



Penggunaan Modifikasi Permainan Bola Voli untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah pada Peserta Didik SMAN 11 Semarang

Arista Khoirunnisa^{1(*)}, Danang Aji Setyawan², Heri Siswanto³

^{1,2}Universitas PGRI Semarang

³SMA Negeri 2 Semarang

Received : 27 Des 2024
Revised : 3 Jun 2025
Accepted : 10 Jun 2025

Abstract

This research aims to determine the use of learning to play 3 on 3 on the results of volleyball bottom passing skills in Class XI students of SMA Negeri 11 Semarang. The research contains the impact of the training method with 3 on 3 games on bottom passing skills. A pretest-posttest design involving one group was used for this study. The research population consisted of 35 students involved in Class XI of SMA Negeri 11 Semarang. The sampling technique applied is purposive sampling, which is taken from the lowest average pjok results in class XI. This study uses the test as an instrument, especially the lower pass test (Brumbach Forearm Pass Wall Volley Test). Normality tests, homogeneity tests, and hypothesis tests are some of the analyses used in the research. The volleyball bottom passing skill based on the comparison of the calculated t value obtained a score of 7,562 greater with a t-value of 2,030. Based on the results of the research that has been carried out, the use of 3 on 3 game modification media in learning football under passing material can provide an improvement in student learning outcomes, with a high level of completeness. For other researchers, it is also hoped that they will be able to conduct further research using materials outside of volleyball learning.

Keywords: 3on3 games; passing down; volleyball.

(*) Corresponding Author: aristak081@gmail.com

How to Cite: Khoirunnisa, A., Setyawan, D A., & Siswanto, H. (2025). Penggunaan Modifikasi Permainan Bola Voli untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah pada Peserta Didik SMAN 11 Semarang. *Media Penelitian Pendidikan: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan dan Pengajaran*, 19 (1): 43-49.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang terpenting dari proses secara keseluruhan yang pola pencapaian tujuannya menggunakan aktivitas jasmani sedangkan sasaran tujuan jasmani yang ingin dicapai meliputi tujuan dari segi kognitif, afektif, dan psikomotor. Kognitif dapat diartikan sebagai aspek yang meliputi fungsi intelektual seperti pemahaman, pengetahuan dan kemampuan berpikir (Rochim, 2023). Afektif dapat diartikan sebagai aspek yang menyangkut perasaan, moral dan emosi (kemampuan menerima, menanggapi dan berkeyakinan). Psikomotor dapat diartikan sebagai aspek yang menyangkut keterampilan motorik, seperti gerak tubuh, perilaku bicara. Melihat Pendidikan jasmani baik dari segi pola pencapaian tujuan maupun tujuan yang ingin dicapai maka perlu peninjauan yang lebih mendalam tentang pendidikan jasmani supaya nantinya tujuan pendidikan jasmani tersebut benar-benar memenuhi sasaran (Ranti et al., 2020).

Pendidikan jasmani harus mempunyai suatu kualitas yang sangat tinggi, terutama dalam memberikan efek terhadap siswa, hal ini berlangsung dengan melalui olahraga pada proses belajar mengajar, baik di lapangan maupun dikelas. Pendidikan jasmani diakui sebuah komponen kunci untuk meraih pendidikan bermutu dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dari belajar di sepanjang hayat (Saraswati *et al.*, 2021). Pendidikan jasmani juga menyumbangkan kepada perolehan dan penghayatan nilai-nilai etika dan mendorong pelaksanaan *fair play* dalam sebuah fase kehidupan. Oleh karena itu pendidikan jasmani dapat tercapai apabila dalam pembelajaran menggunakan metode, model dan pendekatan yang sesuai dengan kondisi di sekolah tersebut. Akan tetapi keterbatasan sarana dan prasarana yang belum terpenuhi menjadi masalah dalam pembelajaran, baik secara kuantitas dan kualitasnya sehingga menjadi kendala terhadap keberhasilan dalam proses pembelajaran (Putro, 2018).



