



The Effect of Passing on Volleyball Games Using Basketball Media

Rifaldi¹⁾, Suaib Nur²⁾ Nurdin Salama³⁾

Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Palopo

Email: ¹aldyastaba@gmail.com, ²suaibnur@umpalopo.ac.id, ³nurdinsalama@umpalopo.ac.id

ABSTRACT

The use of basketball media affects the passing of athletes with the results of the pre-test passing on volleyball athletes at the Muhammadiyah University of Palopo club is still lacking, the goal is that with basketball as a burden it will affect passing accuracy. Using the experimental method, pretest and posttest group, the total sample = 12 athletes. lasted for 2 months, 16 meetings were held with the first meeting taking pre-test data by passing over using a volleyball to the front across the net which had been given a number, at meeting 2 to meeting 15 given treatment or treatment of athletes using ball media basketball in various ways, passing over with athletes, passing over with walls and passing over putting the ball into the basketball net, at the 16th meeting taking the final post-test data by passing over using a volleyball forward with across the net the numbers that have been given every place. Using test with the results of the study that using basketball passing media for athletes has an effect, it can be concluded that there is an influence with the pre-test result = 9.25, which is low compared to the post-test result = 14.08. and tcount = 9.298 and ttable = 2.228 then H_0 will be accepted and H_a will be rejected. So, top passing exercises using basketball media have a significant influence on the volleyball club of the Muhammadiyah University of Palopo.

Keywords: *Passing Over, Volleyball, Basketball*

Pengaruh Passing Pada Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Basket

ABSTRAK

Penggunaan media bola basket mempengaruhi passing atas atlet dengan hasil pre-test passing atas bola voli atlet club universitas muhammadiyah palopo masih kurang, tujuannya yaitu dengan bola basket sebagai beban akan mempengaruhi akurasi passing. Menggunakan metode eksperimen, pretest dan posttest group, sampel berjumlah = 12 atlet. berlangsung selama 2 bulan dilaksana sebanyak 16 kali pertemuan dengan pertemuan pertama mengambil data pre-test dengan cara melakukan passing atas menggunakan bola voli ke depan seberang net yang sudah diberi angka, pada pertemuan 2 sampai dengan pertemuan 15 diberikan treatment atau perlakuan terhadap atlet dengan menggunakan media bola basket dengan berbagai cara, passing atas dengan atlet, passing atas dengan tembok dan passing atas memasukkan bola ke jarring basket, pada pertemuan ke 16 mengambil data akhir post-test dengan melakukan passing atas menggunakan bola voli ke depan dengan seberang net angka yang sudah diberikan setiap tempat. Menggunakan instrument eksperimen test dengan hasil penelitian bahwa dengan menggunakan media bola basket passing atas atlet ada pengaruh, dapat di simpulkan adanya pengaruh dengan hasil pre-test= 9.25 rendah dibandingkan dengan hasil poste-test= 14.08 . dan nilai thitung= 9.298 dan ttable= 2.228 maka H_0 akan di terima dan H_a akan di tolak. Jadi, latihan passing atas menggunakan media bola basket mempunyai pengaruh signifikan klub bola voli universitas muhammadiyah palopo.

Kata Kunci: *Passing atas, Bola Voli, Bola Basket*

© 2023 IKIP BUDI UTOMO MALANG

P-ISSN 2613-9421

E-ISSN 2654-8003

Info Artikel

Dikirim : 16 Februari 2023

Diterima : 24 Mei 2023

Dipublikasikan : 31 Mei 2023

✉ Alamat korespondensi: aldyastaba@gmail.com

Universitas Muhammadiyah Palopo, Jl. Jend Sudirman No.Km. 03, Binturu, Kec. Wara Sel., Kota Palopo, Sulawesi Selatan 91922, Indonesia

PENDAHULUAN

Langkah awal bola voli harus sudah dikuasai sehingga dapat menjadi variasi dan permainan dapat berjalan dengan bagus. langkah selanjutnya dengan mengetahui cara passing yang benar. Untuk meningkatkan passing yang baik dan benar maka di perlukan berbagai alat bantu untuk membuat passing dapat sempurna dengan menggunakan media seperti basket, bola futsal sebagai beban dalam proses pembelajaran dalam bermain bola voli. (Purnomo Adi & Indarto, 2021).

