

## **Upaya Meningkatkan Keterampilan *Service Bawah Bola Voli* Dengan Pendekatan TaRL Pada Siswa Kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen**

**Farid Afriyanto<sup>1</sup>, Joko Siswanto<sup>2</sup>, Yulia Ratimiasih<sup>3</sup>, Bagus Ginanjar Mahardika<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Guru, Pendidikan Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232, Indonesia

<sup>2</sup> Pendidikan Profesi Guru, Pendidikan Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232, Indonesia

<sup>3</sup> Pendidikan Profesi Guru, Pendidikan Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, Jl. Sidodadi Timur No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50232, Indonesia

Email: [1farifafranto@gmail.com](mailto:1farifafranto@gmail.com)

Email: [2jokosiswanto@upgris.ac.id](mailto:2jokosiswanto@upgris.ac.id)

Email: [3yuliaratimiasih@upgris.ac.id](mailto:3yuliaratimiasih@upgris.ac.id)

Email: [4dikasefu@gmail.com](mailto:4dikasefu@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pembelajaran *service bawah bola voli* menggunakan Pendekatan TaRL Pada Siswa Kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen Semarang. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Subjek penelitian ini adalah 35 siswa kelas X UPT A. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data adalah lembar penilaian *service bawah*, lembar observasi untuk siswa dan lembar observasi untuk guru. Berdasarkan hasil observasi, pembahasan dan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *service bawah* melalui pendekatan *Teaching at The Right Level* (TaRL) pada siswa kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen selama 2 siklus dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa. Hal ini dapat dibuktikan hasil belajar siswa dari 35 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mampu melakukan aspek penilaian *service bawah* hanya 7 siswa, dan pada siklus I meningkat menjadi 13 siswa, kemudian pada siklus II, meningkat menjadi 28 siswa yang mampu melakukan aspek penilaian *service bawah* dengan benar. Sehingga ketuntasan dalam kelas tersebut sudah lebih dari 80% siswa yang tuntas belajar.

**Kata kunci:** *Teaching at The Right Level (TaRL) service bawah, bola voli*

### **ABSTRACT**

*This study aims to improve underhand service skills in volleyball using the Teaching at the Right Level (TaRL) approach among students of Class X UPT A at SMK Negeri 1 Bawen, Semarang. The research is a Classroom Action Research (CAR) consisting of two cycles. The subjects of the study were 35 students from Class X UPT A. The instruments used for data collection included an underhand service assessment sheet, a student observation sheet, and a teacher observation sheet.. Based on the observations, discussions, and research results, it can be concluded that learning underhand service through the Teaching at the Right Level (TaRL) approach for Class X UPT A students at SMK Negeri 1 Bawen over two cycles can improve students' learning skills. This is evidenced by the learning outcomes: initially, only 7 out of 35 students were able to correctly perform the underhand service aspects. In the first cycle, this number increased to 13 students, and in the second cycle, it further increased to 28 students who were able to perform the underhand service aspects correctly. Thus, the learning mastery in this class reached more than 80% of students achieving the expected learning outcomes.*

**Keywords:** *Teaching at the Right Level (TaRL), Underhand Service, Volleyball*

## 1. PENDAHULUAN

(Sarwita, 2017) menyatakan bahwa bola voli adalah jenis olahraga tim di mana enam orang bermain, dan kelancaran permainan sangat bergantung pada penguasaan teknik dasar. (Fernández-Rio & Méndez-Giménez, 2015) menambahkan bahwa gerakan dalam permainan ini, seperti melompat, pukulan, perpindahan cepat, dan serangan dan blok sangat penting untuk menang dalam kompetisi yang sangat kompetitif. Prinsip "Developmentally Appropriate" (DAP) mengatakan bahwa tugas belajar atau gerakan yang diberikan harus mempertimbangkan perubahan dalam kemampuan atau kondisi anak dan mungkin berkontribusi pada perubahan tersebut. Oleh karena itu, pembelajaran melalui gerakan, juga dikenal sebagai pembelajaran gerak, harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa. Perkembangan tubuh, mental, dan keterampilan adalah bagian dari perkembangan yang dimaksud. Hal ini penting untuk memastikan kontrol dan ketepatan saat melakukan teknik *service*.

