

Peningkatan Kemampuan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli melalui Penerapan Metode Drill pada Siswa Kelas XI-11 SMA N 2 Semarang

**Amar Ma'ruf¹, Maftukin Hudah², Theresia Cicik Sophia Budiman³, Osa Maliki⁴,
Tomy Rully Winarto⁵**

¹²³⁴PJKR, FIPSKR, Universitas PGRI Semarang, Jl. Gajah Raya No.40 Sambirejo, Kecamatan Gayamsari, Kota Semarang, Jawa Tengah 50166

⁵SMA Negeri 2 Semarang, Jl. Sendangguwo Baru I No.1, Gemah, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50191

Email: 1amar65333@gmail.com

Email: 2maftukinhudah10@gmail.com

Email : 3ciciksophia@upgris.ac.id

Email: 4osamaliki@upgris.ac.id

Email: 5rullytomy@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli melalui penerapan metode drill pada siswa kelas XI-11 SMA Negeri 2 Semarang. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus, yang masing-masing terdiri dari tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Data dikumpulkan melalui observasi dan tes keterampilan *passing* bawah, kemudian dianalisis secara kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode drill mampu memberikan peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan siswa. Pada tahap prasiklus, mayoritas siswa (75%) berada dalam kategori “kurang”. Setelah pelaksanaan siklus I, terjadi sedikit peningkatan, namun siswa yang tergolong “kurang” masih mendominasi (72,22%). Perbaikan dilakukan pada siklus II dengan meningkatkan intensitas latihan dan memberikan umpan balik langsung. Hasilnya, siswa dalam kategori “sangat baik” meningkat menjadi 13 orang (36,11%) dan siswa kategori “kurang” menurun menjadi 8 orang (22,22%). Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa metode drill efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli. Disarankan agar guru PJOK menggunakan metode drill secara rutin dalam pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar, motivasi belajar, dan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran PJOK.

Kata kunci : metode drill, *passing* bawah, bola voli, PJOK, penelitian tindakan kelas

ABSTRACT

This study aims to improve underhand passing skills in volleyball through the implementation of the drill method among class XI-11 students at SMA Negeri 2 Semarang. It is a Classroom Action Research (CAR) conducted in two cycles, each consisting of four stages: planning, action, observation, and reflection. Data were collected through observations and underhand passing skill tests, then analyzed quantitatively. The results showed that the drill method significantly improved students' performance. In the pre-cycle stage, the majority of students (75%) were in the “poor” category. After implementing Cycle I, there was a slight improvement, but most students (72.22%) still performed poorly. Improvements were made in Cycle II by increasing the intensity of drill practice and providing direct feedback. As a result, 13 students (36.11%) reached the “very good” category, while only 8 students (22.22%) remained in the “poor” category. The findings conclude that the drill method is effective in enhancing underhand passing skills in volleyball. It is recommended that physical education teachers apply the drill method regularly to improve students' basic technical skills, boost learning motivation, and foster active participation in physical education learning activities.

Keywords: drill method, underhand passing, volleyball, physical education, classroom action research

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum nasional yang bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, serta karakter peserta didik. Pembelajaran PJOK tidak hanya mencakup pengembangan fisik semata, tetapi juga aspek mental, sosial, dan afektif. Menurut Nasution (2018), PJOK memiliki kontribusi besar dalam membentuk kepribadian siswa melalui nilai-nilai sportivitas, kerja sama tim, dan tanggung jawab sosial.

Salah satu bentuk kegiatan dalam PJOK yang populer dan penuh manfaat adalah permainan bola voli. Bola voli sebagai olahraga beregu mengajarkan siswa untuk berkomunikasi, bekerja sama, dan menyusun strategi. Permainan ini memerlukan penguasaan teknik dasar agar dapat dimainkan secara efektif. Menurut Nurhasan (2017), keterampilan teknik dasar dalam bola voli seperti servis, passing, smash, dan blocking merupakan fondasi penting dalam membangun permainan yang efektif.

