

ANALISIS KETERAMPILAN TEKNIK *PASSING* ATAS PADA SISWI EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP NEGERI 4 SAMARINDA

Nafa Maulita Meidisya¹, Paryadi²

Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Mulawarman
nafadisya85@gmail.com, paryadi@fkip.unmul.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan siswi ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda dengan menggunakan *purposive sampling*, berdasarkan kriteria yang ditentukan, yaitu 12 siswi. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan persentase, serta melalui program SPSS *versi 16*. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat keterampilan teknik *passing* atas pada siswi ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda menunjukkan kategori baik dengan pertimbangan frekuensi dominan pada satu kali percobaan tes *passing* atas selama enam puluh detik, mayoritas baik yaitu 7 siswi sebesar 58,34%, pada kategori sangat baik yaitu 1 siswi sebesar 8,33%, kategori cukup baik yaitu 2 siswi sebesar 16,67% walaupun di beberapa hasil tes masih berada pada kategori rendah yaitu kurang dengan persentase 8,33% dan kategori sangat kurang yaitu 1 siswi sebesar 8,33%.

Kata kunci: *keterampilan, passing atas, pendidikan jasmani, ekstrakurikuler, bola voli*

Pendahuluan

Olahraga memiliki peranan yang sangat penting dalam membentuk karakter, menjaga kesehatan, serta mengasah keterampilan generasi muda. Melalui kegiatan olahraga, peserta didik tidak hanya memperoleh kebugaran jasmani, tetapi juga belajar menumbuhkan disiplin, sportivitas, dan kemampuan bekerja sama dalam tim. Mengenai keterampilan, dilatih dengan mendefinisikan fokus pada suatu tujuan. Keterampilan adalah kemampuan untuk melaksanakan tugas dengan hasil yang telah ditentukan, dengan jumlah waktu dan energi yang diperlukan untuk memperoleh hasil yang

maksimal. Belajar keterampilan gerak melibatkan persoalan yang kompleks karena tidak hanya menyangkut proses yang berkaitan dengan sistem saraf dan fungsi faal tubuh, tetapi juga melibatkan aspek fisiologis yang terkait.

Pendidikan di sekolah disebut pendidikan formal yang di dalamnya terdapat kegiatan intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Pendidikan formal yang melibatkan aktivitas jasmani di sekolah merupakan bagian penting dari proses pembelajaran yang bertujuan mengembangkan potensi fisik, mental, sosial, dan emosional peserta didik secara seimbang. Melalui mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK), peserta didik tidak hanya diajarkan keterampilan gerak dasar dan teknik berbagai cabang olahraga, tetapi juga nilai-nilai sportivitas, disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab. Aktivitas jasmani di sekolah membantu meningkatkan kebugaran jasmani, memperbaiki fungsi organ tubuh, serta mendukung konsentrasi dan prestasi akademik peserta didik. Dalam keterampilan olahraga yang dikaji, bola voli merupakan cabang olahraga yang sangat populer di kalangan masyarakat, terutama di kalangan pelajar di Indonesia.

Pernyataan (Peraturan Menteri Pendidikan Nasional, 39 C.E) tentang pembinaan kesiswaan, aktivitas ekstrakurikuler ialah suatu jalan pembinaan kesiswaan yang diiringi serta dijalankan oleh siswa atau siswi yang aktivitasnya dilakukan di dalam maupun di luar sekolah, bertujuan supaya siswa atau siswi dapat memperkaya serta memperluas diri dalam meningkatkan potensi siswa atau siswi. Permendiknas Nomor 39 Tahun 2018 tentang Pembinaan Kesiswaan menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan. Kegiatan yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa di sekolah maupun di luar sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang digunakan untuk mengasah bakat yang dimiliki peserta didik.

Olahraga bola voli tidak hanya merupakan kegiatan pembelajaran di sekolah, melainkan juga ajang prestasi yang sering dipertandingkan baik di tingkat sekolah, daerah, maupun nasional. Untuk mencapai prestasi yang optimal, penguasaan teknik dasar bola voli menjadi syarat utama yang harus dimiliki setiap pemain. Bola voli itu sendiri memiliki 4 teknik dasar yang menjadikan permainan dapat berlangsung, yaitu teknik *servis*, *passing*, *blocking*, dan *smash*.