Pelaksanaan program pendidikan jasmani di sekolah hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu mengedepankan prinsip *“Developmentally Appropriate Practice”* (DAP). DAP Artinya bahwa tugas ajar/gerak yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian maka dalam belajar gerak atau belajar melalui gerakan harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak/peserta didik. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya (Tarigan & Raharjo, 2023). Berdasarkan pembelajaran pendidikan jasmani yang berfokus pada prinsip DAP maka, dalam proses pembelajaran diperlukan adanya modifikasi pembelajaran. Dalam modifikasi pembelajaran bertujuan mempermudah siswa untuk menguasai keterampilan gerak, membantu mencapai tujuan pembelajaran dan membuat siswa merasa senang selama mengikuti pembelajaran. Modifikasi pembelajaran meliputi modifikasi materi pembelajaran, modifikasi sarana pembelajaran, modifikasi peralatan pembelajaran, dan modifikasi aturan pembelajaran (Yono dan Sodikin, 2020).

Keterbatasan sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani menuntut guru untuk lebih kreatif mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang sesuai dengan kondisi di sekolah. Banyak siswa yang merasa kurang menyukai materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru karena dalam penyampaiannya masih monoton tanpa modifikasi atau belum optimal dalam penggunaan fasilitas sehingga membuat siswa cepat merasa bosan dan kurang semangat dalam mengikuti pembelajaran yang di berikan oleh guru sehingga membuat pembelajaran dan hasil belajar siswa belum maksimal (Maesih, 2017).

Pendidikan jasmani berusaha mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas jasmani agar bisa berdampak baik untuk kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan manusia di Indonesia. Dilihat dari tujuan Pendidikan jasmani, Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat meningkatkan perkembangan gerak sehingga sebagai guru penjas kita diharapkan bisa meningkatkan kemampuan keterampilan gerak dasar dalam setiap cabang olahraga yang terkandung di dalam modul ajar (Nagara et al., 2023). Pada era abad ke-21 ini guru pendidikan jasmani harus mampu mendesain strategi yang tepat untuk pembelajaran pendidikan jasmani (Prasetya & Sudarso, 2019). Guru pendidikan jasmani berperan sebagai fasilitator harus mampu memanfaatkan sarana dan prasarana yang ada untuk mendesain pembelajaran. Pembelajaran yang efektif dilakukan dengan cara guru berusaha melibatkan siswa secara tepat dalam materi pembelajaran tertentu melalui pembelajaran yang kreatif dan inovatif yang membuat siswa aktif, berpikir kritis dan menyenangkan agar siswa lebih antusias dalam mengikuti proses pembelajaran. Seorang pendidik akan merasa puas jika peserta didiknya belajar dengan kesungguhan hati, serta kesadaran diri yang tinggi (Pebriani et al., 2024). Hal ini akan dapat di capai jika pembelajar memiliki kemampuan untuk mengelola proses pembelajaran yang efektif dan menyenangkan. Tetapi kenyataan di lapangan seringkali siswa malas untuk mengikuti pembelajaran keterampilan gerak, siswa lebih senang dengan pembelajaran olahraga yang sifatnya permainan. Kebanyakan guru mengabaikan permintaan siswa yang mungkin akan berimbas kepada tidak biasanya menguasai gerak dasar pada setiap materi pembelajaran penjas yang di ajarkan oleh guru (Natal dan Bate, 2020).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMA Negeri 11 Semarang, kurangnya pemberian modifikasi dalam pembelajaran bola voli mengakibatkan sebagian siswa malas dan kurang antusias mengikuti pembelajaran bola voli yang mengakibatkan kontribusi pembelajaran menjadi rendah. Adanya pembelajaran bola voli dengan metode permainan diharapkan dapat menambah minat dan semangat siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dengan menyenangkan dan tidak merasa malas. Kondisi seperti ini jika dibiarkan pasti akan berdampak buruk dalam proses pembelajaran selanjutnya. Kemalasan siswa dalam pembelajaran penjas bisa terjadi karena adanya rasa jenuh, maka perlu adanya terobosan untuk mengangkat motivasi dan semangat siswa.



