



Pengaruh Metode Kooperatif terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli Siswa Kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan

Hengki Ramadhan, Nurul Ihsan, Sepriadi, Zulbahri

Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia
ramadhanhengki2000@gmail.com, nurul_ihsan@ymail.com, sepriadi@fikunp.ac.id,
zulbahri@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Metode Kooperatif, Passing Bawah, Bola Voli.

Abstrak : Berdasarkan pengamatan penulis menunjukkan bahwa masih rendahnya tingkat hasil belajar passing bawah bola voli siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli melalui metode kooperatif pada siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan desain *quasi eksperimen* kelompok *control group design* dengan *pre test* dan *post test* dengan perlakuan 3 kali pertemuan. Subyek dari penelitian ini adalah siswa kelas XI MIPA 1 sebagai kelas eksperimen dengan jumlah 20 siswa, dan Sedangkan kelas XI MIPA 2 sebagai kelas kontrol dengan jumlah 20 siswa. Teknik penarikan sampel yang dipakai adalah *Simple Random Sampling*. Teknik pengambilan data menggunakan tes yaitu Tes *Passing Bawah*. Teknik analisis data menggunakan analisis Uji T dan sebelumnya telah diuji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu. Hasil pengujian hipotesis menggunakan Uji-t *independent* mendapatkan *t* hitung masing-masing = 3.780 dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan *t* tabel = 1.685. Dengan demikian, *t* hitung (3.780) > *t* tabel (1.685). dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode kooperatif terhadap hasil belajar passing bawah bola voli siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan.

Keywords : *Cooperative Method, Underpass, Volleyball.*

Abstract : *This study aims to improve the learning outcomes of volleyball underhand passing through cooperative methods in class XI MIPA 1 students of SMA Negeri 3 Solok Selatan. This research is a quasi-experimental design with a quasi-experimental control group design with pre-test and post-test. The subjects of this study were students of class XI MIPA 1 as an experimental class with a total of 20 students, and class XI MIPA 2 as a control class with a total of 20 students. The sampling technique used is Simple Random Sampling. The data collection technique uses a test, namely the Lower Passing Test. The data analysis technique uses the T test analysis and has previously been tested for normality and homogeneity. The results of testing the hypothesis using the independent t-test obtained t count = 3,780 each with a significance level of $\alpha = 0.05$ and t table = 1,685. Thus, tcount (3.780) > ttable(1.685). thus it can be concluded that there is an influence of the cooperative method on the learning outcomes of underhand passing volleyball for class XI MIPA 1 students of SMA Negeri 3 Solok Selatan.*

PENDAHULUAN

Olahraga Pendidikan merupakan salah satu bagian terpenting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dimulai sejak manusia itu ada. Dengan adanya pendidikan manusia memiliki bekal untuk membantu hidupnya. Pendidikan adalah upaya sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengembalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. pendidikan merupakan aktivitas yang bertautan, dan meliputi berbagai unsur yang berhubungan erat antara unsur satu dengan unsur yang lain. Sutrisno (2016)

Menurut UU No. 20 tahun 2003 Pendidikan adalah "Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara".

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) adalah komponen dari pendidikan umum yang memberikan peran serta melalui pengalaman gerak untuk tumbuh kembang anak. Perkembangan tubuh secara global melalui aktivitas jasmani yang merupakan kontribusi khusus pendidikan jasmani terhadap pendidikan secara umum sebagai pendidikan di dalam kurikulum K13. Menurut Rahayu (2016).

Menurut Asep sujana wahyuri (2017) Kurikulum 2013 adalah seperangkat rencana dan pengaturan baik mengenai tujuan, isi dan bahan pengajaran serta cara yang

digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu.

Menurut Ali Umar (2018) Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kesegaran jasmani, keterampilan, berfikir kritis, kualitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani olahraga.

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.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran penjasorkes antara lain: faktor guru, faktor siswa, faktor materi pembelajaran, faktor alat dan fasilitas olahraga, metode pembelajaran, jumlah siswa yang terlalu banyak, serta lokasi waktu yang kurang. Faktor-faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya.

Pada permainan bola voli, teknik dasar merupakan faktor yang mendasar yang harus dikuasai oleh siswa SD/MI sampai SMA/SMK. Dengan menguasai teknik dasar bermain bola voli, diharapkan siswa akan memiliki keterampilan bermain bola voli.