Passing bawah, sebagai salah satu teknik dasar utama, sangat penting untuk mempertahankan bola dan membangun serangan. Teknik ini kerap digunakan untuk menerima servis lawan atau bola yang datang rendah. Menurut Sugiyanto & Wijaya (2019), penguasaan teknik passing bawah yang baik akan menentukan kelancaran jalannya permainan serta keefektifan serangan berikutnya. Namun, dalam kenyataannya, banyak siswa mengalami kesulitan dalam melakukan passing bawah dengan benar, yang ditunjukkan melalui posisi tubuh yang kurang tepat, koordinasi gerak yang tidak stabil, dan arah bola yang tidak akurat.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di kelas XI-11 SMA Negeri 2 Semarang, ditemukan bahwa sebagian besar siswa belum menguasai teknik passing bawah dengan baik. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya latihan, pembelajaran yang bersifat teoritis, serta metode pengajaran yang belum memberikan ruang latihan yang cukup. Menurut Ramdani dan Syafei (2020), pembelajaran PJOK yang terlalu berorientasi pada teori akan mengurangi efektivitas penguasaan keterampilan motorik siswa.

Urgensi penguasaan teknik dasar di sekolah sangatlah penting. Jika teknik dasar tidak dikuasai, maka siswa akan kesulitan melanjutkan ke strategi permainan yang lebih kompleks. Menurut Rohim (2020), teknik dasar merupakan fondasi dari keterampilan lanjutan dalam olahraga. Tanpa penguasaan ini, proses pembelajaran akan tersendat dan menurunkan partisipasi siswa dalam aktivitas fisik.

Salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengatasi kendala tersebut adalah metode drill. Drill merupakan metode latihan yang berfokus pada pengulangan gerakan secara sistematis dan intensif. Menurut Wicaksono dan Hidayat (2020), metode drill sangat efektif dalam membentuk kebiasaan motorik dan memperkuat koordinasi gerakan pada keterampilan olahraga. Astuti (2017) juga menambahkan bahwa metode drill dalam pembelajaran teknik bola voli dapat meningkatkan kecakapan siswa dalam waktu relatif singkat karena adanya pengulangan yang konsisten.

Metode drill tidak hanya meningkatkan aspek psikomotorik, tetapi juga berdampak pada peningkatan motivasi dan rasa percaya diri siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Muniroh dan Alim (2021) yang menyatakan bahwa pembelajaran dengan latihan berulang mampu meningkatkan keterlibatan aktif siswa serta membangun kesadaran terhadap perbaikan teknik. Dalam konteks pembelajaran PJOK, metode ini memungkinkan siswa untuk mengevaluasi dan memperbaiki gerakan mereka secara langsung melalui umpan balik dari guru.

Dalam Kurikulum Merdeka, pembelajaran PJOK diarahkan untuk menumbuhkan kompetensi dan karakter siswa secara utuh, sejalan dengan Profil Pelajar Pancasila. Melalui aktivitas fisik seperti bola voli, siswa dapat mengembangkan nilai gotong royong, mandiri, dan bernalar kritis (Kemendikbudristek, 2022). Oleh karena itu, model

pembelajaran yang efektif seperti drill sangat penting diterapkan untuk mendukung tercapainya tujuan kurikulum.

Metode drill juga selaras dengan teori behavioristik, khususnya hukum latihan (*law of exercise*) dari Thorndike. Hermawan (2021) menjelaskan bahwa melalui pengulangan, hubungan antara stimulus dan respons diperkuat, sehingga keterampilan akan semakin otomatis. Hal ini sangat relevan dalam pembelajaran teknik dasar olahraga seperti passing bawah.

Sayangnya, berdasarkan penelitian Fitriyah dan Kurniawan (2021), metode praktik masih belum dominan digunakan oleh guru PJOK. Banyak guru masih menggunakan metode ceramah atau demonstrasi tanpa latihan intensif. Akibatnya, siswa kurang memiliki kesempatan untuk mengembangkan keterampilan melalui pengalaman langsung dan pengulangan.