Salah satu masalah menarik dalam peningkatan pembelajaran bola voli adalah menyangkut metode pembelajarannya. Metode pembelajaran yang digunakan oleh guru sangat berpengaruh terhadap hasil belajar yang dicapai. Pada umumnya, dalam pembelajaran teknik bola voli yang dilakukan oleh guru hanya pelaksanaan ke lapangan, lalu siswa diberikan teknik bola voli, kemudian siswa disuruh mempraktikkan dan diukur hasilnya. Model pembelajaran seperti itu seringkali tidak menarik dan membuat siswa menjadi bosan, sehingga siswa malas dan menjadi hasil pembelajaran kurang maksimal (Hudah & Rais, 2020). Untuk meningkatkan proses pembelajaran maka guru perlu mencoba menerapkan pembaharuan dalam pembelajaran, dengan menyesuaikan karakteristik yang sesuai dengan kondisi pembelajaran siswa sehingga siswa lebih antusias berpartisipasi dalam mengikuti proses pembelajaran. Siswa akan merasa senang dan gembira jika melaksanakan kegiatan yang bersifat menyenangkan dan menggembirakan. Pembelajaran bola voli dapat dilakukan dengan bentuk model lain yang mengarah pada gerak keterampilan bola voli. Bentuk pembelajaran seperti ini disebut dengan bentuk pembelajaran tidak langsung. Salah satu bentuk pembelajaran tidak langsung adalah dengan metode permainan (Widodo & Lumintuarso, 2017).

Permainan merupakan metode yang tidak bisa ditinggalkan pada anak usia dini akan mendapatkan keceriaan dan berekspresi dengan bebas ketika bermain. Melalui bermain anak tidak akan merasakan jenuh dengan lingkungan ataupun hal lain yang penuh tuntutan seperti pembelajaran di kelas. Permainan 3 on 3 merupakan permainan bolavoli yang dimodifikasi sedemikian rupa dari jumlah pemain, ukuran lapangan dan tinggi *net* dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah bolavoli (Suryansah *et al.*, 2019). Di mana dengan adanya modifikasi permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta didik selama mengikuti materi pembelajaran *passing* bawah bolavoli disekolah, yang pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan keterampilan peserta didik melakukan *passing* bawah bolavoli. Pembelajaran yang dirancang dalam bentuk permainan bertujuan untuk memenuhi hasrat gerak yang di dalamnya terdapat unsur belajar. Penggunaan modifikasi permainan dalam pembelajaran dapat menciptakan kegiatan mengajar yang menyenangkan dari pembelajaran tersebut.

METODE

Riset ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan eksperimental. Penelitian berisi tentang dampak metode pelatihan dengan permainan 3 on 3 terhadap keterampilan *passing* bawah. Desain *pretest-posttest* yang melibatkan satu kelompok digunakan untuk penelitian ini. Populasi penelitian terdiri dari siswa yang terlibat Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang yang berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah *purposive sampling* yakni diambil dari rerata hasil PJOK di kelas XI yang paling rendah. Penelitian ini menggunakan tes sebagai instrumen, khususnya tes lulus bawah (*Brumbach Forearm Pass Wall Volley Test*). Uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis merupakan beberapa analisis yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun patokan acuan norma yang digunakan dalam riset ini tersaji pada Tabel 1.

Tabel 1. Patokan Penilaian Passing Bawah Bola Voli

Persentase Ketuntasan	Perolehan Skor Tes Passing	Nilai Akhir Passing Bawah
100%	> 45	100
95%	43	95
90%	41	90
85%	38	85
80%	36	80
75%	34	75
70%	32	70