Menurut Erianti (2019) permainan bolavoli merupakan suatu permainan bola besar untuk memasukkan bola ke dalam daerah lawan dengan melewati rintangan berupa tali atau net. Adapun pengertian dari permainan bola voli yang berarti olahraga beregu yang diawali dengan pukulan oleh

rekan satu tim kearah lawan dengan jumlah pemain 6 pada setiap tim.

Passing bawah merupakan teknik gerak dasar yang paling awal diajarkan bagi siswa atau pemain pemula. Passing bawah dilakukan dengan kedua lengan untuk dioperkan atau dimainkan di lapangan permainan sendiri. Pada gerakan teknik passing bawah melibatkan beberapa gerakan dari anggota badan antara lain: posisi kaki, posisi badan, posisi kedua tangan, dan gerakan lanjut.

Bagian- bagian tubuh tersebut merupakan rangkaian gerakan passing bawah yang tidak dapat dipisah-pisahkan pelaksanaannya untuk menghasilkan kualitas passing bawah yang baik dan sempurna. Agar siswa mampu melakukan passing bawah dengan baik dan benar harus dilakukan pembelajaran yang sistematis dan terprogram. Seorang guru harus mampu memilih metode pembelajaran yang mudah dipelajari dan dipahami oleh siswa.

Dalam proses pembelajaran terdapat komponen siswa dalam proses belajar dan guru yang memberikan materi pembelajaran (mengajar). Untuk menyajikan seperangkat kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk tercapainya tujuan yang diinginkan, salah satunya dengan menerapkan metode pembelajaran yang baik dan tepat. Metode pembelajaran yang diterapkan hendaknya mengacu pada penemuan yang terarah dan pemecahan masalah. Penemuan dan pemecahan masalah tersebut merupakan pendekatan yang membantu tercapainya tujuan dengan mengacu pada metode pembelajaran yang terkendali, dengan seksama menyusun seri-seri pembelajaran yang memberi urutan pembelajaran terhadap tujuan yang telah dirumuskan.

Metode pembelajaran merupakan salah satu bagian, integral yang dapat

mempengaruhi pencapaian hasil belajar. Berhasil dan tidaknya tujuan pembelajaran dapat dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang diterapkan guru. Dalam memilih metode pembelajaran banyak pertimbangan yang dapat dipergunakan, secara umum dapat dilihat bahwa metode mengajar dapat mengarahkan perhatian siswa terhadap hakikat belajar yang spesifik, membangkitkan motivasi belajar, memberikan umpan balik dengan segera, memberikan kesempatan bagi siswa untuk maju sesuai dengan kemampuan dan kecepatannya sendiri, guru, materi pelajaran serta proses pendidikan pada umumnya.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, penerapan metode pembelajaran yang dilakukan seorang guru akan mempengaruhi pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan metode pembelajaran yang tepat akan dapat membangkitkan motivasi belajar siswa, sehingga akan mendukung pencapaian hasil belajar lebih optimal.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah melalui metode pembelajaran kooperatif untuk meningkatkan pembelajaran passing bawah siswa. Dengan menggunakan metode pembelajaran kooperatif pembelajaran passing bawah bola voli.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperimen* (eksperimen semu). Menurut Sugiyono (2017), penelitian ini dilakukan dengan memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol sebagai pembanding.. Penelitian ini dilaksanakan dilapangan bola voli SMAN 3 Solok Selatan. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret tanggal 17-20

tahun 2023. Adapun teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang sebagai kelas eksperimen dan 20 orang sebagai kelas kontrol. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes keterampilan passing bawah bola voli.

HASIL

Berdasarkan data yang telah di dapatkan dan dikumpulkan, maka dalam bab ini dilakukan analisis dan pembahasan yang diperoleh dalam penelitian ini. Data akan dideskripsikan sesuai dengan tujuan dan pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya. Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini dapat kita lihat gambarannya.

Tabel 1 . Distribusi Frekuensi keterampilan *Pre Test* dan *Post Test* Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Kelas Eksperimen.