Permainan bola voli adalah jenis olahraga di mana dua orang bermain. Tujuan permainan adalah untuk menjatuhkan bola voli ke area lawan dengan tangan (Sarwita, 2017). Ada empat tujuan utama orang berolahraga. Pertama, beberapa orang berolahraga untuk rekreasi, menikmati waktu luang dengan cara yang menyenangkan. Kedua, ada yang berolahraga dalam konteks pendidikan, dilakukan secara formal untuk mencapai tujuan pendidikan. Ketiga, beberapa orang berolahraga untuk mencapai tingkat kebugaran tertentu, yang biasanya dilakukan di bawah bimbingan tenaga profesional dengan fasilitas yang memadai. Keempat, ada pula yang berolahraga untuk mencapai prestasi tertentu (Suseno dkk, 2023)

Olahraga bola voli menjadi minat yang tinggi di Indonesia, dan hampir di berbagai daerah memiliki lapangan voli. Bola voli sudah menjadi olahraga populer di Indonesia, baik di kota maupun di pedesaan. Ini karena olahraga bola voli tidak banyak membutuhkan uang dan sarana yang mudah diakses (Setiawan, 2021). Setiap tim terdiri dari enam pemain inti dan beberapa cadangan. Kerja sama yang baik antar pemain sangat penting untuk meraih kemenangan. Selain itu, pemain juga perlu menguasai beberapa teknik dasar, seperti servis, *service*, smash, dan blok. Pemain akan menghadapi kesulitan saat bermain jika mereka tidak menguasai salah satu teknik dasar ini, yang akan memengaruhi peluang tim untuk menang (Masroni & Hariyanto, 2021)

Bola voli merupakan jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan teknik yang kuat. Hal ini disebabkan oleh tuntutan bagi pemain untuk menjaga bola tetap di udara dan tidak memiliki kontak dengan tanah. Selain itu, pemain harus mampu melakukan pukulan yang efektif sehingga lawan tidak dapat mengontrol bola dengan baik, yang memungkinkan mereka untuk mencetak poin. Ini dapat dicapai jika pemain menguasai teknik bermain bola voli dengan benar (Aprilia & Via Erlia, 2023).

*Service* bawah merupakan teknik dasar *service* di mana bola dipukul dengan ayunan tangan dari bawah pinggang (Bompa & Haff, 2009). Biasanya digunakan sebagai *service* permulaan atau untuk penempatan bola yang aman. Keterampilan *service* bawah yang baik ditandai dengan akurasi, kekuatan yang terkontrol, dan penempatan yang menyulitkan lawan.

Lebih dari sekedar pembuka permainan *service* dalam bola voli adalah senjata taktis yang ampuh, pondasi serangan pertama dan elemen krusial yang dapat secara signifikan memengaruhi jalannya pertandingan.

Menurut Palao, dkk (2004) menganalisis statistik pertandingan bola voli tingkat tinggi dan menemukan bahwa servis yang efektif memiliki korelasi yang signifikan dengan kemenangan. Tim yang mampu menghasilkan lebih banyak *ace* dan memaksa lawan melakukan kesalahan *passing* melalui servis yang sulit memiliki peluang menang yang lebih besar.

Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan Supriyadi dalam (Herlina & Suherman, 2020: 3). Proses pembelajaran adalah suatu bentuk interaksi antara guru dan peserta didik yang berlangsung di dalam kelas. Dalam proses ini, kegiatan mengajar dan belajar saling berkaitan dan berperan penting dalam menentukan keberhasilan siswa serta pencapaian tujuan

pendidikan. Belajar sendiri merupakan suatu proses perubahan perilaku pada individu, di mana seseorang yang awalnya belum mampu menjadi terampil atau menguasai sesuatu. Menurut Marquis & Hilgard dalam (Putria dkk, 2020), belajar adalah proses pencarian pengetahuan yang terjadi dalam diri seseorang melalui pelatihan, pembelajaran, dan berbagai pengalaman lainnya yang pada akhirnya membawa perubahan pada individu tersebut.

Upaya peningkatan kualitas proses pembelajaran penjasorkes di sekolah belum berjalan sebagaimana yang diharapkan. Hal tersebut dapat dilihat dari pengalaman penulis bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan teknik dasar suatu cabang olahraga, demikian pula guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga sehingga berakibat pada rendahnya kemampuan bermain bola voli maupun keterampilan teknik-teknik dasar bola voli.