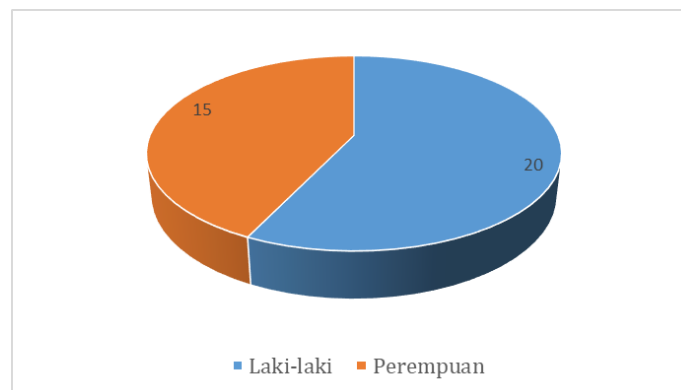


Persentase Ketuntasan	Perolehan Skor Tes Passing	Nilai Akhir Passing Bawah
65%	29	65
60%	27	60
55%	25	55
50%	23	50
45%	20	45
40%	18	40
35%	16	35
30%	14	30
25%	11	25
20%	9	20
15%	7	15
10%	4	10
5%	2	5
0%	0	0

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian terkait deskripsi sampel dalam penelitian ini sebagai berikut. Dari Gambar 1 terkait distribusi sampel Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang berdasarkan jenis kelamin sebagian besar diketahui laki-laki sebanyak 20 orang dan perempuan hanya 15 orang.



Gambar 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

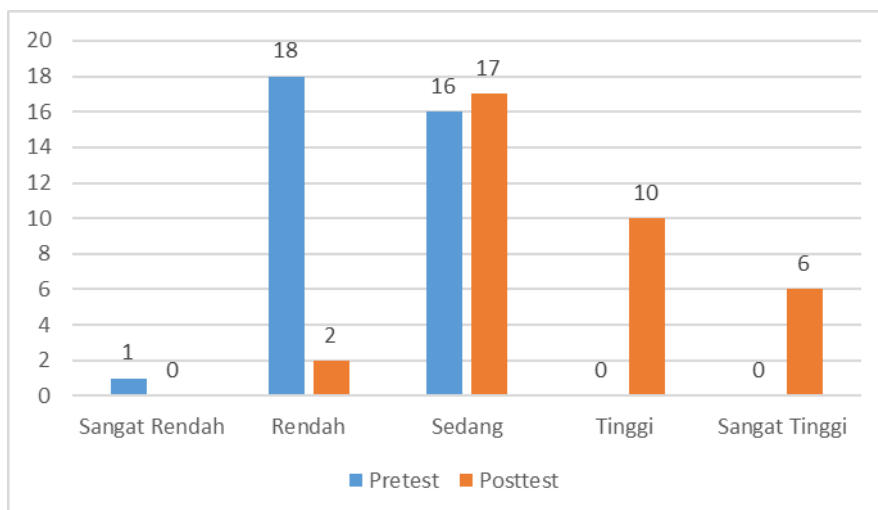
Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif

No	Data	Nilai Akhir	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Minimum	45	70
2	Maksimum	80	95
3	Mean	69,14	82,43
4	Standar Deviasi	9,431	8,434

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2 terkait penilaian diperoleh informasi bahwa pada keterampilan passing bawah bola voli sebelum pembelajaran bermain 3 on 3 didapat skor terendah 45, skor tertinggi 80, rata-rata 69,14 dan nilai standar deviasi sebesar 9,431. Pada keterampilan passing bawah setelah pembelajaran bermain 3 on 3 didapat skor terendah 70, skor tertinggi 95, rata-rata 82,43 dan nilai standar deviasi sebesar 8,434.



Selain deskripsi statistik data, penelitian ini juga mengategorikan tingkat hasil belajar passing bawah bola voli sesudah dan sebelum perlakuan pembelajaran permainan 3 on 3. Adapun tingkat hasil belajar passing bawah bola voli Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang sebagaimana teori yang dikemukakan oleh Anwar (2017) dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Perbandingan Tingkat Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli

Dari Gambar 2 terkait diperoleh informasi bahwa kategori tingkat hasil belajar passing bawah bola voli Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang sebelum diberikan perlakuan pembelajaran dengan permainan 3 on 3 terdiri dari 1 siswa termasuk kategori sangat rendah, 18 siswa termasuk dalam kategori rendah, dan 16 siswa termasuk dalam kategori sedang. Sedangkan kategori tingkat hasil belajar passing bawah bola voli Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang sesudah diberikan perlakuan pembelajaran dengan permainan 3 on 3 terdiri dari 2 siswa termasuk kategori rendah, 17 siswa termasuk dalam kategori sedang, 10 siswa termasuk dalam kategori tinggi, dan 6 siswa termasuk dalam kategori sangat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa rerata dari keseluruhan mengalami kenaikan menuju dalam kategori baik dari penggunaan permainan 3 on 3.