Selain teknik, pembelajaran PJOK juga harus menumbuhkan keterampilan abad 21 seperti kolaborasi, tanggung jawab, dan komunikasi. Latihan berpasangan atau kelompok dalam drill memberi ruang bagi siswa untuk berinteraksi sosial dan bekerja sama. Setiawan & Nurjanah (2021) menyebutkan bahwa aktivitas PJOK yang terstruktur dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kognitif siswa secara bersamaan.

Sejumlah penelitian mendukung efektivitas metode drill dalam pembelajaran teknik olahraga. Misalnya, studi oleh Sulaiman dan Yanti (2020) menunjukkan bahwa penggunaan drill dalam pelatihan passing bawah meningkatkan akurasi dan kecepatan reaksi siswa. Penelitian lain oleh Febriyanto dan Sari (2021) menunjukkan bahwa siswa yang dilatih menggunakan metode drill menunjukkan perkembangan keterampilan teknik yang lebih konsisten dibandingkan metode ceramah atau demonstrasi saja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi penerapan metode drill dalam meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas XI-11 SMA Negeri 2 Semarang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas pembelajaran PJOK dan menjadi referensi bagi guru dalam memilih strategi yang tepat untuk meningkatkan keterampilan siswa secara optimal.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus di lapangan bola voli SMA Negeri 2 Semarang dengan subjek penelitian siswa kelas XI-11 sebanyak 36 siswa. PTK ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran serta meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya dalam keterampilan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli. Setiap siklus dalam penelitian ini mengikuti empat tahapan pokok, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun perangkat pembelajaran yang meliputi modul ajar, skenario latihan teknik passing bawah, serta instrumen observasi dan penilaian keterampilan. Peneliti juga menyiapkan fasilitas dan media pembelajaran yang diperlukan untuk menunjang kegiatan di lapangan.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan tindakan, yaitu penerapan metode drill dalam kegiatan pembelajaran. Siswa melakukan latihan teknik passing bawah secara berulang dengan bimbingan dan demonstrasi dari guru, baik secara individu maupun berpasangan.

Tahap ketiga adalah observasi, di mana peneliti dan kolaborator melakukan pengamatan terhadap proses pembelajaran, mencatat partisipasi siswa, kesalahan teknik, serta efektivitas metode drill yang diterapkan. Data dari observasi ini dikumpulkan dalam lembar observasi dan rubrik penilaian keterampilan.

Tahap terakhir adalah refleksi, yaitu menganalisis hasil observasi dan evaluasi pembelajaran untuk mengidentifikasi kelebihan, kendala, dan aspek yang perlu

[illegible]

Sumber : Arikunto (2021)

Refleksi dilakukan berdasarkan hasil observasi untuk mengidentifikasi kelemahan dan merumuskan perbaikan untuk siklus II. Pada siklus II, perencanaan diperbarui dengan penambahan variasi latihan drill. Pelaksanaan dilakukan pada 23 April 2025. Latihan dilakukan secara berulang dan sistematis, dilengkapi evaluasi praktik. Observasi pada siklus II menunjukkan peningkatan kemampuan teknik siswa. Refleksi siklus II menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan yang signifikan.

Instrumen penilaian yang digunakan terdiri dari modul ajar dan rubrik penilaian keterampilan passing bawah bola voli. Rubrik mencakup tiga aspek teknik, yaitu sikap permulaan, sikap perkenaan, dan sikap lanjutan. Setiap aspek memiliki empat indikator dengan skor kualitas gerak 1 hingga 4, tergantung jumlah deskriptor yang dapat dilakukan oleh siswa.

Data hasil tes dianalisis secara kuantitatif dengan menghitung nilai rata-rata, persentase ketuntasan, dan distribusi kategori kemampuan siswa. Analisis dilakukan untuk mengetahui perkembangan keterampilan dari prasiklus hingga akhir siklus II. Data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan digunakan untuk menarik kesimpulan efektivitas metode drill dalam meningkatkan keterampilan passing bawah siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas XI-11 SMA Negeri 2 Semarang melalui penerapan metode drill. Penelitian

dilakukan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Data diperoleh melalui observasi dan tes unjuk kerja yang dianalisis secara kuantitatif deskriptif. Berikut adalah uraian hasil yang diperoleh pada masing-masing tahap.

