepada penulis. Sudah selalu mendukung, menghibur, mendengar keluhan, menyaksikan setiap tangisan, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Dan beribu-ribu ucapan terimakasih untuk Amar Maulana dari penulis.
11. Kepada sahabat seperjuangan penulis Syara de femi, Siti Nurajizah, Siti Aisyah, Silvia Rosa, dan Susilo Dwi Koncoro yang selalu memberikan semangat, dukungan tiada henti dan bantuan dalam segala hal dalam perkuliahan.
12. Kepada sahabat sekaligus sahabat kandung penulis, Nurhalisya Fitri dan Novi Annisa anggap sebagai saudara sendiri terimakasih telah ada selalau untuk penulis, baik senang maupun duka dan terimakasih telah memberikan semangat untuk penulis.
13. Terima kasih atas segala keteguhan dan kesabaran yang tetap terjaga dalam melewati setiap proses panjang serta tantangan yang menyertai penyusunan skripsi ini hingga selesai. Apresiasi terdalam juga penulis haturkan atas perjalanan luar biasa yang telah ditempuh, di mana setiap kesulitan yang

dihadapi menjadi ruang untuk bertumbuh dan belajar untuk tetap berkomitmen menyelesaikan tanggung jawab akademik ini hingga akhir.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat nyata bagi pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam bidang olahraga bola voli, serta bagi para pembaca pada umumnya.

Padang, Mei 2026

Widitia Anggifa

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori	10
1. Permainan Bola Voli.....	10
2. Teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli.....	18
3. Teknik <i>Passing</i> Bawah	20
4. Teknik <i>Passing</i> Atas	26
5. Prinsip-prinsip (Pedoman Dasar) Latihan dalam Meningkatkan Keterampilan <i>Passing</i>	27
6. Contoh Model Latihan <i>Passing</i>	28
B. Penelitian Relevan	40
C. Kerangka Berpikir	42
D. Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	44
A. Metode Penelitian	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
D. Definisi Operasional.....	47
E. Instrumen Pengumpulan Data	48
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	49
G. Teknik Pengumpulan Data	52

H. Prosedur Perlakuan (<i>Treatment</i>)	54
I. Teknik Analisis Data.....	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil Uji Instrumen	58
B. Hasil Penelitian.....	59
C. Pembahasan	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bola Voli	12
Gambar 2. Lapangan Permainan Bola Voli	13
Gambar 3. Sikap Perkenaan Bola Pada Tangan	21
Gambar 4. Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah.....	23
Gambar 5. Gerakan Persiapan <i>Pasing</i> Bawah.....	23
Gambar 6. Gerakan Pelaksanaan <i>Passing</i> Bawah	24
Gambar 7. Gerakan Persiapan <i>Passing</i> Bawah	25
Gambar 8. Sikap Saat Menerima Bola <i>Passing</i>	27
Gambar 9. Gerakan <i>Passing</i> Atas.....	27
Gambar 10. Latihan <i>Passing</i> Bawah dengan Dinding.	30
Gambar 11. Latihan <i>Passing</i> Bawah Berpasangan	31
Gambar 12. Latihan <i>Passing</i> Atas Segitiga	33
Gambar 13. Latihan <i>Passing</i> Atas ke Dinding	35
Gambar 14. Latihan <i>Passing</i> Atas Berpasangan	36
Gambar 15. Sikap Badan Saat Penerimaan Bola	36
Gambar 16. Latihan <i>Passing</i> Atas Segitiga	38
Gambar 17. <i>Passing</i> Bawah dan <i>Passing</i> Atas dan Berpindah Tempat	39
Gambar 18. Kerangka Berpikir	42
Gambar 19. Bentuk Lapangan.....	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Nama-nama Anggota Populasi.....	46
Tabel 2. Rentang Interval <i>Repeted Vollyball Test</i>	50
Tabel 3. Data <i>Pretest</i> dan <i>Passing</i> Atas secara Umum.....	59
Tabel 4. Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah secara Umum.....	61
Tabel 5. Hasil Uji Normalitas <i>Passing</i> Atas.....	63
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas <i>Passing</i> Bawah.....	64
Tabel 7. Hasil Uji Homogenitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas.....	64
Tabel 8. Hasil Uji Homogenitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	65
Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis <i>Passing</i> Atas.....	67
Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis <i>Passing</i> Bawah.....	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	79
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian.....	80
Lampiran 3. Surat Keterangan Validasi Alat Tes.....	81
Lampiran 4. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas.....	82
Lampiran 5. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas secara Umum.....	83
Lampiran 6. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	84
Lampiran 7. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah secara Umum.....	85
Lampiran 8. Hasil Statistika Penelitian <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> <i>Passing</i> Atas.....	86
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas.....	87
Lampiran 10. Hasil Uji Homogenitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas.....	88
Lampiran 11. Hasil Uji-t <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Atas.....	89
Lampiran 12. Hasil Statistika Penelitian <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> <i>Passing</i> Bawah.....	90
Lampiran 13. Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	91
Lampiran 14. Hasil Uji Homogenitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	92
Lampiran 15. Hasil Uji-t <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	93
Lampiran 16. Foto Dokumentasi.....	94