Keberhasilan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kualitas guru, karakteristik siswa, materi yang diajarkan, ketersediaan alat dan fasilitas olahraga, pendekatan atau metode pembelajaran yang digunakan, jumlah siswa yang terlalu banyak, serta keterbatasan waktu pembelajaran. Semua faktor ini saling berkaitan dan tidak bisa dipisahkan satu sama lain. Menurut Agus S. Suryobroto (2004: 1), kelancaran dan keberhasilan pembelajaran jasmani ditentukan oleh sejumlah komponen penting, di antaranya guru, peserta didik, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan pembelajaran, metode yang diterapkan, lingkungan yang mendukung, serta sistem penilaianannya.

Masalah yang sering dijumpai oleh guru penjas dalam proses pembelajaran adalah masalah metode pembelajaran. Menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran dapat mengoptimalkan proses pembelajaran penjasorkes di sekolah. Untuk itu guru pendidikan jasmani dituntut kreativitasnya dalam melaksanakan proses pembelajaran penjasorkes yang sesuai dengan kurikulum.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, seorang guru harus kreatif dalam menyajikan materi pembelajaran dengan berbagai cara agar bahan pelajaran yang disajikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Anggapan Moston yang dikutip oleh Agus S. Suryobroto (2004: 38-39) bahwa "Mengajar adalah serangkaian hubungan yang berkesinmbungan antara guru dengan siswa, yaitu: (1) mencoba mencapai keserasian antara apa yang diniatkan dengan apa yang sebenarnya terjadi, (2) masalah yang bertentangan dengan metode mengajar." (Petrik dkk, 2024)

Pembelajaran bola voli harus dilaksanakan dengan langkah-langkah yang benar dan tentunya diperlukan program perencanaan dan metode pendekatan yang benar pula, sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan optimal. Namun, untuk meraih itu semua banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran sehingga harapan yang diinginkan tidak mudah untuk diwujudkan. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran bola voli adalah menggunakan metode pembelajaran *Teaching at The Right Level* (TaRL).

Metode pendekatan (*Teaching at The Right Level*) adalah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada tingkat kemampuan siswa, bukan pada tingkat kelas atau usia mereka. Upaya dalam mengatasi kesulitan tersebut ialah Mengelompokan peserta didik berdasarkan level atau tingkat kemampuan yang dimiliki peserta didik, (Supangat 2021: 15). Diharapkan peserta didik dapat lebih giat dalam berlatih untuk menguasai teknik *service* bawah secara tepat dan benar dalam permainan bola voli. Pendekatan ini diterapkan sebagai bentuk penyesuaian proses pembelajaran di lapangan agar sesuai dengan kebutuhan belajar masing-masing individu. Selain itu, pendekatan ini juga berfungsi sebagai upaya untuk menghindari rasa jemu siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Sebelumnya, peneliti telah melaksanakan observasi awal di SMK Negeri 1 Bawen Semarang. siswa yang mampu melakukan aspek penilaian *service* bawah hanya 7 siswa, 28 siswa masih belum mampu melakukan Teknik *service* bola voli. Berdasarkan hasil observasi tersebut, ditemukan

bawa peserta didik mengalami kesulitan dalam memahami dan melakukan materi permainan bola voli, khususnya pada teknik *service* bawah.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka dirasa penting untuk dilakukan penelitian tindakan kelas terkait pembelajaran bola voli, khususnya pada teknik *service* bawah. Melalui pembelajaran ini, peserta didik memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi gerakan secara leluasa dan sesuai dengan kemampuan masing-masing, yang tentunya mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan PTK dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan *Service* Bawah Bola Voli Dengan Menggunakan Pendekatan TaRL Pada Siswa Kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen Semarang”

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK), karena salah satu cara yang dapat ditempuh oleh guru untuk mengatasi berbagai permasalahan pembelajaran adalah dengan melakukan penelitian yang berfokus pada proses belajar, baik di dalam maupun di luar kelas. Penelitian yang berkaitan dengan penerapan pendekatan Teaching at The Right Level guna meningkatkan keterampilan *service* bawah dalam pembelajaran di kelas termasuk ke dalam kategori PTK.