Sangat penting untuk diketahui dan dipahami oleh atlet bola voli bahwa untuk memiliki passing yang baik dan benar atlet harus mampu melakukan latihan passing dengan teknik benar dalam pelaksanaannya. Cara pelaksanaannya dengan menggunakan sebuah media bantu untuk membuat passing atlet bisa sempurna dan tidak hancur dan akurasi atlet bisa sesuai yang di harapkan tidak kurang atau tidak sampai pada tujuan yang akan di passing dan tidak lebih atau lewat saat di passing harus sesuai dengan titik sasaran agar membuat permainan bola voli berjalan sesuai yang di harapkan. (Pieter Pelamonia et al., 2021)

Perbedaan yang terlihat dari proses peningkatan passing pada olahraga bola voli. atlet akan kesulitan mencapai tujuan yang diharapkan, bahkan berkemungkinan akan menerima resiko yang lebih fatal. Akibat kurangnya pengetahuan berbagai cara yang bisa dilakukan agar membuat passing dalam permainan bola voli bisa membaik bukan hanya dengan menggunakan bola voli dengan teknik yang biasa dengan menggunakan media bola basket daopat melatih jari jari tangan untuk melakukan passing agar dapat sesuai prediksi yang akan di tempatkan bolanya dengan passing yang sempurna dapat membuat atlet berkembang dan bisa berprestasi jika melakukan dengan baik. (Lubis & Agus, 2017)

Olahraga sangat berkaitan dengan kegiatan fisik dimana seseorang sering melakukan olahraga hanya untuk membuat tubuh bugar dan sehat. Olahraga juga tidak terlepas dalam kehidupan manusia karena dengan berolahraga dapat mengembangan jasmani dan rohani manusia. (Khairuddin, 2017)

Olahraga dilakukan dengan mengerakan tubuh yang efek nya akan membuat tubuh menjadi segar dan dapat mencegah stress. (Pane, 2015) Olahraga

sangat banyak sekali manfaatnya untuk mendapatkan pribadi baik, semangat dalam melakukan sesuatu, disiplin dalam suatu pekerjaan, jujur, dan mental tidak mudah rapuh yang menjadikan atlet di Indonesia berkembang. (Junaika et al., 2022)

Olahraga adalah kegiatan gerak yang terorganisir, terencana, dan dilakukan secara ketat, dilarang melakukan gerakan sembarangan dan harus menggunakan teknik dalam melakukan kegiatan olahraga. (Prativi et al., 2013) Tujuan olahraga adalah menjaga tubuh agar tetap sehat dan bugar serta meningkatkan prestasi dan selalu menerapkan sportifitas didalam sebuah pertandingan. (Destriana, 2013) Prestasi dalam olahraga sangat berpengaruh di berbagai factor yaitu factor atlet, pemerintah, pelatih, partisipasi masyarakat, organisasi, sarana prasarana dan IPTEK. (Hadi et al., 2022)

Kurangnya olahraga akan berdampak negatif pada tubuh menjadi sakit, obesitas, kurus dan nafsu makan yang tidak normal. (Khairuddin, 2017) Olahraga meningkatkan stamina, meningkatkan fungsi otak, mengurangi stress, menurunkan kolesterol LDL, trigliserida, dan meningkatkan daya tahan tubuh atlet. (Pane, 2015)

Olahraga itu menyenangkan dan mudah dilakukan dimana saja, baik itu indoor ataupun outdoor, olahraga indoor sering dilakukan di gym dengan cara push-up, sit-up, angkat berat, olahraga outdoor kita bisa bermain sepak bola, voli, basket dan olahraga-olahraga lainnya di lapangan terbuka sehingga banyak olahraga dan mudah didapatkan. (Laksana, 2015)

Dulu olahraga hanya untuk melatih kesehatan jasmani dan rohani, sekarang ada kegiatan yang bersifat kompetisi antar negara. Olimpiade merupakan ajang pertandingan yang pertama kali diselenggarakan secara resmi pada tahun 1896. Olahraga bersifat kompetitif dan melibatkan kemampuan fisik dan mental seseorang dalam pertandingan olahraga. Oleh karena itu fisik sangat penting untuk menjadi penggerak utama yang mempengaruhi hasil pertandingan Olahraga yang sangat membutuhkan fisik seseorang adalah bola kaki, bola basket, bola voli, futsal, dan masih banyak olahraga yang membutuhkan kemampuan fisik sedangkan untuk keterampilan Kemampuan tersebut dapat kita lihat dalam kegiatan olah raga seperti permainan kartu dan catur.

