



**KETERAMPILAN TEKNIK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 3 BOYOLALI TAHUN 2025**

SKRIPSI

Oleh :

ARMADA PRABUWANA DEWA

D0420067

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2025**

**KETERAMPILAN TEKNIK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 3 BOYOLALI TAHUN 2025**

Oleh :
ARMADA PRABUWANA DEWA
D0420067

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Sekripsi dengan judul “Keterampilan Teknik *Passing* Bawah Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali Tahun 2025”, karya :

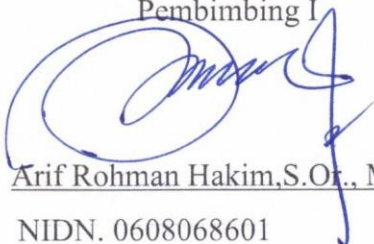
Nama : Armada Prabuwana Dewa

NIM : D0420067

Prodi : Pendidikan Jasmani.

Sekripsi ini telah di setujui untuk di pertahankan dihadapkan dewan penguji sekripsi falkultas keguruan dan ilmu pendidikan unifitas tunas pembangunan surakarta

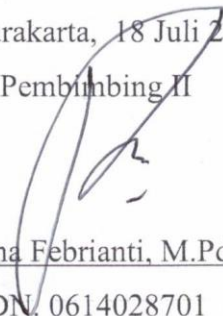
Pembimbing I



Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd.
NIDN. 0608068601

Surakarta, 18 Juli 2025

Pembimbing II



Rima Febrianti, M.Pd.
NIDN. 0614028701

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Keterampilan Teknik *Passing* Bawah Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali Tahun 2025”, karya:

Nama : Armada Prabuwana Dewa

NIM : D0220067

Prodi : Pendidikan Jasmani

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Rabu

Tanggal : 30 Juli 2025

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Arif Rohman Hakim, S. Or., M.Pd.

Sekretaris : Rima Febrianti M.Pd.

Anggota I : Dr. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

Anggota II : Dr. Slamet Santoso, M.Pd.

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Pr. Dekan,



Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or.

NIDN. 0619068401

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis didalam skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung risiko atau skripsi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya plagiat terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 7 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Armada Prabuwana Dewa

ABSTRAK

Armada Prabuwana Dewa. 2025. Keterampilan Teknik *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali Tahun 2025. Skripsi. Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Tunas Pembangunan. Pembimbing : I. Arif Rohman Hakim,S.Or., M.Pd., II. Rima Febrianti, M.Pd.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali Tahun 2025. Bahwasanya teknik *passing* bawah sangat jarang dipelajari, bahkan hampir tidak pernah. Problem pembelajaran *passing* bawah bola voli sangat kompleks. Oleh karena itu, agar pembahasan lebih terfokus dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penelitian, masalah dalam penelitian ini di batasi pada survei kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali.

Sampel penelitian adalah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali dengan jumlah 50 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu sebanyak 50 siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes kemampuan *passing* bawah bola voli dan observasi proses kegiatan latihan teknik dasar *passing* bawah bola voli. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif. Prosedur penelitian ini meliputi observasi dan tes pengukuran *passing* bawah bola voli.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Kemampuan *Passing* bawah pada siswa SMA Negeri 3 Boyolali yang berada pada kategori sangat kurang yaitu 0 siswa dengan persentase (0%). Pemain yang berada pada kategori kurang yaitu 0 siswa dengan persentase (0%). Siswa yang berada pada kategori sedang yaitu 6 siswa dengan persentase (12%). Siswa yang berada pada kategori baik yaitu 25 siswa dengan persentase (50%). Siswa yang berada pada kategori sangat baik yaitu 19 siswa dengan persentase sebesar (38%). (2) Hasil survei menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali berada pada kategori sangat baik. Hal ini dapat dilihat pada pengukuran keterampilan *passing* bawah selama satu menit menunjukkan nilai rata-rata 33,52 dengan nilai maksimum 40, nilai minimum 27, dan standar deviasi 3,163. Terlihat adanya perbedaan keterampilan yang signifikan antara siswa yang disiplin latihan dan yang kurang latihan, meskipun pelatih telah memberikan program latihan yang seragam. Perbedaan ini tidak hanya dipengaruhi oleh durasi latihan, tetapi juga oleh faktor-faktor lain seperti pola makan, pola istirahat, serta kebiasaan individu seperti merokok, yang berkontribusi pada variasi performa *passing* bawah. Maka pelatih maupun siswa harus lebih disiplin lagi untuk menjalankan program latihan agar tercapai prestasi yang optimal.

Kata Kunci: *Kemampuan, Ketrampilan, Passing Bawah, Bola Voli, Siswa*

ABSTRACT

Armada Prabuwana Dewa. 2025. Volleyball Underhand Passing Skills Among Extracurricular Students of SMA Negeri 3 Boyolali, Class of 2025. Thesis. Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University. Supervisors: I. Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd., II. Rima Febrianti, M.Pd.

The purpose of this study is to determine the level of volleyball underhand passing technique skills among extracurricular students of SMA Negeri 3 Boyolali in 2025. Underhand passing techniques are rarely studied, almost never. The problem of learning underhand passing in volleyball is very complex. Therefore, in order to focus the discussion by considering all research limitations, the problem in this study is limited to a survey of volleyball underhand passing skills among extracurricular students of SMA Negeri 3 Boyolali.