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang mampu menjadi media dalam memfasilitasi kebutuhan seseorang dalam menyalurkan energi (Aini, Asmawi & Pelana, 2020), karena olahraga merupakan kegiatan jasmani yang bertujuan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh (Yudi & Anggara, 2021) serta dalam usaha meningkatkan kondisi fisik seluruh komponen harus dikembangkan secara tepat (Arsyad, Yaslindo, Arsil & Putra, 2022).

Indonesia memiliki olahraga yang beragam baik dalam individu dan tim, salah satu olahraga yang tim yang populer adalah olahraga bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang sangat populer, baik di tingkat daerah, nasional, maupun internasional. Popularitas ini diperkuat dengan banyaknya penyelenggaraan turnamen, mulai dari kejuaraan daerah hingga kompetisi tingkat nasional (seperti Liga Profesional atau Proliga). Seiring perkembangan zaman, permainan bola voli telah mengalami transformasi signifikan, dari bentuk yang sederhana menjadi olahraga modern seperti saat ini. Kemampuan seorang atlet dalam bermain bola voli secara optimal sangat ditentukan oleh penguasaan dan penerapan teknik dasar permainan yang sempurna, sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku.

Bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim, di mana setiap tim terdiri dari enam pemain. Menurut Safkaur (2024) permainan bola voli merupakan permainan yang terdiri atas dua regu yang beranggotakan enam pemain. Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) mengemukakan bahwa permainan bola voli menjadi suatu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu yang berlawanan. Setiap regu terdiri dari enam pemain dengan tujuan mengumpulkan poin sebanyak-banyaknya dengan cara menjatuhkan bola di daerah lawan (PBVSI, 2010). Meskipun sebagian besar permainan mengandalkan penggunaan tangan, seluruh anggota tubuh, kecuali kaki bagian bawah saat melakukan *service* awal, dapat digunakan untuk memukul bola.

Selain aspek teknis, permainan bola voli sangat menekankan pada kerja sama tim (*teamwork*) yang solid, menjadikan olahraga ini dinilai menarik dan semakin digemari oleh masyarakat luas. Daya tarik ini muncul karena meskipun terlihat sederhana dalam struktur permainan, kompleksitas strategi dan koordinasi tim sangat diperlukan. Dalam permainan bola voli secara umum memerlukan kelincahan, karena permainan bola voli merupakan salah satu olahraga yang memiliki tempo permainan yang cukup cepat dan dinamis (Asnaldi, 2020).

Pelaksanaan permainan bola voli yang efektif dan sistematis sangat bergantung pada penguasaan unsur-unsur dasar permainan. Hal ini sejalan dengan pendapat Pamungkas, Rahmat, & Irfandi (2021) yang menyatakan bahwa penguasaan teknik dasar dapat meningkatkan mutu permainan dan menjadi faktor penentu keberhasilan kerja sama tim dalam mencapai

kemenangan. Unsur gerakan dasar tersebut akan bertransformasi menjadi pola gerak yang lebih kompleks, di mana kompleksitas gerakan dikembangkan secara variatif selaras dengan target pencapaian prestasi yang optimal. Oleh karena itu, kemampuan teknis yang mumpuni melalui penguasaan teknik dasar merupakan prasyarat utama untuk dapat bermain bola voli secara berkualitas.

Kemudian diperkuat dengan pernyataan Kok, Kal, van Doodewaard, Savalsbegh & van der Kamp dalam permainan bola voli, kondisi yang dapat memberikan pengaruh besar dalam permainan adalah daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, kelenturan, kelincahan, serta daya tahan (Astuti, Erianti, Lawanis, Orhan, Ikhlas & Govindasamy, 2025) dan semua aspek tersebut diperlukan dalam menyempurnakan teknik dasar permainan bola voli.