Tabel 3. Uji Hipotesis t-Test

Data	Peningkatan	t hitung	t tabel	Keterangan
Pretest-posttest Hasil Belajar Keterampilan Lari jarak pendek	19.21 %	7.562	2.030	Meningkat

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 3 diperoleh informasi bahwa peningkatan pada passing bawah dalam permainan bola voli sebelum dan sesudah pembelajaran penggunaan pembelajaran permainan 3 on 3 mengalami peningkatan rerata sebesar 19,21 %. Selain itu berdasarkan perbandingan nilai t hitung didapat skor sebesar 7.562 lebih besar dengan nilai t tabel sebesar 2.030. Artinya penggunaan pembelajaran permainan 3 on 3 berpengaruh terhadap passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA 11 Semarang.

Pembahasan

Dari hasil penelitian diperoleh informasi bahwa peningkatan pada passing bawah dalam permainan bola voli sebelum dan sesudah pembelajaran penggunaan pembelajaran permainan 3 on 3 mengalami peningkatan rerata sebesar 19,21 %. Selain itu berdasarkan perbandingan nilai t hitung didapat skor sebesar 7.562 lebih besar dengan nilai t tabel sebesar 2.030. Artinya penggunaan pembelajaran permainan 3 on



3 berpengaruh terhadap passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas XI SMA 11 Semarang.

Pada penelitian ini membahas betapa pentingnya passing bawah dalam permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar yang harusnya dikuasai oleh setiap pemain agar mampu bermain dengan baik dan efektif. Tanpa pemahaman dan keterampilan teknik dasar, pemain akan kesulitan untuk berkontribusi dalam permainan (Utomo, 2021). Teknik dasar bola voli meliputi servis, passing, smash, dan blok, yang masing-masing memiliki peran penting dalam strategi tim. Menguasai teknik dasar juga membantu pemain untuk meningkatkan konsistensi, mengurangi kesalahan, dan mengembangkan permainan yang lebih taktis serta terstruktur (Neviantoko et al., 2020).

Passing bawah merupakan salah satu teknik dasar yang paling sering digunakan dalam permainan bola voli. Teknik ini berfungsi untuk menerima dan mengontrol bola, khususnya saat menerima servis atau serangan dari lawan. Passing bawah dilakukan dengan kedua tangan yang dirapatkan dan posisi tubuh yang stabil untuk menghasilkan umpan yang baik kepada rekan setim. Teknik passing bawah yang benar memerlukan koordinasi mata, tangan, dan posisi kaki yang tepat agar bola dapat diarahkan dengan akurat. Penguasaan passing bawah menjadi kunci awal membangun serangan dalam permainan bola voli (Irwanto, 2017). Passing bawah sebagai kemampuan fundamental yang penting pada permainan voli, terutama untuk menerima servis atau serangan lawan dan mengatur serangan bagi tim sendiri. Peningkatan passing bawah dapat dilakukan dengan latihan rutin yang berfokus pada penguatan teknik dasar, seperti posisi badan, keseimbangan, dan penguasaan gerakan tangan. Latihan berulang dan evaluasi berkala sangat membantu pemain memperbaiki akurasi, kecepatan reaksi, serta koordinasi tubuh. Pemahaman posisi kaki yang stabil, kontak bola yang tepat, serta komunikasi dengan tim juga berperan dalam meningkatkan kualitas passing bawah (Alwijaya, 2018).