Hasil Prasiklus

Sebelum tindakan pembelajaran dilakukan, peneliti melaksanakan observasi awal dan pretest untuk mengetahui kemampuan dasar siswa dalam melakukan teknik passing bawah bola voli. Tes dilakukan secara praktik, di mana siswa diminta melakukan gerakan passing bawah dalam waktu 1 menit secara mandiri. Penilaian dilakukan berdasarkan rubrik yang meliputi aspek sikap awal, sikap berkenaan, dan sikap lanjutan.

Hasil pretest menunjukkan bahwa kemampuan siswa secara umum masih rendah. Dari total 36 siswa, hanya 1 siswa (2,78%) yang berada dalam kategori "baik", 8 siswa (22,22%) berada pada kategori "cukup", dan mayoritas, yaitu 27 siswa (75%), berada dalam kategori "kurang".

Tabel 1. Rekapitulasi Kemampuan Passing Bawah Siswa pada Prasiklus

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
1	Sangat Baik	0	0%
2	Baik	1	2,78%
3	Cukup	8	22,22%
4	Kurang	27	75%
Jumlah		36	100%

Hasil ini mengindikasikan bahwa keterampilan dasar passing bawah siswa masih belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Kurangnya penguasaan teknik, koordinasi gerak, dan latihan yang kurang terstruktur menjadi penyebab utama rendahnya performa siswa pada tahap ini.

Hasil Siklus I

Setelah mengetahui kondisi awal siswa, peneliti melaksanakan tindakan siklus I dengan menerapkan metode drill sebagai strategi utama dalam pembelajaran. Tindakan ini berlangsung selama satu kali pertemuan (3 x 45 menit) di lapangan voli sekolah. Kegiatan meliputi demonstrasi teknik, latihan berulang secara individu dan berpasangan, serta evaluasi keterampilan passing bawah di akhir sesi.

Observasi selama proses pembelajaran menunjukkan bahwa siswa mulai menunjukkan peningkatan dalam hal fokus dan keterlibatan. Namun, dalam pelaksanaan teknik, masih banyak ditemukan kesalahan pada sikap berkenaan bola dan kontrol arah passing. Tes unjuk kerja di akhir siklus I menunjukkan peningkatan yang belum terlalu signifikan.

Tabel 2. Rekapitulasi Kemampuan Passing Bawah Siswa pada Siklus I

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
----	----------	--------------	------------

1	Sangat Baik	1	2,78%
2	Baik	3	8,33%
3	Cukup	6	16,67%
4	Kurang	26	72,22%
Jumlah		36	100%

Dibandingkan dengan prasiklus, terdapat pergeseran pada kategori baik dan cukup. Namun, siswa yang berada pada kategori "kurang" masih mendominasi dengan persentase 72,22%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun metode drill mulai memberikan efek positif, intensitas dan struktur latihan perlu ditingkatkan. Refleksi hasil siklus I menunjukkan bahwa pembelajaran perlu difokuskan pada koreksi teknik secara langsung dan peningkatan pengulangan latihan dengan bimbingan yang lebih intensif.

Hasil Siklus II

Siklus II merupakan tahap perbaikan berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. Pembelajaran difokuskan pada peningkatan frekuensi latihan, koreksi teknik lebih intensif, dan pemberian umpan balik secara langsung. Latihan dilakukan dengan pola yang lebih variatif dan waktu latihan diperpanjang. Guru juga memberikan perhatian lebih kepada siswa yang belum mencapai kategori tuntas.

Hasil observasi menunjukkan bahwa siswa lebih fokus, antusias, dan percaya diri. Dalam sesi evaluasi, mayoritas siswa mampu menunjukkan penguasaan teknik passing bawah dengan baik. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka menjaga posisi tubuh, meluruskan lengan dengan benar, serta mengarahkan bola ke sasaran secara tepat.