Dalam PP No. 16 Tahun 2007 pasal 1 ada 25 ayat dituliskan tentang penyelenggaraan keolahragaan dan dimana tertulis bahwa pengembangan ilmu pengetahuan teknologi digunakan sebagai sarana dalam kegiatan olahraga. (Dede Sumarna & Asep Hidayat, 2020) Bola voli suatu kegiatan kelompok, yang dimana kemampuannya dilihat dari kemampuan teknik dasar seperti tosser, mengoper bola agar pertandingan bola voli dapat berlangsung. Seperti halnya cabang olahraga lainnya, kunci sukses dalam suatu pertandingan adalah penguasaan keterampilan dan teknik permainan. (Khotimah, 2020)

Berdasarkan dari data yang telah dilakukan sebelumnya, didapatkan hasil dari jurnal yang dimana hasilnya kurang baik karena ia melupakan sebuah cara menggunakan media ia menggunakan media bola plastik maka hasil dari penelitian tersebut tidak signifikan karena media untuk meningkatkan passing atas dan bawah kurang baik dengan menggunakan media bola basket dapat membuat passing atas dan bawah dalam permainan bola voli sangat berpengaruh.

Permainan bola voli sangat memerlukan gerakan yang sempurna tidak asal gerak, tidak asal pukul dan tidak sembarangan melakukan dorongan tanpa teknik. (Ruslan, 2021) Di permainan bola voli digunakan beberapa teknik agar membantu kelancaran bermain bola voli. Tekniknya yaitu passing yang meliputi passing atas dan bawah, servis yang meliputi servis atas dan bawah, serta blocking dan smash. (Showab & Djawa, 2019)

Bola voli adalah suatu permainan rumit, tidak semua orang bisa lakukan. Teknik lanjutan bola voli yaitu : 1) serve; serve-bawah, serve-atas mempunyai banyak variasi serve float, jump serve (2) passing; passing bawah dan passing atas, (3) umpan; umpan semi, tegak, cepat, full, back, jalan, (4) smash; Smash semi, semi jalan, cepat, tegak, dan (5) blocking; blocking pasif dan aktif. (Laksana, 2015)

Dengan melakukan penelitian ini dapat memberi dampak kepada seluruh atlet dunia untuk menggunakan media bola basket sebagai alat untuk meningkatkan passing dalam permainan bola voli. Akibat menggunakan media bola basket membuat passing atlet di seluruh Indonesia dapat berubah dengan baik. Jika perubahan passing yang baik dapat membuat atlet voli Indonesia

berkesempatan maju di kanca internasional melawan Negara akibat pasing yang sempurna.

Menurut PBVSI, bola voli dimainkan antara dua tim yang dipisahkan oleh jaring. dilakukan diatas sebidang tanah yang berbentuk persegi panjang ukurannya lebar 900 sentimeter dan panjangnya 1800 sentimeter, di batasi garis selebar 5 sentimeter. di perbatasan lapangan terdapat jaring dengan lebar 900 cm, tinggi 244 cm untuk pria dan 224 sentimeter untuk wanita. Total atlet bola voli di sebuah club adalah 6 orang dengan posisi berbeda 3 didepan dan 3 dibelakang. beratnya 260-280 gram dan keliling bola 65-67 sentimeter. Tekanan bola voli harus dari 0,30 hingga 0,325 kg/cm²(Aguss et al., 2021).