Menurut Vladimir (2023) teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan *block/* bendungan. *Passing* bawah merupakan teknik yang sangat mendasar dan berfungsi sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan dari tim satu kepada tim lawan. Teknik dasar akan berkembang dari gerakan dasar menuju gerakan yang lebih kompleks. Untuk menguasai teknik bermain bola voli yang baik dan benar, para pemain sebaiknya berlatih secara rutin dengan penuh konsentrasi dan kedisiplinan. Oleh sebab itu, penguasaan teknik dasar diharapkan mendapat perhatian serius dari pembina, dan pelatih bola voli.

Seorang pemain bola voli harus menguasai teknik dasar bola voli seperti *passing*, *service*, *smash*, dan *block*. Dengan menguasai teknik dasar tersebut, maka seseorang dapat bermain bola voli dengan baik. Untuk menguasai teknik

dasar permainan bola voli, harus memperhatikan pola latihan yang teratur, karena dengan berlatih yang teratur, memiliki kemampuan yang baik, serta didukung oleh kondisi fisik yang baik setiap individu, maka seseorang lebih mudah mencapai prestasi yang maksimal.

Teknik dasar *passing* merupakan salah satu dasar yang sangat penting dalam bermain bola voli. Agar dapat menghasilkan program latihan *passing* bawah dan *passing* atas yang baik, pelatih perlu memberikan program latihan yang lebih aman, efektif, dan efisien, sehingga atlet bisa lebih cepat menguasai teknik yang diterapkan. Penerapan metode latihan yang bervariasi terbukti dapat meningkatkan koordinasi gerakan dan ketepatan arah bola, yang krusial untuk keterampilan *passing* yang baik. Club Produser merupakan salah satu klub populer yang ada di Kecamatan Lembah Melintang, berdiri pada tahun 1980, dan pernah berprestasi dengan mendapatkan juara dua pada kompetensi lokal tingkat Kecamatan/ Kabupaten di tahun 2015 dan mencapai puncak performa dengan meraih juara satu pada tahun 2018 di bidang olahraga voli.

Club Produser ini banyak melahirkan atlet-atlet yang berprestasi baik di dalam Kecamatan maupun di Kabupaten dan Provinsi. Namun, sangat disayangkan prestasi atlet Club Produser saat ini mengalami penurunan performa saat bertanding, ataupun kurangnya pemahaman mereka tentang lanjutan teknik *passing* atas dan *passing* bawah yang benar serta kurangnya memahami kerja sama antar atlet yang mengakibatkan tim menjadi tidak kompak dan saling menyalahkan saat pertandingan.

Mempertahankan prestasi sebuah klub bolavoli memang membutuhkan pengorbanan, baik materi, kerja keras, komitmen, dan pengurus klub yang ingin memajukan suatu organisasi. Banyak suka-duka yang sudah dijalani selama klub ini berdiri, namun pelatih tetap berjuang untuk memajukan perkembangan Club Produser di kancah turnamen bolavoli.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di Club Produser yang berlokasi di jalan Produser, Air Bayang, Kecamatan Lembah Melintang, Kabupaten Pasaman Barat, Provinsi Sumatera Barat, peneliti melihat langsung proses latihan rutin yang dilaksanakan oleh para pemain bolavoli di klub tersebut. Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran awal mengenai pelaksanaan latihan yang berfokus pada teknik dasar, khususnya latihan *passing* bawah dan *passing* atas.

Peneliti juga mengamati bagaimana model latihan *passing* diterapkan dalam kegiatan latihan harian yang berlangsung di lapangan bolavoli Club Produser. Dalam observasi tersebut, peneliti memperhatikan pola latihan yang diberikan pelatih, tingkat penguasaan teknik para pemain, serta beberapa kendala yang muncul selama latihan berlangsung. Topik observasi dipusatkan pada teknik *passing*, karena *passing* merupakan salah satu unsur fundamental dalam permainan bolavoli serta menjadi teknik dasar yang sangat menentukan kelancaran pola permainan tim.

Berdasarkan kondisi di lapangan, pemain Club Produser masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik *passing* secara optimal. Pemain juga masih belum mampu mengarahkan bola dengan tepat kepada *tosser/ setter*

untuk kemudian diumpankan kepada *smasher*. Hal ini terlihat dari hasil tes *passing* bawah dan *passing* atas yang dilakukan pada saat jadwal latihan, yang menunjukkan bahwa teknik dasar *passing* pemain masih berada pada kategori sangat kurang.