Mengenai pembahasan yang dikaji, diambil dari salah satu teknik dasar bola voli, yaitu teknik *passing*. *Passing* merupakan gerakan yang dilakukan untuk mengumpan ke teman ataupun sebagai awalan. *Passing* adalah teknik dasar permainan bola voli yang digunakan untuk menerima bola dari lawan dan mengembalikannya kepada teman satu tim. *Passing* bertujuan untuk mengumpan bola ke kawan satu tim dengan teknik *passing* sebagai tindakan pertama mengelola alur serangan kepada tim musuh. Saat melakukan permainan bola voli, penggunaan teknik *passing* tidak harus menggunakan dua tangan; bisa juga menggunakan satu lengan jika posisi bola tidak terjangkau untuk dilakukan dengan dua tangan. Hal ini terjadi ketika bola jatuh jauh dari tempat pemain, baik di depan maupun di samping kanan dan kiri.

Penguasaan teknik *passing* atas memiliki peran krusial dalam menciptakan permainan yang efektif dan efisien. Pemain yang mampu melakukan *passing* atas dengan baik dapat menjaga tempo permainan serta membantu tim membangun serangan yang

terkoordinasi dengan mengalirkan bola secara akurat ke setter, yang kemudian meneruskannya kepada pemain depan untuk melakukan serangan. Passing atas berguna untuk menerima servis, menerima operan teman, mengoper bola, mengumpan smash, bahkan mengembalikan bola dalam permainan bola voli.

Berdasarkan penjelasan di atas, dari pengamatan saat siswi ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda melakukan latihan dan bermain teknik dasar bola voli dengan menggunakan kombinasi teknik passing atas, ada beberapa permasalahan yang muncul sehingga umpan bola kurang baik, yaitu ketidaksiapan siswi dalam menjaga posisi badan dan kaki, seperti lutut tidak ditekuk sedikit sehingga hanya mengandalkan arahan dari dorongan tangan saja, sehingga menjadi sulit mengatur arah bola. Kemudian, kurangnya pada posisi tangan, yaitu jari-jari tangan tidak membentuk segitiga kecil dan terlalu terbuka lebar, sehingga perkenaan bola kurang tepat saat melakukan operan. Posisi kedua tangan tidak sejajar saat mendorong bola ke atas karena jari-jari tangan tidak tepat untuk umpanan bola yang seharusnya dilakukan di depan kening atau dahi, sehingga tempo permainan tidak sesuai dan pola serangan yang dimainkan menjadi tidak stabil. Dari beberapa kesalahan yang muncul, hal ini menunjukkan perlunya analisis keterampilan secara terstruktur agar terlihat indah dalam melakukan permainan bola voli dan menyenangkan, mengembangkan potensi dan prestasi siswi untuk dirinya sendiri dan mengharumkan nama baik sekolah, serta menarik minat para siswi lainnya untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Samarinda.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik passing atas pada siswi ekstrakurikuler di SMP Negeri 4 Samarinda. Bola voli menjadi ekstrakurikuler yang diminati di SMP Negeri 4 Samarinda oleh para siswi karena permainan ini menarik, unik, dinamis, ekonomis, dan menjadi salah satu unggulan. Selain itu, bola voli juga memiliki lapangan *indoor* yang relatif efisien saat cuaca tidak mendukung, sehingga latihan dan permainan bola voli dapat berlangsung di gedung olahraga atau aula. Diharapkan penelitian ini bermanfaat untuk memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, terkait analisis keterampilan dasar bola voli.

Kajian Pustaka dan pengembangan hipotesis

Kurniawan (2017) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan tidak hanya berisi materi pembelajaran yang dirancang untuk mengasah kompetensi dan keterampilan peserta didik, melainkan juga mata pelajaran yang membaginya menjadi pengetahuan tentang kesehatan dan keterampilan berolahraga.