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti kegiatan (PORDA) tahun 2018 di Pinrang, Salah satu olahraga di perlombakan ialah bola voli, Palopo sebagai salah satu Kota yang mengikuti dan berhenti di semifinal dikalahkan oleh tuan rumah (pinrang) dan pada tahun 2022 bola voli putra palopo tidak bisa lanjut ke porprov bulukumba dengan dikalahkan oleh kabupaten luwu utara dengan skor 1-3 meski berlanjut dengan kapolda cup palopo lolos pada zona III sebagai tuan rumah dan berlanjut ke makassar akan tetapi di Makassar harus kembali ke palopo dengan kekalahan telak.

Bola voli kota palopo selalunya mempunyai pemain yang berasal dari universitas muhammadiyah palopo. Mulai dari angkatan pertama sampai saat ini palopo masih mengambil pemain dari universitas muhammadiyah palopo yaitu quiker (Arif) ada tosser (fatur) dicky (libero) resky (open spike) masih banyak juga pemain dari kabupaten luwu dan luwu utara yang dipakai di universitas muhammadiyah palopo.

Teknik passing merupakan suatu teknik yang wajib dikuasai oleh atlet. karena dapat membantu atlet dalam menghadapi permainan di lapangan pertandingan. (Nugraha & Yuliawan, 2021) tidak efektifnya passing atau tidak baik nya passing atlet dalam permainan bola voli efeknya akan membuat kehancuran rencana serangan ataupun pertahanan sebuah tim bola voli dalam sebuah pertandingan. salah satu untuk mengembangkan atau meningkatkan passing atlet dengan melatih dengan cara menggunakan beban.(Saputra & Gusniar, 2019) Passing atas dilakukan dengan cara mengumpan bola kepada

pengumpulan yang akan melakaikan smash. Dengan melakukan passing dengan baik maka salah satu awal dalam menyusun serangan yang baik, banyak seranangan yang akan dibangun jika kita menguasai teknik passing atas.(Atmoko, 2019)

Dimana tosser sangat dibutuhkan di latihan ini walau tidak menutup kemungkinan semua atlet harus melakukannya karena dengan akurasi yang baik akan membuat suatu permainan akan berjalan baik, bertahan sukses dilakukan jika passing baik maupun menyerang suksse dilakukan jika passing mempunyai akurasi bagus ke tosser.(Urahman & Hidayat, 2019)

Dalam penelitian ini menggunakan media bola basket yang semoga akan membuat passing atas bola voli meningkat, bola ini dapat membuat passing atas nantinya menjadi mudah dan bola nya menjadi ringan.

Berdasarkan pengamatan pertandingan antar kampus, pertandingan kapolda, porda, dan praporprov masih banyak dan perlu untuk dikembangkan passing atas dengan akurasi, mengontrol passing maka dari itu diterapkan latihan passing menggunakan media bola basket.

METODE

Metode yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Instrumen Eksperimen, Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 atlet club universitas muhammadiyah palopo dengan sample 12 atlet.. Menurut Supriadi (1993), Teknik sampling Non-probability akan sesuai apabila dipilih untuk populasi yang sifatnya infinit. Dimana pada penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling. Menurut Sugiyono penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen dimana bentuk pretest dan posttest group. Penelitian ini dilakukan pengambilan data pertama pada pertemuan pertama pre-test sebagai data awal mengetahui akurasi passing atas pada atlet penelitian sebelum diberi treatment.(Sugiyono, 2018) hasil treatment dapat diketahui, karena dapat membandingkan awal pertemuan dengan cara mengetahui akurasi atlet dan akhir pertemuan data post-tes akurasi atlet berbeda keadaan sebelum diberi treatment. treatment yang diberikan dengan bentuk latihan passing atas menggunakan bola basket.dan berbagai waktu 3 kali treatment treatment pertama