Penelitian tindakan kelas merupakan suatu bentuk penelitian yang dilaksanakan secara sistematis dan reflektif terhadap berbagai tindakan yang dilakukan oleh guru, yang mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, hingga refleksi. Kegiatan ini berfokus pada proses pembelajaran dengan tujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas. Tujuan utama dari PTK adalah meningkatkan keterampilan belajar siswa, di mana guru berperan aktif dan terlibat langsung dalam seluruh tahapan penelitian, mulai dari merancang tindakan hingga mengevaluasi hasilnya. Melalui berbagai upaya, guru dapat mencari solusi atas permasalahan yang muncul di kelas agar proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif dan hasil keterampilan siswa dapat meningkat secara optimal (Arikunto, 2007).

No.	Aspek Yang di Nilai	Indikator	Nilai
1.	Sikap Awalan	a) Badan condong ke depan b) Lengan menggantung lurus di depan dada c) Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri d) Pandangan mata lurus ke arah datangnya bola	
2.	Sikap Perkenaan	a) Ayunkan kedua lengan ke arah bola b) Perkenaan bola pada lengan bawah diatas pergelangan c) Bahu dan siku benar-benar dalam keadaan lurus d) Lengan di ayunkan dan diangkat untuk mengarah bola	
3.	Sikap Akhir	a) Perhatikan bola saat menyentuh tangan b) Kaki belakang melangkah ke depan c) Ayunan lengan kedepan tidak melebihi bahu d) Kembali ke posisi sikap permulaan	
Skor maksimal 12			
Jumlah skor			
Nilai akhir			

**Table.1** Pedoman Penilaian

Ketentuan :

1. Jika semua indikator dalam aspek penilaian terpenuhi maka nilai 4.
2. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 3 maka nilai 3.
3. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 2 maka nilai 2.
4. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 1 maka nilai 1.
5. Skor maksimal setiap aspek adalah 4.
6. Jumlah skor maksimal adalah 12.

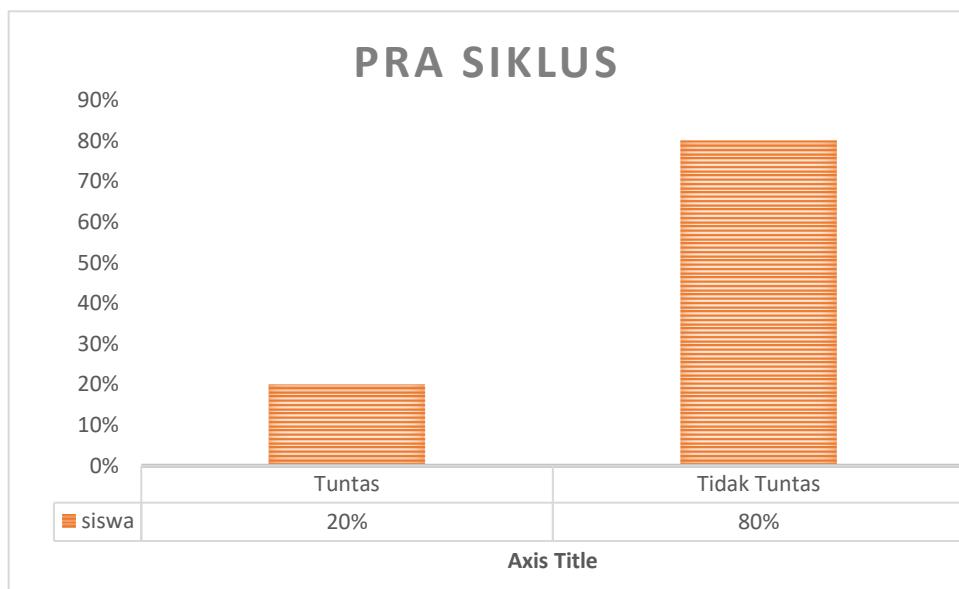
### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil berupa kemampuan *service* bawah. Adapun data dapat dicermati pada tabel 1.2 dan 3

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
Tuntas	7 peserta didik (20%)
Tidak Tuntas	28 peserta didik (80%)