NO	Kelas Interval	Frekuensi Pretest		Frekuensi Posttest		Kriteria
		Fa	Fr(%)	Fa	Fr (%)	
1	11-12	0	0	3	15%	Baik Sekali
2	9 – 10	4	20%	9	45%	Baik
3	7 – 8	5	25%	3	15%	Cukup
4	5 – 6	8	40%	5	25%	Kurang
5	3 - 4	3	15%	0	0	Kurang Sekali
Jumlah		20	100%	20	100%	
Mean		55,79		72,27		
Standar deviasi		18,35		16,76		
Median		50,00		75,00		

Dari hasil tes awal (*pre test*) yang dilakukan, dari 20 orang sampel diperoleh rata-rata (*mean*) 55,79, skor tertinggi 10, skor terendah 3, median 50,00, dan satandar deviasi 18,35. Dari hasil tes akhir (*post test*) yang dilakukan, dari 20 orang sampel diperoleh rata-rata (*mean*) 72,27, skor tertinggi 11, skor terendah 6, median 75,00,

dan satandar deviasi 16,76.

Berpedoman pada tabel, dapat dilihat bahwa hasil analisis data dari hasil *Pre test* passing bawah bola voli kelas eksperimen dengan kategori baik sekali 0, kategori baik sebanyak 4 orang (20%), kategori cukup sebanyak 5 orang (25%), kategori kurang sebanyak 8 orang (40%), dan kategori kurang sekali 3 orang (15%). Selanjutnya untuk hasil *post test* passing bawah bola voli dengan kategori baik sekali 3 orang (15%), kategori baik sebanyak 9 orang (45%), kategori cukup sebanyak 3 orang (15%), kategori kurang sebanyak 5 orang (25%), dan kategori kurang sekali sebanyak 0 orang.

Tabel 2 . Distribusi Frekuensi keterampilan *Pre Test* dan *Post Test* Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Kelas kontrol.

NO	Kelas Interval	Frekuensi Pretest		Frekuensi Posttest		Kriteria
		Fa	Fr(%)	Fa	Fr (%)	
1	11-12	0	0	0	0%	Baik Sekali
2	9 – 10	3	15%	3	15%	Baik
3	7 – 8	4	20%	5	25%	Cukup
4	5 – 6	10	50%	11	55%	Kurang
5	3 - 4	3	15%	1	5%	Kurang Sekali
Jumlah		20	100%	20	100%	
Mean		50,80		53,71		
Standar deviasi		15,27		14,18		
Median		50,00		50,00		

Dari hasil tes awal (*pre test*) yang dilakukan, dari 20 orang sampel diperoleh rata-rata (*mean*) 50,80, skor tertinggi 10, skor terendah 3, median 50,00, dan satandar deviasi 15,27. dan hasil tes akhir (*post test*) diperoleh rata-rata (*mean*) 53,71, skor tertinggi 10, skor terendah 4, median 50,00, dan satandar deviasi 14,18.

Berpedoman pada tabel, dapat dilihat bahwa hasil analisis data dari hasil *Pre test* passing bawah bola voli dengan kategori

baik sekali 0, kategori baik sebanyak 3 orang (15%), kategori cukup sebanyak 4 orang (20%), kategori kurang sebanyak 10 orang (50%), dan kategori kurang sekali 3 orang (15%). dan selanjutnya untuk hasil *post test passing* bawah bola voli dengan kategori baik sekali 0, kategori baik sebanyak 3 orang (15%), kategori cukup sebanyak 5 orang (25%), kategori kurang sebanyak 11, dan kategori kurang sekali sebanyak 1 orang (5%).

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

No	Vriabel	Lhitung	Ltabel	Keterangan
1.	Keterampilan <i>passing</i> bawah bola voli kelas eksperimen MIPA 1 (<i>pre-test</i>)	0,115	0,190	Normal
2.	Keterampilan <i>passing</i> bawah bola voli kelas eksperimen XI MIPA 1 (<i>post-test</i>)	0,160	0,190	Normal
3.	Keterampilan <i>passing</i> bawah bola voli kelas kontrol XI MIPA 2 (<i>pre-test</i>)	0,103	0,190	Normal
4.	Keterampilan <i>passing</i> bawah bola voli kelas kontrol XI MIPA 2 (<i>post-test</i>)	0,030	0,190	Normal

Berdasarkan tabel 3 di atas, untuk keterampilan *passing* bawah bola voli kelas eksperimen XI MIPA 1 (*pre-test*) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh Lhitung 0,115 < Ltabel 0,190. Kemudian untuk keterampilan *passing* bawah bola voli kelas eksperimen XI MIPA 1 (*post-test*) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh Lhitung 0,160 < Ltabel 0,190.