passing menggunakan tembok treatment 2 dengan memasukkan bola basket ke jaring menggunakan passing atas dan treatment 3 dengan melakukan passing secara berhadapan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di um palopo, dilaksanakan selama 2 bulan dengan 3 pertemuan setiap minggu pada pertemuan pertama berjalan dengan baik. Pengambilan data dilakukan 2 kali pretest dan posttest , data pre-test dilakukan untuk mengetahui passing atas atlet sebelum treatment pengukuran passing atas dengan menggunakan model angka sesuai tempat jatuhnya bola setelah di passing atas, melakukan passing atas ada 3 kali kesempatan. Atlet harus mengarahkan bola pada poin tertinggi. setelah dilaksanakan perlakuan selama 14 kali, Pada pertemuan 2 sampai 6 melakukan passing atas dengan tembok menggunakan basket pada pertemuan 7-11 melakukan passing atas dengan memasukkan bola ke dalam jarring menggunakan basket selanjutnya pada pertemuan ke 12-15 melakukan passing atas secara berhadapan atlet menggunakan basket. nilai diperoleh dari poin pada area lapangan. Kemudian dilakukan post-test atau tes terakhir untuk melihat apakah passing atas bola voli nantinya berpengaruh. Kemudian langkah selanjutnya melakukan pengolahan dan menganalisis data dengan menggunakan spss 22.

Tabel 1. Hasil Deskriptif Pengaruh Passing Atas Menggunakan Bola Basket

No	Variabel	Statistik					
		N	Mean	St.Dev	Range	Min	Max
1	Pretest passing atas	12	9,25	1,215	4	7	11
2	Posttest passing atas	12	14,08	1,832	6	11	17

Pretest didapatkan nilai minimal = 7 , maksimal = 11, mean = 9.25 , Sedangkan posttest nilai minimal = 11, maksimal = 17, mean = 14.08.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Pengaruh Passing Atas Menggunakan Bola Basket

No	Variabel	N	S-W	Sig	Ket
1	Pretest passing atas	12	0,940	0,495	Normal
2	Posttest passing atas	12	0,963	0,829	Normal

Shapiro-Wilk

Nilai Sig. Pretest 0.495>0.05, Maka variabel Pretest berdistribusi normal.

Nilai Sig. Posttest 0.829>0.05, Maka variabel Posttest berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pengaruh Passing Atas Menggunakan Bola Basket

	Pretest	Posttest
Pretest	1	person correlation 0,357 Sig (2-tailed) 0,254
Posttest	Person correlation 0,357 Sig (2-tailed) 0,254	1

Uji korelasi data pretest sampel =12, Pretest person correlation= 1 dan posttest = 0,357 sig (2-tailed) = 0,254. posttest sampel =12 Posttest person correaltion = 0,357, posttest = 1 sig (2-tailed) = 0,254.

Tabel 4. Hasil Homogenitas Pengaruh Passing Atas Menggunakan Bola Basket

Variabel	Levene statistic	df1	df2	Sig	Ket
Passing atas	1,674	1	22	0,209	Homogen

Levene statistic =1.674, signifikan =.209 > 0,05 maka bersifat homogen.

Tabel 5. Hasil Paired Sampel t Pengaruh Passing Atas Menggunakan Bola Basket

Variabel	t hitung	t tabel	Sig
Pretest-posttest	9,298	2,228	0,00

Uji t bahwa sig.2-tailed=.000<0,05 dan didapatkan thitung= 9.298 dan ttabel= 2.228. Ho akan ditolak dan Ha yang akan diterima. Maka Latihan passing atas menggunakan media bola basket mempunyai pengaruh signifikan.

Dari hasil analisis yang sudah dilakukan menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest dalam passing bola voli. Perbedaan yang terjadi adanya peningkatan secara signifikan terlihat dari hasil data deskripsi pretest didapatkan nilai minimal = 7 , maksimal = 11, mean = 9.25 , Sedangkan posttest nilai minimal = 11, maksimal = 17, mean = 14.08. di uji normalitas juga Nilai Sig. Pretest 0.495>0.05, Maka variabel Pretest berdistribusi normal. Nilai Sig. Posttest 0.829>0.05, Maka variabel Posttest berdistribusi normal. Di uji korelasi juga menghasilkan data uji korelasi data pretest sampel =12, Pretest person correlation= 1 dan posttest =.357 sig (2-tailed)=.254. posttest sampel =12 Posttest person correaltion =.357,posttest =1 sig (2-tailed) =.254. di uji homogenitas levene statistic =1.674, signifikan =.209 > 0,05 maka bersifat

homogeny. Dan yang terakhir uji t dimana dengan hasil uji t bahwa sig.2-tailed=.000<0,05 dan didapatkan thitung= 9.298 dan ttabel= 2.228. Ho akan ditolak dan Ha yang akan diterima. Maka Latihan passing atas menggunakan media bola basket mempunyai pengaruh signifikan.