**Tabel 1.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Pra Siklus

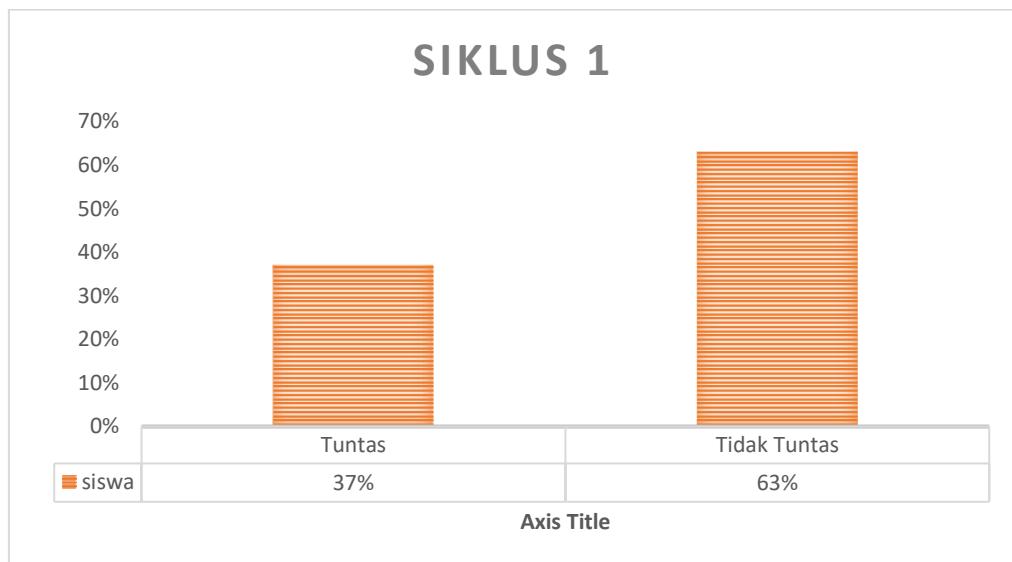


**Gambar Diagram 1.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Prasiklus

Tabel 1 di atas adalah data asesmen kemampuan *service* bawah tahap pra siklus yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. pada tahap ini hanya 7 peserta didik yang tuntas dan 28 peserta didik tidak tuntas.

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
Tuntas	13 peserta didik (37%)
Tidak Tuntas	22 peserta didik (63%)

**Tabel 2.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Siklus Satu Setelah Menerima Perlakuan

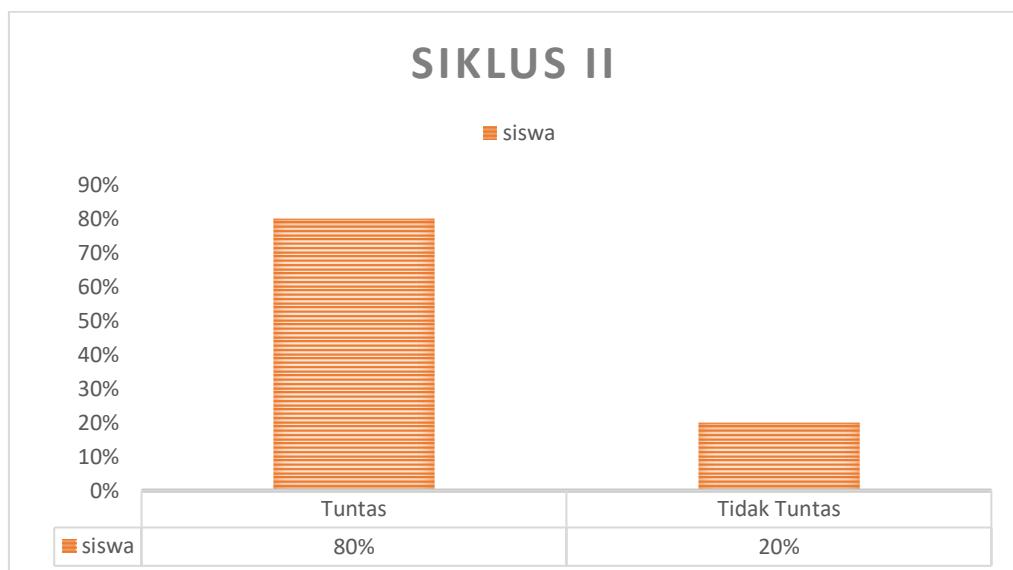


**Gambar Diagram 2.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Siklus I

Tabel 2 diatas adalah data asesmen kemampuan *service* bawah setelah siklus I yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus I menunjukan 13 (37%) peserta didik tuntas dan 22 (63%) peserta didik tidak tuntas. Ada beberapa hambatan yang terjadi pada siklus I ini yaitu 1) Siswa masih banyak yang belum tuntas melakukan gerakan sikap perkenaan dan sikap akhir 2) terbatasnya waktu, 3) siswa kurang memperhatikan saat guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan materi, 4) siswa satu sama lain masih kurang dalam melakukan kerja sama. Hal tersebut menjadi sebab beberapa siswa masih kurang maksimal dalam melakukan *service* bawah dan juga beberapa masukan dari kolaborator dengan menambahkan jarak pada saat melakukan perlakuan *service* bawah dan tambahan waktu pada saat perlakuan Latihan *service* bawah. Oleh karena itu siklus II sangat perlu dilakukan, untuk meningkatkan hasil *service* bawah yang lebih baik. adapun hasil dari siklus II dapat dilihat pada tabel 3.

