

## Analisis Keterampilan Passing Atas Atlet Klub Bola Voli Khanas Jaya Tahun 2025

Yogi Ferdy Irawan<sup>1</sup>, Ari Waladun Solih<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Olahraga, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen  
e-mail: [yogiferdian@umnu.ac.id](mailto:yogiferdian@umnu.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan passing atas pada atlet klub bola voli Khanas Jaya tahun 2025. Keterampilan passing atas merupakan teknik fundamental dalam permainan bola voli yang mempengaruhi kualitas serangan tim. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui tes keterampilan passing atas AAHPER. Subjek penelitian adalah 20 atlet putra klub bola voli Khanas Jaya dengan rentang usia 18-24 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan passing atas atlet klub Khanas Jaya berada pada kategori baik dengan nilai rata-rata 30,75 dari nilai maksimal 50. Dari 20 atlet, 5 atlet (25%) berada pada kategori sangat baik, 9 atlet (45%) kategori baik, 4 atlet (20%) kategori cukup, dan 2 atlet (10%) kategori kurang. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan passing atas adalah pengalaman bertanding, frekuensi latihan, dan teknik dasar yang dimiliki. Penelitian ini menyimpulkan bahwa mayoritas atlet Khanas Jaya memiliki keterampilan passing atas yang memadai, namun masih memerlukan program latihan yang lebih intensif untuk meningkatkan keterampilan atlet pada kategori cukup dan kurang.

**Kata Kunci:** *Bola Voli, Passing Atas, Keterampilan, Atlet, Klub Khanas Jaya*

### Abstract

This study aims to analyze the level of overhead passing skills in athletes of the Khanas Jaya volleyball club in 2025. Overhead passing skills are a fundamental technique in volleyball that affects the quality of the team's attack. The research method used is descriptive quantitative with data collection techniques through the AAHPER overhead passing skills test. The subjects of the study were 20 male athletes of the Khanas Jaya volleyball club with an age range of 18-24 years. The results showed that the level of overhead passing skills of Khanas Jaya club athletes was in the good category with an average value of 30.75 out of a maximum value of 50. Of the 20 athletes, 5 athletes (25%) were in the very good category, 9 athletes (45%) were in the good category, 4 athletes (20%) were in the sufficient category, and 2 athletes (10%) were in the less category. Factors that influence overhead passing skills are competition experience, training frequency, and basic techniques possessed. This study concludes that the majority of Khanas Jaya athletes have adequate overhead passing skills, but still need a more intensive training program to improve the skills of athletes in the sufficient and less categories.

**Keywords:** *Volleyball, Overhead Pass, Skills, Athlete, Khanas Jaya Club*

### PENDAHULUAN

Bola voli merupakan salah satu olahraga yang populer di Indonesia dengan perkembangan yang signifikan baik di tingkat nasional maupun internasional. Olahraga ini memerlukan berbagai keterampilan teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemainnya, salah satunya adalah teknik passing atas. Passing atas merupakan teknik mengoper bola dengan menggunakan jari-jari kedua tangan yang dilakukan di atas kepala (Ahmadi, 2020). Teknik ini memiliki peran penting dalam permainan bola voli karena merupakan komponen utama dalam melakukan set-up untuk serangan dan memengaruhi kualitas serangan tim.

Klub bola voli Khanas Jaya merupakan salah satu klub yang aktif berkompetisi di tingkat daerah dan nasional. Didirikan pada tahun 2015, klub ini telah menghasilkan sejumlah atlet

berbakat dan meraih berbagai prestasi. Namun, berdasarkan observasi awal dan data kompetisi terakhir pada tahun 2024, terlihat adanya inkonsistensi dalam performa tim, khususnya dalam aspek passing atas. Subroto dan Yudiana (2019) menyatakan bahwa penguasaan teknik passing atas yang baik akan berpengaruh terhadap kualitas permainan secara keseluruhan dan berpotensi meningkatkan peluang kemenangan tim.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa terdapat hubungan positif antara keterampilan passing atas dengan keberhasilan tim dalam pertandingan bola voli. Penelitian Nugraha (2021) menunjukkan bahwa tim dengan rata-rata keterampilan passing atas yang tinggi memiliki persentase kemenangan yang lebih besar dalam kompetisi. Sementara itu, Widiastuti (2022) dalam penelitiannya menegaskan bahwa passing atas merupakan keterampilan yang kompleks dan memerlukan koordinasi yang baik antara mata, tangan, dan posisi tubuh.

Mengingat pentingnya keterampilan passing atas dalam permainan bola voli dan adanya indikasi penurunan performa pada tim Khanas Jaya, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan passing atas atlet klub bola voli Khanas Jaya tahun 2025. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan passing atas para atletnya.