Tabel 3. Rekapitulasi Kemampuan Passing Bawah Siswa pada Siklus II

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
1	Sangat Baik	13	36,11%
2	Baik	4	11,11%
3	Cukup	11	30,56%
4	Kurang	8	22,22%
Jumlah		36	100%

Dibandingkan dengan siklus I, hasil ini menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan. Jumlah siswa dalam kategori "sangat baik" meningkat tajam dari 1 siswa menjadi 13 siswa. Demikian pula kategori "cukup" naik dari 6 siswa menjadi 11 siswa. Sebaliknya, kategori "kurang" turun drastis dari 26 siswa menjadi hanya 8 siswa.

Pembahasan

Penerapan metode drill dalam pembelajaran teknik passing bawah terbukti mampu meningkatkan keterampilan siswa secara bertahap dan signifikan. Hal ini tercermin dari pergeseran kategori kemampuan siswa dari prasiklus hingga siklus II. Peningkatan terjadi tidak hanya pada aspek teknis, tetapi juga pada aspek motivasi, partisipasi, dan kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran.

Latihan drill memberikan siswa kesempatan untuk melakukan gerakan secara berulang sehingga membentuk kebiasaan motorik yang lebih baik. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Fanani (2020) yang menyatakan bahwa metode drill mampu meningkatkan teknik dasar permainan bola voli karena menekankan pada pengulangan gerakan yang sistematis dan intensif. Selain itu, Sari & Appulembang (2019) menegaskan bahwa latihan berulang mempermudah siswa dalam mengingat dan menguasai keterampilan, khususnya keterampilan motorik dalam olahraga.

Hasil penelitian juga mendukung teori behavioristik, terutama *law of exercise* dari Thorndike, yang menyatakan bahwa pengulangan akan memperkuat hubungan antara stimulus dan respons. Semakin sering suatu keterampilan dilatih, semakin besar peluang siswa untuk melakukan keterampilan tersebut secara otomatis dan tepat.

Selain itu, hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian oleh Astuti (2017) yang menunjukkan bahwa metode drill secara signifikan meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini pada siswa sekolah dasar. Demikian juga penelitian oleh Chan & Indrayeni (2018) yang menunjukkan bahwa latihan drill meningkatkan kontrol gerak dan akurasi dalam passing bawah.

Pembelajaran dengan metode drill juga memungkinkan guru memberikan koreksi langsung terhadap teknik yang salah. Umpan balik yang diberikan secara *real-time* membantu siswa memperbaiki kesalahan mereka dengan cepat. Latihan berpasangan turut mendorong kerja sama, komunikasi, dan interaksi sosial antar siswa, seperti yang juga ditemukan dalam penelitian oleh Aknasari, Firlando & Syafutra (2021).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini tidak hanya menjawab permasalahan utama tentang rendahnya kemampuan passing bawah siswa, tetapi juga menegaskan bahwa metode drill merupakan strategi efektif untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran PJOK, khususnya dalam keterampilan teknik dasar permainan bola voli.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan dalam dua siklus, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode drill efektif dalam meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas XI-11 SMA Negeri 2 Semarang Tahun Pelajaran 2024/2025.

Pada tahap prasiklus, dari 36 siswa, hanya 1 siswa (2,78%) berada dalam kategori baik, 8 siswa (22,22%) dalam kategori cukup, dan mayoritas sebanyak 27 siswa (75%) masih berada pada kategori kurang. Setelah tindakan siklus I, terjadi peningkatan meskipun belum signifikan; siswa dalam kategori sangat baik hanya 1 siswa (2,78%), baik 3 siswa (8,33%), cukup 6 siswa (16,67%), dan yang masih kurang 26 siswa (72,22%).

Peningkatan signifikan terjadi setelah pelaksanaan siklus II, di mana siswa yang berada dalam kategori sangat baik meningkat menjadi 13 siswa (36,11%), baik 4 siswa (11,11%), cukup 11 siswa (30,56%), dan hanya 8 siswa (22,22%) yang masih berada dalam kategori kurang.