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
Tuntas	28 peserta didik (80%)
Tidak tuntas	7 peserta didik (20%)

**Tabel 3.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Setelah Dua Siklus



**Gambar diagram 3.** Hasil Kemampuan *Service* Bawah Siklus II

Tabel 3 di atas adalah data asesmen kemampuan *service* bawah setelah siklus 2 yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus 2 menunjukkan 28 peserta didik tuntas dan 7 peserta didik tidak tuntas. Tabel di atas menggambarkan ada peningkatan di pembelajaran setiap siklus yang di lakukan.

### Pembahasan

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus mengalami peningkatan mutu pembelajaran. Hal tersebut dapat dilihat sebagai berikut ini:

#### 1. Pra siklus

Pada tahap pra siklus siswa kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen masih banyak yang belum bisa menuntaskan pembelajaran yang diberikan dan Sebagian siswa masih merasa takut salah dalam melakukan *service* bawah.

#### 2. Siklus I

Pada siklus I tindakan dalam proses pembelajaran *service* bawah bola voli Menggunakan Pendekatan TaRL (*Teaching at The Right Level*) pada siswa kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen Semarang sudah tepat. Dalam proses pembelajaran sebagian besar siswa merasa lebih percaya diri, tidak takut dan saling bekerja sama dalam melakukan teknik dasar *service* bawah bola voli dengan benar. Pendekatan pembelajaran telah disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan

dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukan.

### 3. Siklus II

Pada siklus II, proses pembelajaran *service* bawah bola voli dengan menerapkan pendekatan (*Teaching at The Right Level*) pada kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen pembelajaran menunjukkan peningkatan yang signifikan dan memberikan hasil yang memuaskan. Tindakan yang diterapkan pada siklus ini siswa mengikuti kegiatan dengan semangat tinggi dan tanpa rasa takut, sehingga kualitas gerakan *service* bawah mereka mengalami peningkatan. Oleh karena itu, tindakan dalam upaya meningkatkan keterampilan *service* bawah pada siswa kelas X UPT SMK Negeri 1 Bawen Semarang dapat dinyatakan berhasil. Setelah dilakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan kelas selama dua siklus, pendekatan pembelajaran ini dinilai layak untuk dijadikan sebagai acuan dalam proses pembelajaran selanjutnya.