Dapat disimpulkan dengan berbagai macam test dalam penelitian ini sangat signifikan dengan menggunakan media bola basket passing atlet sangat berpengaruh. Olahraga sangat berkaitan dengan kegiatan fisik dimana seseorang sering melakukan olahraga hanya untuk membuat tubuh bugar dan sehat. Dengan latihan passing bola voli menggunakan bola basket salah satu kegiatan fisik untuk melatih jari jari tangan (Khairuddin, 2017).

Olahraga dilakukan dengan mengerakan tubuh yang efek nya akan membuat tubuh menjadi segar dan dapat mencegah stress. (Pane, 2015) Olahraga sangat banyak sekali manfaatnya untuk mendapatkan pribadi baik, semangat dalam melakukan sesuatu, disiplin dalam suatu pekerjaan, jujur, dan mental tidak mudah rapuh yang menjadikan atlet di Indonesia berkembang (Junaika et al., 2022).

Olahraga adalah kegiatan gerak yang terorganisir, terencana, dan dilakukan secara ketat, dilarang melakukan gerakan sembarangan dan harus menggunakan teknik dalam melakukan kegiatan olahraga.(Prativi et al., 2013) Tujuan olahraga adalah menjaga tubuh agar tetap sehat dan bugar serta meningkatkan prestasi dan selalu menerapkan sportifitas didalam sebuah pertandingan.(Destriana, 2013) Prestasi dalam olahraga sangat berpengaruh di berbagai factor yaitu factor atlet, pemerintah , pelatih, partisipasi masyarakat, organisasi, saran prasarana dan IPTEK (Hadi et al., 2022).

Kurangnya olahraga akan berdampak negatif pada tubuh menjadi sakit, obesitas, kurus dan nafsu makan yang tidak normal. (Khairuddin, 2017) Olahraga meningkatkan stamina, meningkatkan fungsi otak, mengurangi stress, menurunkan kolesterol LDL, trigliserida, dan meningkatkan daya tahan tubuh atlet (Pane, 2015).

Olahraga itu menyenangkan dan mudah dilakukan dimana saja, baik itu indoor ataupun outdoor, olahraga indoor sering dilakukan di gym dengan cara push-up, sit-up, angkat berat, olahraga outdoor kita bisa bermain sepak bola , voli

,basket dan olahrag-olahraga lainnya di lapangan terbuka sehingga banyak olahraga dan mudah didapatkan (Laksana, 2015).

Dulu olahraga hanya untuk melatih kesehatan jasmani dan rohani, sekarang ada kegiatan yang bersifat kompetisi antar negara. Olimpiade merupakan ajang pertandingan yang pertama kali diselenggarakan secara resmi pada tahun 1896. Olahraga bersifat kompetitif dan melibatkan kemampuan fisik dan mental seseorang dalam pertandingan olahraga. Oleh karena itu fisik sangat penting untuk menjadi penggerak utama yang mempengaruhi hasil pertandingan Olahraga yang sangat membutuhkan fisik seseorang adalah bola kaki, bola basket, bola voli, futsal, dan masih banyak olahraga yang membutuhkan kemampuan fisik sedangkan untuk keterampilan Kemampuan tersebut dapat kita lihat dalam kegiatan olah raga seperti permainan kartu dan catur.

Dalam PP No. 16 Tahun 2007 pasal 1 ada 25 ayat dituliskan tentang penyelenggaraan keolahragaan dan dimana tertulis bahwa pengembangan ilmu pengetahuan teknologi digunakan sebagai sarana dalam kegiatan olahraga.(Dede Sumarna & Asep hidayat, 2020) Bola voli suatu kegiatan kelompok, yang dimana kemampuannya dilihat dari kemampuan teknik dasar seperti tosser, mengoper bola agar pertandingan bola voli dapat berlangsung. Seperti halnya cabang olahraga lainnya, kunci sukses dalam suatu pertandingan adalah penguasaan keterampilan dan teknik permainan (Khotimah, 2020).