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan maka penggunaan media modifikasi permainan 3 on 3 dalam pembelajaran bolavoli materi *passing* bawah sanggup memberikan peningkatan pada hasil belajar peserta didik, dengan capaian tingkat ketuntasan yang tinggi. Hasil penelitian ini juga diharapkan bisa membantu pengajar mata pelajaran PJOK untuk bisa berinovasi lebih demi meningkatkan hasil belajar peserta didik dengan berbagai macam modifikasi pembelajaran untuk materi pembelajaran yang lain. Untuk peneliti yang lain diharapkan juga mampu melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan materi di luar pembelajaran bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwijaya, M. E. (2018). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII.A SMP Negeri 2 Batukliang. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 4(3), 172–184.
- Hudah, M., & Rais, A. N. (2020). Implementasi Materi Passing Bola Voli Dengan Media Bola Plastik Dan Bola Voli Asli Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri 17 Kota Tegal. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 100–107.
- Irwanto, E. (2017). Pengaruh Metode Resiprokal dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 10–20.
<http://www.journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/570>
- Maesih, M. (2017). Manajemen Sarana dan Prasarana Olahraga Di SMA Penyelenggara Kelas Khusus Olahraga (KKO) Se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(11), 1–12.
- Nagara, A. B. G. D. S., Sudarso, S., & Supriyadi, J. (2023). Usaha Meningkatkan Hasil Belajar Dribble Bola Basket Melalui Permainan Pada Peserta Didik Kelas XI IPS 1 SMAN 3 Jombang. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 3(2), 153–162.
<https://doi.org/10.55081/jumper.v3i2.1003>



- Natal, Y. R., & Bate, N. (2020). Manajemen Pengelolaan Sarana Dan Prasarana PJOK. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 70–82. <https://doi.org/10.36706/altius.v9i2.12879>
- Neviantoko, G. Y., Mintarto, E., & Wiriawan, O. (2020). Pengaruh Latihan Five Cone Snake Drill, V-Drill Dan Lateral Two in the Hole, in Out Shuffle Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 154. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9039>
- Pebriani, D., Budiana, D., & Sumarno, G. (2024). Penerapan Media Dinding dan Media Multiball Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tennis Meja Di SDN 05 Sijuk. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 5(1), 24–31.
- Prasetya, R. P., & Sudarso. (2019). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMA Se-Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2), 157–160.
- Putro, D. (2018). Pendekatan Kreatif Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Untuk Peningkatan Kesehatan Dan Gaya Hidup Sehat. *Holistika Jurnal Ilmiah PGSD*, 2(2), 16–23. jurnal.umj.ac.id/index.php/holistika
- Ranti, S., Maidarman, M., Hermanzoni, H., & Mardela, R. (2020). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1019–1035.
- Rochim, M. F. (2023). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Peserta Didik Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill Dengan Bantuan Alat Modifikasi Bola Gantung. *JUMPER (Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga)*, 3(2), 52–68.
- Saraswati, H., Wiyanto, A., & Zhannisa, U. H. (2021). Tingkat Keaktifan Guru Penjas Pada Masa Pandemi Covid 19 di SMP/MTS Se-Kecamatan Tanggunharjo. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Menengah*, 1(2), 70–82. <https://doi.org/10.53869/jpdm.v1i2.164>
- Suryansah, S., Dinata, K., & Daniyantara, D. (2019). Model Pengembangan Permainan Peresean Dalam Meningkatkan Minat Olahraga Tradisional Pada Siswa Kelas X Di Sma Negeri 1 Praya Timur. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(1), 27–42. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v3i1.519>
- Tarigan, G., & Raharjo, F. M. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa Kelas XI SMK Swasta Yapim Biru-Biru Tahun Ajaran 2020/2021. *JUMPER (Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga)*, 2(1), 8–14.
- Utomo, B. (2021). Evaluasi Pembinaan Prestasi Di Klub Bolavoli Indomaret Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1), 172–181. <https://doi.org/10.58258/jime.v7i1.1725>
- Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). Pengembangan Model Permainan Tradisional untuk Membangun Karakter pada Siswa SD Kelas Atas. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 183–193.
- Yono, T., & Sodikin, F. A. (2020). Modifikasi Bola Plastik sebagai Media Pembelajaran Bola Voli. *Jurnal Sparta*, 2(2), 26–31. <https://doi.org/10.35438/sparta.v2i2.170>