Keberhasilan pembelajaran *service* bawah bola voli melalui metode pembelajaran kooperatif turut membantu guru dalam menyampaikan materi secara lebih efektif. Selain itu, siswa juga terdorong untuk menampilkan kemampuan terbaik mereka dalam setiap aktivitas pembelajaran.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran teknik *service* bawah dengan pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) pada siswa kelas X UPT SMK Negeri 1 Bawen selama dua siklus mampu meningkatkan prestasi belajar siswa. Peningkatan ini terlihat dari hasil observasi terhadap aspek psikomotorik siswa, yaitu sikap awalan, perkenaan, dan akhiran. Dari total 35 siswa, pada kondisi awal pra siklus hanya 7 siswa yang mampu melakukan ketiga aspek tersebut dengan baik. Jumlah ini meningkat menjadi 28 siswa pada siklus II. Dengan demikian, ketuntasan di kelas tersebut telah mencapai 80% siswa yang berhasil mencapai standar belajar yang ditetapkan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Saya sampaikan terima kasih kepada Bapak Nana Mulyana , S.P., M.Si. selaku Kepala SMK Negeri 1 Bawen, Ibu Yulia Ratimiasih, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPG Calon Guru Program Studi PJOK Universitas PGRI Semarang, Bapak Bagus Ginanjar Mahardika, S.Pd. selaku guru pamong PJOK di SMK Negeri 1 Bawen; seluruh rekan PPG Calon Guru Gelombang 2 Tahun 2024, serta siswa-siswi kelas X UPT A SMK Negeri 1 Bawen Tahun Pelajaran 2024/2025 atas segala dukungan, baik secara moril maupun materiil, yang telah diberikan selama proses penyusunan Penelitian Tindakan Kelas ini. Semoga segala bentuk bantuan dan kebaikan yang diberikan memperoleh balasan terbaik dari Allah SWT. Aamiin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus. S. Suryobroto. 2004. Diktat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Fakultas IlmuKeolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ahmadi, N. (2007). *Panduan olahraga bola voli / Nuril Ahmadi ; Editor: Didin*.
- Alfyanti, A., Siregar, F. H., Padang, I. N., Ginting, J. R., Melati, S. A., & Siregar, F. S. (2024). Pentingnya Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi Anak Sekolah Dasar. *JETBUS: Journal of Education Transportation and Business*, 1(1), 26–33. <https://doi.org/10.57235/JETBUS.V1I1.2722>
- Arikunto, S. (2007). *Prosedur Penelitian: suatu pendekatan praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 01. <https://doi.org/10.24235/AL.IBTIDA.SNJ.V4I1.1276>
- Dwinata Nandaka, P., Sudiana, I. K., & Doddy tisna MS, G. (2022). Pengaruh Metode Latihan Bola Gantung Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Dan Ketepatan Smash Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Smpn 2 Purwoharjo. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 13(2), 67–73. <https://doi.org/10.23887/JJPKO.V13I2.53791>
- Fernández-Rio, J. M., & Méndez-Giménez, A. (2015). El Aprendizaje Cooperativo: Modelo Pedagógico para Educación Física (Cooperative learning: Pedagogical Model for Physical Education). *Retos*, 29, 201–206. <https://doi.org/10.47197/retos.voi29.38721>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pjok) di tengah pandemi corona virus disease (covid)-19 di sekolah dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1-7.
- Masroni, A. H., & Hariyanto, E. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Ekstrakurikuler Bolavoli Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 3(5), 284–293. <https://doi.org/10.17977/UM062V3I52021P284-293>
- Palao, J. M., Santos, J. A., & Ureña, A. (2004). The effect of team quality, set score and game location on the number of serves and serve effectiveness in high-level men's volleyball. *Journal of Human Kinetics*, 11, 115-122
- Petrik, I., Eremenko, A., Smirnova, N., & Rybalchenko, N. (2024). Meningkatkan Pembelajaran Service Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas V SDN Jangka Tahun Pelajaran 2017/2018. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 1(1). <https://doi.org/10.20935/ACADNANO7380>
- Putria, H., Maula, L. H., & Uswatun, D. A. (2020). Analisis Proses Pembelajaran dalam Jaringan (DARING) Masa Pandemi Covid- 19 Pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 861–870. <https://doi.org/10.31004/BASICEDU.V4I4.460>
- Ramadhanti, R. L., Al-Bahij, A., & Mufidah, L. (n.d.). *Pengaruh Penggunaan Pembelajaran Kreatif dan Inovatif untuk Siswa di Sekolah MI Muhammadiyah Butuh Kalikajar*.
- Sarwita, T. (2017). Pengaruh Latihan Service Bawah Berpasangan Terhadap Ketepatan Service Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Pervodac. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 4(1), 31–37. <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/777>
- Setia Budi, A. (2021). Pengaruh Latihan Service Bawah ke Dinding dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Negeri 13 Tanjung Jabung Timur. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 3(2), 45–52. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v3i2.15626>
- Setiawan, A. (2021). Pengaruh Model Kooperatif Think Pair Share (Tps) Terhadap Hasil

- Belajar *Service* Bawah Dalam Bola Voli Kelas Viii Smp N 1 Japah Tahun Ajaran 2019/2020. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(3), 369–374. <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i3.117>
- Suseno, W., Muhtar, T., & Sudrazat, A. (2023). Pengaruh Bentuk Latihan Circuit Training Terhadap Ketepatan Shooting Pada Club Sepakbola Cirebon United Kota Cirebon. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(3), 828–839. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i3.8457>
- Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Yang, J. (2006). PERATURAN MENTERI PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA NOMOR 22 TAHUN 2006 TENTANG STANDAR ISI UNTUK SATUAN PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA MENTERI PENDIDIKAN NASIONAL. *Global Shadows: Africa in the Neoliberal World Order*, 44(2), 8–10.