KESIMPULAN

Olahraga suatu kegiatan dilakukan agar tubuh sehat dan bugar salah satunya bola voli. Bola voli mempunyai teknik dasar passing, servis, smash, dan block. Passing atas sangat berfungsi di dalam sebuah pertandingan bola voli dengan akurasi yang baik membuat permainan berjalan lancar. Dengan menggunakan bola basket dapat membuat pengaruh yang signifikan kepada passing atas atlet dengan hasil pretest mean 9,25. mean posttest 14,08. Nilai mean posttest besar dari mean pretest maka sangat berpengaruh bola basket jika digunakan latihan untuk meningkatkan passing atas bola voli. Beban menggunakan bola basket tujuan utamanya yaitu meningkatkan akurasi passing atas seseorang, agar akurasi passing atas yang seseorang menjadi baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Wicaksono, P. A. (2021). Efektivitas vertical jump terhadap kemampuan smash bola voli putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.38631>
- Atmoko, R. D. (2019). Perbandingan Antara Latihan Passing Berpasangan dan Passing Ke Dinding Terhadap Akurasi Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMA Negeri 2 Purbalingga Tahun 2018/2019. *EPrints@UNY Lumbung Pustaka UNY*, 8(3), 12–13. <https://doi.org/10.36312/jime.v8i3.37>
- Dede Sumarna, & Asep hidayat. (2020). Latihan Passing Menggunakan Bola Basket Dalam Meningkatkan Kualitas Passing Atas Bola Voli. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 5(2), 21–27. <https://doi.org/10.54438/sportif.v5i2.52>
- Destriana. (2013). *Latihan Pasing Atas Double Contact terhadap Keterampilan Bola Voli*. 1–9.
- Hadi, A. P., Mustofa, H., & Lufthansa, L. (2022). Pengembangan Variasi Latihan Strategi Menyerang Permainan Bolatangan Bagi Atlet Bolatangan Kota Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*, 6(14), 1–10. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v6i1.1876>
- Junaika, A. R., Syafrial, & Arwin. (2022). Pengaruh Media Audio visual terhadap Passing Bola Voli pada atlet ekstrakurikuler di SMA Negeri 6 Seluma. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2), 267–279. <https://doi.org/10.33369/gymnastics>
- Khairuddin. (2017). *Olahraga Dalam Pandangan Islam* (pp. 1–14).
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa Smpn 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 16–20. <https://doi.org/10.24014/jete.v1i1.7895>
- Laksana, A. agung N. P. (2015). *Meningkatkan Hasil Belajar Pasing Atas Bolavoli Dengan Pendekatan Model Pembelajaran Bola Modifikasi*. VII, 37–47.
- Lubis, A. E., & Agus, M. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 58–64. <https://doi.org/10.21831/jpji.v13i2.21028>
- Nugraha, U., & Yuliawan, E. (2021). Meningkatkan hasil belajar passing atas bola voli melalui pendekatan gaya mengajar latihan dengan menggunakan audio visual. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 231–242. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i2.15871>
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 1–4.
- Pieter Pelamonia, S., hayati, H., & Firnanda, M. W. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding Dengan Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pada Klub Bola Voli.

- Jurnal Porkes*, 4(2), 140–148. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4882>
- Prativi, G. O., Soegiyanto, & Sutardji. (2013). Journal of Sport Sciences and Fitness. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 2(3), 32–36.
- Purnomo Adi, F. A., & Indarto, P. (2021). Pengaruh Latihan Drill Bola Pantul Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 95–102. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4620>
- Ruslan. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(2), 68–73. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v3i2.11337>
- Saputra, D. I. M., & Gusniar. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli melalui Bermain Melempar Bola. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(1), 64–73. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.862>
- Showab, A., & Djawa, B. (2019). Pengaruh Modifikasi Permainan Bola Voli Terhadap Kegembiraan Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 07(03), 307–312.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* Alfabeta. Bandung.
- Urahman, A., & Hidayat, A. (2019). Efektivitas Latihan Hand Grip dan Push Up Terhadap Passing Atas Bola Voli Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Palembang. *Jurnal Olympia*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v1i1.285>