Achmad (2016 : 81) menyatakan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas, terutama saat melakukan tugas gerak. Sunardi & Kardiyo (2020) mengemukakan bahwa permainan bola voli adalah permainan tempo yang sangat cepat sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas. Jika tidak dibarengi dengan penguasaan teknik dasar yang sempurna, hal ini akan menyebabkan kesalahan teknik yang lebih besar.

PBVS (Peraturan Resmi Bola Voli) (2025 : 9) menyatakan bahwa bola voli berbeda dengan permainan net lainnya karena mengharuskan bola tetap melayang,

memungkinkan setiap tim melakukan *passing* internal sebelum bola harus dikembalikan ke lawan, serta memperkenankan setiap tim memainkan bola dengan rekan satu timnya sebelum mengembalikannya ke arah lawan. Hal ini menciptakan kerja sama yang baik untuk menghasilkan peluang memperoleh poin.

Miftakhi (2020 : 79) menjelaskan bahwa pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan untuk mengasah keterampilan serta meningkatkan tingkat kemandirian anak. Hal ini menunjukkan bahwa ekstrakurikuler bukan hanya pengisi waktu luang, tetapi juga berfungsi untuk mendukung kemandirian siswa.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode tes. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui instrumen tes mengumpan bola *passing* atas yang dikembangkan oleh Afri Tantri & Mashud (2023 : 43). Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* atas pada bola voli. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data primer yang dikumpulkan secara langsung melalui pelaksanaan tes keterampilan *passing* atas. Metode ini dipilih karena mampu menyajikan data yang akurat dan objektif, serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai tingkat kemampuan teknik *passing* atas pada siswi ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Samarinda. Di dalamnya terdapat upaya untuk mendeskripsikan, mencatat, menganalisis, dan menginterpretasikan kondisi-kondisi yang telah dilaksanakan.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik keterampilan *passing* siswi secara kuantitatif, meliputi perhitungan nilai terendah, nilai tertinggi, rata-rata (*mean*), standar deviasi, serta distribusi frekuensi dan persentase. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel dan gambar untuk memudahkan pemahaman dan interpretasi tingkat keterampilan *passing* siswi dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda.

Table 3.1 Acuan Norma Penilaian *Passing* Atas

Rentang Skor (Putri)	Nilai	Kategori
>54	5	Sangat Baik
37-53	4	Baik
20-36	3	Cukup Baik
10-19	2	Kurang
<9	1	Sangat Kurang

Sumber: Afri Tantri & Mashud (2023: 45)

Hasil dan Pembahasan

Hasil variabel yang ada dalam penelitian ini yaitu keterampilan teknik *passing*

pada bola voli. Data yang diperoleh merupakan hasil tes keterampilan teknik *passing* atas dalam satu kali percobaan selama 60 detik. Setiap siswi menggunakan nomor urut sesuai dengan absensi dan melakukan tes mengoper bola dengan teknik *passing* atas bola voli secara individu, yang mengarah ke atas langit dengan melewati garis pembatas menggunakan pita yang telah ditentukan. Tes dilakukan di dalam area lapangan yang telah ditentukan dengan ukuran 4,5 m x 4,5 m selama enam puluh detik dalam satu kali percobaan. Kemudian, perhitungan dicatat apabila selama waktu berjalan, siswi yang melakukan *passing* atas melewati garis pembatas dan kedua kakinya tetap berada di dalam area lapangan.