The sample was 50 extracurricular students of SMA Negeri 3 Boyolali. Total sampling was used for the selection of 50 students. Data collection included a volleyball underhand passing ability test and observation of basic volleyball underhand passing technique training activities. The data analysis technique used in this study was descriptive, based on qualitative analysis. The research procedure included observation and a volleyball underhand passing measurement test.

The results of the data analysis then the conclusions obtained: (1) The ability of passing under the ball in the students of SMA Negeri 3 Boyolali who are in the very poor category is 0 students with a percentage of (0%). Players who are in the poor category are 0 students with a percentage of (0%). Students who are in the moderate category are 6 students with a percentage of (12%). Students who are in the good category are 25 students with a percentage of (50%). Students who are in the very good category are 19 students with a percentage of (38%). (2) The survey results show that the volleyball passing underhand skills of extracurricular students of SMA Negeri 3 Boyolali are in the good category. This can be seen in the measurement of passing underhand skills for one minute showing an average value of 33.52, with a maximum value of 40, a minimum value of 27, and a standard deviation of 3.163. There is a significant difference in skills between students who are disciplined in training and those who lack training, even though the coach has provided a uniform training program. This difference is not only influenced by the duration of training, but also by other factors such as diet, rest patterns, and individual habits such as smoking, which contribute to variations in passing underhand performance. Therefore, both coaches and students must be more disciplined in implementing training programs to achieve optimal performance.

Keywords: *Ability, Skill, Underhand Pass, Volleyball, Students*

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

“Sesungguhnya Allah tidak mengubah suatu keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka.”

(QS. Ar-Ra'd: 11)

“Jangan pernah merasa puas dengan pencapaianmu saat ini, selalu belajar dan berusaha untuk lebih baik lagi.”

(Imam Nawawi)

Persembahan

Tidak sedikitpun air mata, tenaga dan waktu yang saya habiskan untuk sampai tahap ini. Saya sangat berterima kasih kepada seseorang yang telah mendoakan, setia dan menemani perjuangan saya dalam menyusun skripsi ini, oleh karena itu dengan rasa bangga dan bersyukur saya persembahkan kepada mereka yang selalu mendukung dan menemani setiap langkah saya, khususnya kepada :

1. Kepada Orang Tua saya, Bapak Bambang Hendro Sri Wibowo dan Ibu Marmi Haryanti yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan bekal hidup, Ridho mu adalah semangat ku.
2. Adekku Arima Prabuwana Dewi yang selalu memberikan semangat kepada saya.
3. Nenek dan Kakek yang senantiasa selalu memberikan motivasi kepada saya.
4. Seluruh keluarga besar yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas doa restunya semoga diridhoi Allah SWT.
5. Dosen-Dosen yang telah mendidikku dari semester satu hingga sampai saat ini
6. Semua rekan-rekan seperjuangan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan teman-teman dekatku.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
3. Kepada Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Rima Febriyanti, M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
6. siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Boyolali yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
7. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, 7 Agustus 2025

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	5
LANDASAN TEORI.....	5
A. Tinjauan Pustaka.....	5
1. Hakikat Permainan Bola Voli.....	5
2. Teknik Bermain Bola Voli.....	8
3. Pentingnya Penguasaan Teknik Dasar Bola Voli.....	10
4. Prinsip Dasar Permainan Bola Voli.....	11
5. Passing Bawah.....	12
6. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Passing</i> Bawah.....	16
7. Hakikat Kemampuan.....	19

8. Faktor - Faktor Kemampuan	19
9. Hakikat Keterampilan.....	20
10. Karakteristik Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Boyolali.....	22
B. Penelitian Yang Relevan	24
C. Kerangka Berfikir.....	25
BAB III	28
METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Tempat dan Waktu Penelitian	28
B. Metode Penelitian.....	28
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	29
D. Teknik Pengumpulan Data	30
E. Teknik Analisis Data	32
BAB IV	33
HASIL PENELITIAN.....	33
A. Deskripsi Penelitian.....	33
B. Pembahasan	37
BAB V.....	40
KESIMPULAN.....	40
A. Kesimpulan.....	40
B. Implikasi.....	41
C. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Norma penilaian.....	27
Tabel 2. Hasil penelitian Passing Bawah bola voli.....	30
Tabel 3. Kemampuan Passing Bawah.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan bola Voli.....	11
Gambar 2. Bola voli.....	11
Gambar 3. Passing bawah permainan bola voli.....	14
Gambar 4. Memantulkan bola ke lantai kemudian mem-passing.....	14
Gambar 5. Passing melambungkan bola ditangkap dengan dua tangan.....	15
Gambar 6. Passing dengan melambungkan bola.....	15
Gambar 7. Passing bola dengan berpasangan berdua atau bertiga.....	16
Gambar 8. Rangkaian teknik passing bawah.....	17
Gambar 9. Kerangka Berpikir.....	22
Gambar 10. Tes kemampuan passing bawah.....	26
Gambar 11. Kemampuan passing bawah bola.....	31
Gambar 12. Keterampilan passing Bawah.....	32