Berbagai program latihan yang telah diberikan oleh pelatih ternyata belum mampu meningkatkan kemampuan *passing* pemain secara maksimal. Hal ini mengindikasikan perlunya pendekatan metodologis baru. Teori belajar motorik menekankan bahwa “latihan yang sistematis dan bervariasi, diharapkan siswa dapat memperbaiki (keterampilan gerak)”. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mencoba memberikan model latihan yang lebih bervariasi, yaitu latihan *passing* bawah dan *passing* atas secara individu, berpasangan, dan variasi segitiga. Variasi latihan ini diyakini dapat membantu meningkatkan kontrol bola, ketepatan arah operan, serta koordinasi gerak pemain selama proses latihan.

Dengan dasar tersebut, maka dugaan sementara dalam penelitian ini adalah bahwa pemberian model latihan *passing* yang bervariasi (yaitu latihan *passing* atas *passing* bawah secara individu, berpasangan, dan variasi segitiga) dapat meningkatkan kemampuan *passing* atlet Club Produser dalam permainan bola voli.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yaitu:

1. Rendahnya akurasi arah bola hasil *passing* yang sering tidak tepat sasaran ke area target yang ditentukan.
2. Adanya kesalahan mekanik gerak dasar, seperti posisi kuda-kuda dan kontak bola yang tidak konsisten, menyebabkan bola tidak terkontrol.
3. Lemahnya koordinasi antara gerakan mata, tangan, dan kaki (*footwork*) saat mengejar dan menerima bola yang bergerak dinamis.
4. Kurangnya simulasi situasi pertandingan dalam sesi latihan *passing*, membuat atlet kesulitan beradaptasi dengan tekanan saat *receive* servis atau serangan lawan.
5. Belum optimalnya penerapan prinsip latihan seperti progresifitas beban latihan dan umpan balik (*feedback*) yang konstruktif.
6. Kurangnya fokus dan konsentrasi atlet saat menerima bola dalam situasi kritis pertandingan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang diuraikan maka untuk menghindari kesalah pahaman dan penafsiran serta mempertegas sasaran yang akan di teliti. Maka yang menjadi sasaran peneliti adalah Model latihan *Passing* atas dan *Passing* bawah pada Club Produser Kab. Pasaman Barat, Kec Lembah Melintang.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang dikemukakan diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh model latihan *passing* (individu, berpasangan, dan variasi segitiga) terhadap kemampuan *passing* atas pemain bola voli di Club Produser?
2. Apakah terdapat pengaruh model latihan *passing* (individu, berpasangan, dan variasi segitiga) terhadap kemampuan *passing* bawah bola voli di Club Produser?
3. Seberapa besar pengaruh model latihan *passing* yang bervariasi tersebut terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah dan *passing* atas pemain bola voli di Club Produser?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan diatas, penelitian ini mempunyai tujuan:

1. Mengetahui pengaruh model latihan *passing* yang bervariasi individu, berpasangan, dan variasi segitiga terhadap kemampuan *passing* atas atlet bola voli di Club Produser.
2. Mengetahui pengaruh model latihan *passing* yang bervariasi individu, berpasangan, dan variasi segitiga terhadap kemampuan *passing* bawah atlet bola voli di Club Produser.
3. Menganalisis seberapa besar peningkatan kemampuan *passing* atas dan *passing* bawah setelah diterapkan model latihan *passing* yang bervariasi pada atlet bola voli di Club Produser.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, adapun manfaat penelitian ini:

1. Bagi Universitas, sebagai referensi tambahan diperpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat bagi penulis guna memperoleh gelar sarjana pendidikan di FIK UNP dan pengembangan ilmu, wawasan serta pengalaman dalam penelitian khususnya pada Club Bola Voli Produser.
3. Bagi atlet Club Bola Voli Produser, sebagai tambahan bagi pengurus dan pelatih dalam Club, serta dapat dijadikan sebagai motivasi dan menjadi lebih giat dalam mengukir prestasi yang optimal.
4. Peneliti selanjutnya, sebagai acuan melakukan penelitian yang baru.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka penelitian tentang pengaruh model latihan *passing* terhadap kemampuan *passing* dalam permainan bola voli pada Club Produser dapat disimpulkan sebagai berikut:

Jadi dapat disimpulkan bahwa tujuan penelitian dalam penelitian ini tercapai, yaitu:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari model latihan terhadap kemampuan *passing* atas atlet Club Produser Kab. Pasaman Barat.
2. Terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari model latihan terhadap kemampuan *passing* bawah.
3. Model latihan yang diterapkan terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar bola voli, di mana peningkatan pada *passing* bawah tercatat lebih optimal dan merata dibandingkan *passing* atas.