Data tersebut dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Analisis deskriptif dalam penelitian ini mencakup perhitungan total data, rata-rata (*mean*), *median*, simpangan baku (*standard deviation*), varians (*variance*), nilai *minimum*, nilai *maksimum*, serta pengelompokan kategori keterampilan berdasarkan acuan norma penilaian teknik *passing* bola voli oleh Afri Tantri & Mashud (2023 : 45).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menggunakan analisis statistik deskriptif keterampilan teknik *passing* atas pada siswi yang mengikuti ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Samarinda dengan menggunakan aplikasi *SPSS 16.0* sehingga dapat menghasilkan nilai sebagai berikut:

Tabel 4.1 Statistika *Passing* Atas Bola Voli

Statistik	
Parameter	<i>Passing</i> Atas
<i>N</i>	12
Mean	35,0
Median	40
Mode	4
Standard Deviation	1,087
Minimum	8
Maximum	54

Sumber: SPSS *Statistic* Versi 16.0

Berdasarkan Tabel 4.1 hasil analisis statistik deskriptif pada tes teknik *passing* atas yang diberikan kepada 12 responden, menunjukkan gambaran umum keterampilan *passing* atas bola voli siswi ekstrakurikuler. Distribusi frekuensi hasil data yang telah diperoleh: nilai tes, jumlah percobaan *passing* atas tertinggi terdapat pada angka 54, sedangkan jumlah percobaan *passing* atas terendah yaitu pada angka 8; rerata (*mean*) 35,0; nilai tengah (*median*) 40; serta nilai *standar deviasi* (SD) 1,087. Rentang tersebut masih tergolong baik dan menunjukkan bahwa keterampilan dasar *passing* atas selama 60 detik pada kelompok tersebut tidak jauh berbeda.

Tabel 4.2 Hasil Tes Penilaian *Passing* Atas Siswi

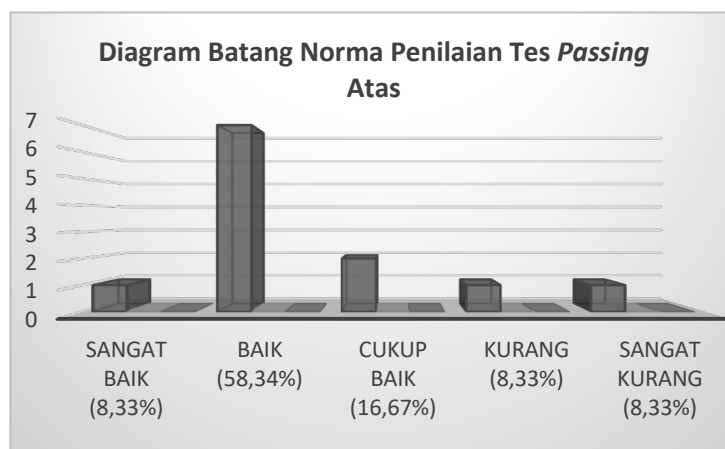
<i>Passing</i> Atas 60 detik				
Rentang Skor (Putri)	Perolehan Nilai	Frekuensi Data	Jumlah Persentase	Kategori
> 54	5	1	8,33%	Sangat Baik
37 – 53	4	7	58,34%	Baik
20 – 36	3	2	16,67%	Cukup Baik
10 – 19	2	1	8,33%	Kurang
< 9	1	1	8,33%	Sangat Kurang
Jumlah		12	100%	

Sumber: Diolah Dari Data Peneliti 2025

Berdasarkan data pada Tabel 4.2 yang memuat hasil tes keterampilan *passing* atas, dapat diklasifikasikan sesuai dengan percobaan satu kali selama enam puluh detik yang diperoleh selama pelaksanaan tes. Diketahui bahwa dikategorikan “sangat baik” bagi 1 siswi yang mampu melakukan *passing* atas berada pada percobaan angka 54 kali, dikategorikan “baik” bagi 7 siswi yang mampu melakukan *passing* atas berada pada rentang percobaan angka 37 – 53 kali, dikategorikan “cukup baik” bagi 2 siswi yang mampu melakukan *passing* atas berada pada rentang percobaan angka 20 – 36, dikategorikan “kurang” bagi 1 siswi yang mampu melakukan *passing* atas berada pada rentang percobaan angka 10 – 19, dan dikategorikan “sangat kurang” bagi 1 siswi yang hanya mampu melakukan *passing* atas pada percobaan kurang dari angka 9.