Perkembangan tersebut menunjukkan bahwa metode drill memberikan ruang bagi siswa untuk melakukan latihan berulang secara terstruktur, memperbaiki kesalahan teknik dengan umpan balik langsung, serta meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajar. Dengan demikian, metode drill tidak hanya berhasil meningkatkan keterampilan teknik passing bawah, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kualitas proses pembelajaran PJOK secara keseluruhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada siswa siswa kelas XI 11 SMA Negeri 2 Semarang yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul dengan baik. Selain itu, terima kasih kepada pihak SMA Negeri 2 Semarang yang telah memberikan ijin program pengajaran dalam menerapkan ilmu paedagogik peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Aknasari, R. Z., Firlando, R., & Syafutra, W. (2021). Penerapan Metode Latihan Drill pada Atlet Bola Voli Pengcab Kabupaten. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 62–71. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2874>
- Arikunto, S. (2021). *Penelitian tindakan kelas: Edisi revisi*. Bumi Aksara.
- 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), 1–16. <https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276>
- Chan, F., & Indrayeni, Y. (2018). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan TGFU Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 11 Muaro Jambi. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(2), 186–197.
- Fanani, Z. (2020). Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill. *Education Journal: Journal Educational* <https://doi.org/10.31537/ej.v4i2.345>
- Febriyanto, D., & Sari, P. A. (2021). Perbandingan metode drill dan demonstrasi dalam pembelajaran teknik passing. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 7(2), 65–71.
- Fitriyah, S., & Kurniawan, T. (2021). Analisis kegiatan praktik PJOK di SMA Negeri. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 8(1), 41–50.
- Hermawan, D. (2021). Aplikasi teori behavioristik dalam pembelajaran keterampilan motorik. *Jurnal Pendidikan Terapan*, 4(3), 101–108.
- Kemendikbudristek. (2022). *Panduan Implementasi Kurikulum Merdeka Jenjang SMA*. Jakarta: Direktorat Jenderal PAUD, Dikdasmen.
- Muniroh, R., & Alim, S. (2021). Drill method in physical education to improve students' motor skills. *Jurnal Active Learning*, 9(2), 77–83.
- Nasution, M. (2018). *Pengembangan Pembelajaran PJOK Berbasis Karakter*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Nurhasan, R. (2017). *Fundamental Teknik Dasar Permainan Bola Voli*. Bandung: Alfabeta.
- Ramdani, A., & Syafei, M. (2020). Efektivitas pembelajaran PJOK menggunakan metode latihan. *Jurnal Pendidikan Olahraga Indonesia*, 2(1), 30–38.
- Rohim, M. (2020). Teknik dasar dalam pembelajaran olahraga di sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Nusantara*, 3(2), 22–30.

- Sari, T. N., & Appulembang, O. D. (2019). Penerapan Metode Drill untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kognitif Siswa pada Materi Himpunan Kelas VII pada SMP di Sentani [The Implementation of The Drill Method to Increase Students' Cognitive Learning Outcomes of Sets in A Grade 7 Class at A Junio. *JOHME: Journal of Holistic Mathematics Education*, 2(2), 131–140. <https://doi.org/10.19166/johme.v2i2.1689>
- Setiawan, D., & Nurjanah, R. (2021). Integrasi keterampilan abad 21 dalam pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 26(3), 175–183.
- Sulaiman, R., & Yanti, E. (2020). Dampak latihan drill terhadap akurasi passing bawah bola voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*, 6(1), 112–118.
- Sugiyanto, A., & Wijaya, R. (2019). Pengaruh penguasaan teknik passing bawah terhadap kinerja tim bola voli. *Jurnal Keolahragaan Nusantara*, 5(2), 45–52.
- Wicaksono, H., & Hidayat, T. (2020). Latihan drill untuk meningkatkan teknik dasar servis dan passing. *Jurnal Olahraga Rekreasi*, 8(1), 58–65.
- Winarno, M. E., & Tomi, A. (2013). Teknik Dasar Bermain Bolavoli. Malang.