Untuk keterampilan *passing* bawah bola voli kelas kontrol XI MIPA 2 (*pre-test*) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh Lhitung 0,103 < Ltabel 0,190. Serta untuk keterampilan *passing* bawah bola voli kelas

kontrol XI MIPA 2 (*post-test*) pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh Lhitung 0,030 < Ltabel 0,190. Dengan demikian, disimpulkan bahwa data dari setiap variabel di atas berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Levene Statistic	Sig	Keterangan
Pre Test	1.615	0.211	Homogen
Post Test	0.415	0.523	Homogen

Berdasarkan tabel 4 di atas, Signifikansi homogenitas 0.211 (≥ 0.05) menunjukkan variabel Pre Test pada kelompok perlakuan dan kontrol adalah homogen, dengan Levene Statistic 1.615, dan Signifikansi homogenitas 0.523 (≥ 0.05) menunjukkan variabel Post Test pada kelompok perlakuan dan kontrol adalah homogen, dengan Levene Statistic 0.415. hasil semua uji homogenitas Pre Test dan Pos Test menunjukkan bahwa nilai signifikansi atau nilai probability (p) yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa varians data dalam penelitian ini adalah homogen.

2. Uji t Test Independent Sampel

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji t Test Independen Sampel.

Nilai	Kemampuan <i>passing</i> bawah bola voli	Uji-F		Uji-t		
		F	Sig	t	df	Sig(2-tailed)
Uji t Independen sampel	Equal variances assumed	0,415	0,523	3,780	38	0,001
	Equal variances not assumed			3,780	36,980	0,001

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat

dijelaskan bahwa t hitung masing-masing = 3.780 dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan t tabel = 1.685. Dengan demikian, t hitung (3.780) > t tabel (1.685). dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode kooperatif terhadap hasil belajar passing bawah bola voli siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode kooperatif terhadap *passing* bawah bola voli siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan. *Mean* dari hasil *pre-tes* adalah 55,79. namun setelah diberikan perlakuan dengan metode kooperatif sehingga terjadi peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli dengan mean (rata-rata) menjadi 72,77. Dengan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode kooperatif terhadap *passing* bawah bola voli siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan, hal tersebut juga diperkuat setelah dilakukan dengan uji t , dimana diperoleh hasil t hitung sebesar 3.780 yang lebih besar dari t tabel dalam taraf $\alpha = 0.05$ sebesar 1.685.

Dari hasil pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa pengaruh model pembelajaran kooperatif baik digunakan untuk peningkatan belajar keterampilan *passing* bawah, ini dibuktikan dengan hasil perhitungan dimana model pembelajaran tersebut memiliki hasil yang berbeda terhadap keterampilan hasil *passing* bawah setelah dilakukan test dan di uji dengan t -test diperoleh hasil dimana t hitung > t tabel artinya terjadi peningkatan hasil setelah dilakukan *Treatmen*. Peningkatan tersebut menggambarkan terjadinya pengaruh

terhadap hasil pembelajaran *passing* bawah. Jadi dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran kooperatif baik digunakan untuk meningkatkan hasil pembelajaran keterampilan *passing* bawah bolavoli.

Didalam metode kooperatif terdapat sebuah pembelajaran dimana karakteristiknya metode bermain untuk anak. Permainan merupakan model pendekatan dalam pembelajaran yang banyak digunakan sebagai pembelajaran kepada anak. Hal ini didasari oleh karakteristik anak yang sebagian besar aktivitas jasmani adalah bermain. Itu semua model permainan dalam bentuk pembelajaran di rumuskan dalam RPP metode kooperatif yang telah disiapkan terlebih dahulu sebagai bahan ajar dalam penelitian ini. Permainan pada penelitian ini adalah permainan bola besar yang ditujukan pada pembelajaran anak dalam permainan bola voli. Permainan bola besar merupakan permainan menggunakan alat yaitu bola sebagai alat utama permainan bola voli yang dilakukan secara berkelompok-kelompok kecil. Aktivitas permainan bola besar diharapkan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Gerakan *passing* bawah yang dilakukan dalam permainan dengan metode kooperatif memberikan otomatisasi gerak anak lebih maksimal. Karena gerakan dilaksanakan berulang-ulang sehingga gerakan atau keterampilan *passing* bawah akan terbiasa yang dikemas dalam permainan bola besar.