Dari tabel pengkategorian di atas tentang penilaian teknik *passing* atas bola voli, maka hasil tersebut dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:

Gambar 4.3 Diagram Batang *Passing* Atas Siswi



Sumber: Hasil Analisis Data *Microsoft Excel* Peneliti 2025

Berdasarkan hasil perhitungan persentase yang telah dilakukan, diperoleh klasifikasi tingkat keterampilan teknik *passing* sesuai dengan norma penilaian yang digunakan dalam penelitian ini. Persentase tersebut menjadi dasar untuk menentukan posisi kemampuan setiap responden secara lebih objektif.

Secara keseluruhan, siswi yang telah melaksanakan tes *passing* atas pelaksanaan gerak rata-rata masih belum menyempurnakan teknik yang benar dan tepat, sehingga beberapa kali mengalami kesulitan karena kurang berlatih mandiri, yang mencerminkan adanya perbedaan capaian keterampilan antar siswi. Apabila siswi dapat melakukan teknik *passing* atas selama 60 detik secara stabil, maka percobaan tersebut akan lebih mudah dilakukan. Namun, tidak semua siswi yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah tersebut memiliki kemampuan yang sama.

Hal ini sejalan dengan pendapat Winarno dan Agus Tomi (2013) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang menyatakan bahwa keberhasilan *passing* atas dipengaruhi oleh koordinasi tubuh, kekuatan dorongan jari, serta posisi tubuh yang seimbang. Dengan kebiasaan aktif sehari-hari, peserta didik mampu menerapkan teknik *passing* atas secara konsisten dan mempertahankan kualitas gerakan selama tes berdurasi 60 detik.

Siswi yang berada pada kategori sangat baik secara umum biasanya sering melakukan latihan rutin mandiri di luar sekolah, baik di rumah maupun di tempat latihan klub, serta terbiasa bermain permainan fisik yang melibatkan koordinasi tangan dan mata. Aktivitas ini melatih refleks, keseimbangan tubuh, serta kekuatan otot lengan dan jari, sehingga keterampilan dalam melakukan *passing* atas menjadi lebih terkontrol dan stabil, serta mampu mempertahankan performa selama tes 60 detik tanpa henti.

Bagi siswi yang berada pada kategori baik, biasanya cukup aktif dalam kegiatan fisik sehari-hari di sekolah maupun di luar sekolah, seperti melakukan teknik *passing* saat bermain pada jam istirahat bersama teman-teman. Tetapi, frekuensi latihan masih hampir mendekati kualitas sangat baik, yang menyebabkan penguasaan teknik *passing* atas hanya sekedar mengangkat saja bolanya. Kemudian, bagi siswi yang berada pada kategori cukup baik yang jarang melakukan aktivitas olahraga di luar jam pelajaran sekolah, lebih banyak melakukan aktivitas ringan sehingga kemampuan motorik dan kemampuan otot, khususnya pada lengan, yang tidak terlatih secara maksimal, serta pemahaman terkait penguasaan teknik *passing* atas masih kesulitan dalam menjaga kestabilan gerak.

Siswi dengan kategori kurang umumnya memiliki kebiasaan hidup yang kurang aktif secara fisik serta jarang melakukan aktivitas olahraga atau permainan yang melibatkan gerak tubuh. Kebiasaannya, ia duduk terlalu lama dan lebih aktif saat jam pembelajaran di kelas, sehingga koordinasi gerak tubuh dan kekuatan otot lengan melemah dan ia tidak dapat melakukan *passing* atas dengan baik. Kemudian, bagi siswi dengan kategori sangat kurang, tentunya secara umum sudah tergambar, yang artinya siswi tersebut belum paham melakukan teknik *passing* atas bola voli, hanya sekedar menyukai tetapi tidak dipahami dengan baik, dan juga kurangnya latihan tambahan mandiri yang tidak diperhatikan benar atau salahnya gerakan tersebut, sehingga koordinasi gerak tubuh, kekuatan otot lengan, serta keseimbangan dan kestabilan gerak tidak berkembang dengan baik.