B. Saran

1. Bagi pelatih, diharapkan pelatih Club Produser Kab. Pasaman Barat dapat mengadopsi dan menerapkan model latihan ini sebagai bagian dari program latihan rutin, mengingat efektivitasnya yang sangat tinggi dalam menyamaratakan kemampuan teknik atlet.
2. Bagi atlet, diharapkan menjaga konsistensi dan kedisiplinan dalam menjalankan setiap model latihan yang diberikan agar kemampuan yang

telah mencapai kategori "sangat baik" ini dapat terus dipertahankan dan ditingkatkan ke level kompetisi yang lebih tinggi.

3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambah variabel lain, seperti pengaruh model latihan terhadap aspek kondisi fisik (koordinasi mata-tangan atau kelincahan). Dan peneliti berikutnya dapat menggunakan sampel yang lebih luas atau membandingkan dua klub yang berbeda (menggunakan kelompok kontrol) untuk mendapatkan hasil generalisasi yang lebih kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adolph, R. (2016). *Passing Atas Bola Voli Dan Metode Pembelajaran Resiprokal*. 1–23.
- Afdi, R. B., Zulman, Z., & Asmi, A. (2019). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dan Passing Atas Pemain Bolavoli. *Sport Science*, 19(1), 33-40.
- Aini, K., Asmawi, M., & Pelana, R. (2020). Games based model of volleyball passing exercise for junior high school student. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(1), 17-22.
- Alda, F. (2025). Pengaruh Latihan Passing Bawah Ke Dinding Dan Berpasangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Angkatan 2024.
- Argantara, A., Iqbal, M., & Chan, A. A. S. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Dinding Dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Permainan Bolavoli. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III* (pp. 112-118).
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil. (2015). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Wineka Media.
- Asnaldi, A. 2020. Meningkatkan keterampilan passing atas bola voli melalui media pembelajaran menggunakan alat bantu Improve volleyball passing skills through learning media using assistive devices. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 2(1), 23-35.
- Astuti, Y., Erianti, E., Lawanis, H., Orhan, B. E., Ikhlas, A., & Govindasamy, K. (2025). Implementing technical training models to enhance basic volleyball skills in students. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (63), 1075-1083.
- Arsyad, M. F., Yaslindo, Y., Arsil, A., & Putra, A. N. (2022). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola Muspan Football Club Kota Padang. *Jurnal JPDO*, 5(9), 92-98.

- Bumburo, B., Ita, S., Wanena, T., Wandik, Y., & Putra, M. F. P. (2023). Permainan bola voli: sebuah tinjauan konseptual. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 38-44.
- Bolavoli, D. A. N., PBVSI, P., & Kalimantan, P. (2020). *Garuda*1670718. 2(1), 1–7.
- Code, L. (n.d.). *Master 's Thesis of Global Sport Management Social media and The International Volleyball Federation: The motivation drivers of the fan 's engagement on*.
- Fanani, Z. (2020). Peningkatan kemampuan teknik dasar passing permainan bola voli melalui metode drill. *Education Journal: Journal Educational Research and Development*, 4(2), 111-126.
- Febrian, A., Astuti, Y., Sepriadi, S., & Igoresky, A. (2026). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kelentukan dengan Kemampuan Smash Bolavoli pada Atlet Balimbing Putra Club Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal JPDO*, 9(3), 1095-1104.
- Ginanjari, A., Kharisma, Y., Ramadhan, R., Effendy, F., & Indramayu, S. N. U. (2021). *Mengetahui, Mengenal, Mempraktikkan, dan Merancang Sport Education Menggunakan Cabang Olahraga Bola Voli*. Deepublish.
- Imran, A. (2019). Peningkatan Ketrampilan Passing Bawah Bolavoli Dengan Menggunakan Metode Bermain Bola Pantul Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Di SMA Negeri 1 Praya Barat Daya. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(4). <https://doi.org/10.58258/jupe.v4i4.997>
- Irawan, R. (2022). Hubungan Kekuatan Otot-Lengan, Koordinasi Mata-Tangan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Passing Atas Pada Tim Bola Voli Putri Sma Muhammadiyah 1 Bandar Lampung.
- Jumadi, F., Laksana, A. A. N. P., & Prananta, I. G. N. A. C. (2021). Efektivitas pembelajaran PJOK pada teknik dasar passing bawah permainan bolavoli melalui media daring pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal pendidikan kesehatan rekreasi*, 7(2), 423-440.
- Juniaturrahman, M. F. (2016). Pengaruh Latihan Wall Volley Terhadap Keakurasian Passing Bawah Pada Olahraga Bola Voli (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler SMA PGRI Sumenep). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 8-15.