Pembelajaran metode kooperatif ini memiliki dampak yang positif terhadap siswa yang rendah hasil belajarnya, karena siswa yang rendah hasil belajarnya dapat meningkatkan minat, hasil belajar, dan penyimpanan materi pelajaran yang lebih lama. Serta bagi guru PJOK, metode

pembelajaran kooperatif dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk mengajar peserta didik di dalam kelas dalam proses pembelajaran PJOK terutama pada pembelajaran bola voli.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode kooperatif terhadap hasil belajar passing bawah bola voli siswa siswa kelas XI MIPA 1 Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Solok Selatan. Diperoleh nilai t hitung sebesar 3.780 dengan t tabel sebesar 1.685, dan nilai Sig(2-tailed) masing-masing 0,001. Dapat disimpulkan bahwa $T_{hitung} > T_{tabel}$ yang artinya hipotesis diterima.

DAFTAR PUSTAKA

Umar, A., Abbas, S., & Syahrestani, S. (2018). Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes di SD Negeri 40 Sungai Lareh Kota Padang. *Jurnal Menssana*, 3(2), 64-80

Nugroho. (2013). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe (Team Games Tournament) Tgt Terhadap Motivasi Siswa Mengikuti Pembelajaran Bola voli di Kelas X SMAN 1 Panggul Kabupaten Trenggalek. Surabaya: *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 01, No. 1: 161-165

Suherman (2019). Upaya meningkatkan proses pembelajaran passing bawah bola voli kelas v sd negeri 1 karangnangka

melalui pendekatan teaching games forunderstanding (tgfu). *Skripsi*. FIK-UNY.

Beutelstahl, D. (2013). Belajar Bermain Bola Volley. Bandung: Pionir Jaya.

Erianti, E. (2019). Bola Voli. Padang: FIK. UNP Press

Syafruddin, Syafruddin. (2014). Keberhasilan Serangan Smash Bola Voli. Unp Press.

Hartono. (2013). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Voli Melalui Metode Kooperatif Tipe Stad Pada Siswa Kelas V-A Sdn Bangah Gedangan Sidoarjo. Surabaya: *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 02, No. 03: 758-760

Gazali. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. Pekanbaru: *Journa Sport Area*. Vol. 1, No. 1: 56-62

Tukiran Taniredja. (2014). Model-Model Pembelajaran Inovatif dan Efektif. Bandung: Alfabeta.

Janah, Nurul Fatul. 2018. Upaya meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas V di SD Seropan Kecamatan Dlingo Kabupaten Bantul Tahun Ajar 2017/2018. *Skripsi*. FIK-UNY.

Azwar L (2020). Hasil belajar smash bola voli melalui metode latihan box jump pada

- siswa sma negeri 3 enrekang.
Skripsi.FIK-UNM.
- Sudjana, Nana. 2016. Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. BANDUNG: PT REMAJA ROSDAKARYA
- Yulifri, Sepriadi, Asep Sujana Wahyuri. 2018. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Otot Lengan dengan Ketepatan Smash Atlet Bolavoli Gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Menssana*, Volume 3, Nomor 1, Hal. 19-31
- Asep sujana wahyuri (2017). Kurikulum 2013.Padang: UNP Press.
- Apri Dewi Utami (2016).Upaya meningkatkan proses pembelajaran passing bawah bolavoli kelas xi ap 1 smk muhammadiyah 1 wates melalui pendekatan teaching games for understanding (tgfu). *Skripsi.FIK-UNY*.
- Syamsul Arifin (2017). Peran guru pendidikan jasmani dalam pembentukan pendidikan karakter peserta didik. *Jurnal Multilateral*, Volume 16, No. 1 Juni 2017 hlm. 78-92
- Deswandi. (2012). *BUKU AJAR PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN KEBUGARAN JASMANI DAN KONDISI FISIK*. Padang : FIK UNP.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 160-175.
- Syafruddin (2013). Ilmu Kepelatihan Olahraga:Teori Dan Aplikasinya Dalam Pembinaan Olahraga. Padang : UNP PRESS
- Wulyo Sigit Nawawi (2021). Hubungan antara tingkat kebugaran jasmani dengan prestasi belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Studi pada siswa Kelas V di SD Negeri Randegan Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 09 Nomor 02 Tahun 2021*.