Secara umum, kemampuan mayoritas tetap terkonsentrasi pada tingkat yang rendah. Hal ini mencerminkan bahwa teknik dasar *passing* atas belum dikuasai secara optimal oleh

sebagian besar siswi dalam sampel penelitian. Oleh karena itu, penelitian tersebut tergolong homogen, yang artinya kemiripan karakteristik dalam suatu sampel sehingga variasi antarsampel kecil.

Kesimpulan dan Keterbatasan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan teknik *passing* atas siswi ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* atas siswi berada pada kategori bervariasi, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, kurang, dan sangat kurang. Sehingga, klasifikasi siswi dengan kategori sangat baik hanya 1 siswi, 2 siswi dengan kategori cukup baik, 1 siswi dengan kategori kurang baik, 1 siswi dengan kategori sangat kurang, dan terdapat 7 siswi dengan kategori baik yang lebih dominan karena mendekati teknik yang hampir sesuai, tetapi masih belum mencapai angka percobaan pada kategori sangat baik.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa 12 siswi yang menjadi sampel dan telah mengikuti tes, nilai *minimum* berada pada rentang skor percobaan mendapat 9, sedangkan nilai *maksimum* berada pada rentang skor percobaan mendapat 54. Secara umum, kemampuan siswi didominasi oleh kategori baik dan cukup baik, yang menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar *passing* atas sudah dapat dikuasai, tetapi belum optimal. Kategori sangat baik yang diperoleh oleh siswi menunjukkan bahwa indikator penguasaan teknik *passing* atas, kontrol bola, serta koordinasi gerak dapat dilakukan dengan tepat dan konsisten, sehingga siswi tersebut melakukannya dengan benar. Namun, terdapat siswi yang masuk dalam kategori kurang dan sangat kurang yang mengalami kendala dalam penguasaan teknik *passing* atas, kekuatan otot lengan, kontrol bola, dan koordinasi gerak yang perlu diperhatikan kembali. Dengan demikian, penguasaan tingkat keterampilan *passing* bola voli harus dikembangkan oleh pelatih terhadap siswi ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Samarinda karena teknik tersebut memiliki keunikan yang tidak mudah dilakukan secara optimal oleh orang lain.

Referensi

- Ayyub, Moh, Hidayat, Abdul Salam, & Achmad Irfan Zinat. (2022). Pengembangan Permainan Bola Voli Untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(1), 2-3.
- Afri Tantri, Mashud. (2023). *Tes Dan Pengukuran Cabang Olahraga*. Media Publikasi Kita
- Abdi, S. (2016). Meningkatkan Gerak Dasar *Passing* Atas pada Pembelajaran Bola Voli Siswa Kelas V SD Negeri Ketileng 01 Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal, *Skripsi*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.
- Gabriella, F., & Halim, A. (2024). *Pengaruh kegiatan ekstrakurikuler terhadap minat belajar siswa di sekolah dasar*. 9(1), 44-46.
- Irwanto, Edi, M.Pd. (2021). *Buku Ajar Bola Voli: Sejarah, Teknik Dasar, Strategi*,

Peraturan, Dan Perwasitan. K-Media.

Masroni, Arif Hadi, & Eko, Harianto. (2021). *Sport Science and Health. Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(3), 284-293.

Miftakhi, D. R. (2020). Implementasi Ekstrakurikuler Keterampilan dalam Peningkatan Kemandirian Anak di SLB YPAC Pangkalpinang. Diklus: *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1), 78-87.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional. (2008). Pembinaan Kesiswaan. Kementerian Pendidikan dan Budaya.

PHY, Kiram. (2019). *Belajar Keterampilan Motorik*. Prenadamedia Group.

Peraturan Permainan PBVSI. (2004). *Peraturan Permainan Bola Voli*. Peraturan Permainan PBVSI Jakarta.

Peraturan Bola Voli Resmi 2025-2028 (2025). FIVB Jakarta.

Winarno, Agus Tomi I. S. D. S. (2013). *Teknik Dasar Bermain Bola Voli*. Universitas Negeri Malang.