- Khalim, M. A., & Kafrawi, F. R. (2024). Pengaruh Latihan Pasing Bawah Berpasangan Dan Pasing Bawah Individu Terhadap Kemampuan Wall Volley Pass Pemain Putra Bolavoli Remaja Jember. *JURNAL ANGGARA: Jurnal Pendidikan Olahraga, Kesehatan, Rekreasi dan Terapannya*, 1(2), 100-109.
- Kuncoro, S., 2018. Soal UAS atau PAS Gasal Penddikan Jasmani dan Kesehatan K13. MASTSAN SAGA (<https://www.matsansaga.com/2018/11/soal-uas-atau-pas-gasal-penjasorkes.html>)
- Martono, H., Rahayu, T., & Fakhruddin, F. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran dan Jenis Kelamin terhadap Hasil Belajar Passing Bola Voli. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 44-49.
- Muslimin, M. P., Asmawi, M., Samsudin, M. P., & Destriana, M. P. (2021). *Model Latihan Keterampilan Bola Voli: Model Latihan Ketepatan Service dan Smash Bola Voli Berbasis Media Sensor*. Bening Media Publishing.
- Paino B, Mimin Haetami, F. P. H. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Peserta Didik. *Phedheral*, 14(2), 3.
- Pamungkas, P., Rahmat, Z., & Irfandi, I. (2021). Pengaruh Latihan Variasi Passing terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Permainan Bola Voli di SMAN 1 Darul Imarah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 2(2).
- Pendidikan, S., & Rizkal, I. (2024). *Iqratul Rizkal BAB I-V*.
- Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI). (2010). *Peraturan Resmi Permainan Bola Voli*. PBVSI Press.
- Putro, W. A. S., Gegetu, A., Widiyaningsih, W.R & Bumboro, B. (2024). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli dengan Metode Berpasangan. *Jurnal Muara Olahraga*, 7(1), 16-26.
- Rachman, T. (2018). Meningkatkan Passing Atas Melalui Pantulan Bola Dengan Menggunakan Media Tembok Pada Permainan Bola Voli Siswa Kelas V Sdn Ciburuan Kecamatan Tanjung Medar. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 10–27.
- Rohendi, A. (2018). Metode Pelatihan dan Pembelajaran Bola Voli untuk Umum. Banung: Alfabeta.
- Safkaur, A. G. (2024). Pengaruh Latihan Passing Bawah Bergerak Ke Kiri dan Ke Kanan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Bola Voli Pemain Unimuda Sorong (*Doctoral dissertation*, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong).

- Suandi, P. J., Syaputra, R., & Banat, A. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli dengan Menggunakan Media Modifikasi Alat pada Siswa Kelas IV SDN 33 Kabupaten Bengkulu Tengah. *Educative Sportive*, 4(2), 84-89.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supriatna, E. (2023). *Permainan Bola Voli*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Trysetiowati, A. R., & Rahayu, S. (2024). Survei Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Indoor Putri di PBVSI Kota Semarang. *Jurnal Penjakora*, 11(2), 162–169.
- Vladimir, V. F. (2023). Pendekatan Permainan Dan Pasing Bawah Bola Voli. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Yanti, H., & Putra, M. A. (2025). Tinjauan Kemampuan Passing Bawah dan Passing Atas Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMAN 02 Tambusai. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(1), 183-192.
- Yudi, A. A., & Anggara, D. (2021, February). Plyometrics exercise effects vollyball athlete smash ability. In *1st International Conference on Sport Sciences, Health and Tourism (ICSSHT 2019)* (pp. 24-30). Atlantis Press.