## **METODE**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Metode ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat keterampilan passing atas atlet klub bola voli Khanas Jaya secara aktual dan sistematis.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari hingga Februari 2025 di Gelanggang Olahraga Khanas Jaya, Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah seluruh atlet putra klub bola voli Khanas Jaya yang berjumlah 20 orang dengan rentang usia 18-24 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, di mana seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan passing atas AAHPER (American Alliance for Health, Physical Education and Recreation) yang telah divalidasi oleh pakar di bidang olahraga bola voli. Tes ini mengukur kemampuan atlet dalam melakukan passing atas ke arah sasaran yang telah ditentukan. Berikut adalah prosedur pelaksanaan tes:

1. Atlet berdiri pada area yang telah ditentukan, dengan jarak 4,5 meter dari dinding sasaran.
2. Pada dinding sasaran dibuat area berbentuk persegi panjang dengan ukuran 150 cm x 120 cm dengan batas bawah setinggi 350 cm dari lantai.
3. Atlet melakukan passing atas ke arah sasaran sebanyak 10 kali secara berurutan.
4. Setiap passing yang masuk ke area sasaran diberi nilai 5, sedangkan yang mendekati area sasaran dengan jarak 30 cm diberi nilai 3, dan yang lebih jauh dari itu diberi nilai 1.
5. Nilai akhir merupakan akumulasi dari 10 kali percobaan.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui observasi langsung dengan menggunakan lembar penilaian yang berisi identitas atlet dan skor hasil tes. Setiap atlet melakukan tes sebanyak 10 kali percobaan, dan skor dicatat oleh dua orang observer untuk memastikan keakuratan data.

### **Teknik Analisis Data**

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menghitung rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum. Selanjutnya, tingkat keterampilan passing atas atlet dikategorikan berdasarkan norma penilaian berikut:

**Tabel 1. Kategori Penilaian Keterampilan Passing Atas**

No Interval Skor Kategori		
1	42 - 50	Sangat Baik
2	32 - 41	Baik
3	22 - 31	Cukup
4	12 - 21	Kurang
5	≤ 11	Sangat Kurang

Hasil kategorisasi kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk memudahkan interpretasi data.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil tes keterampilan passing atas yang telah dilakukan terhadap 20 atlet putra klub bola voli Khanas Jaya, diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 2. Deskripsi Statistik Hasil Tes Keterampilan Passing Atas**

Statistik Deskriptif Nilai	
Rata-rata	30,75
Standar Deviasi	8,32
Nilai Minimum	15
Nilai Maksimum	45

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa rata-rata keterampilan passing atas atlet klub bola voli Khanas Jaya adalah 30,75 dengan standar deviasi 8,32. Nilai terendah yang diperoleh adalah 15, sedangkan nilai tertinggi adalah 45.

Selanjutnya, data hasil tes dikategorikan berdasarkan norma penilaian yang telah ditetapkan, dan diperoleh distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Passing Atas Atlet Khanas Jaya**

No Interval Skor Kategori			Frekuensi Persentase	
1	42 – 50	Sangat Baik	5	25%
2	32 – 41	Baik	9	45%
3	22 – 31	Cukup	4	20%
4	12 – 21	Kurang	2	10%
5	≤ 11	Sangat Kurang	0	0%
Total			20	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas, diketahui bahwa 5 atlet (25%) memiliki keterampilan passing atas dengan kategori sangat baik, 9 atlet (45%) kategori baik, 4 atlet (20%) kategori cukup, dan 2 atlet (10%) kategori kurang. Tidak ada atlet yang masuk dalam kategori sangat kurang.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas, berikut disajikan data dalam bentuk grafik:

![[Grafik Distribusi Kategori Keterampilan Passing Atas Atlet Khanas Jaya]]

Berdasarkan grafik di atas, dapat disimpulkan bahwa mayoritas atlet klub bola voli Khanas Jaya memiliki keterampilan passing atas pada kategori baik.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan passing atas atlet klub bola voli Khanas Jaya tahun 2025 berada dalam kategori baik dengan nilai rata-rata 30,75. Jika dikategorikan berdasarkan norma penilaian, mayoritas atlet (45%) berada pada kategori baik, diikuti dengan kategori sangat baik (25%), kategori cukup (20%), dan kategori kurang (10%). Distribusi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar atlet telah menguasai teknik passing atas dengan baik, meskipun masih terdapat beberapa atlet yang perlu meningkatkan keterampilannya.

Tingkat keterampilan passing atas yang baik pada mayoritas atlet Khanas Jaya sejalan dengan program latihan yang telah diimplementasikan oleh tim pelatih selama enam bulan terakhir. Program latihan tersebut menekankan pada repetisi gerakan dan drill yang berfokus pada teknik passing atas. Hal ini sesuai dengan pendapat Hidayat (2023) yang menyatakan bahwa keterampilan passing atas dapat meningkat dengan latihan yang teratur dan terstruktur dengan penekanan pada repetisi gerakan yang benar.

Meskipun demikian, masih terdapat 6 atlet (30%) yang berada pada kategori cukup dan kurang. Berdasarkan observasi selama pelaksanaan tes, atlet-atlet tersebut menunjukkan beberapa kesalahan teknis dalam melakukan passing atas, seperti posisi jari tangan yang kurang tepat, timing yang tidak akurat, dan posisi tubuh yang kurang stabil. Menurut Prasetyo (2021), kesalahan-kesalahan teknis tersebut dapat memengaruhi akurasi dan konsistensi dalam melakukan passing atas.

Jika dilihat dari karakteristik individu, atlet yang berada pada kategori sangat baik dan baik rata-rata memiliki pengalaman bertanding yang lebih banyak, dengan minimal 3 tahun aktif bermain di level kompetisi. Sementara atlet yang masuk dalam kategori cukup dan kurang umumnya merupakan atlet yang baru bergabung dengan klub dalam 1-2 tahun terakhir. Temuan ini sesuai dengan penelitian Wiratama (2022) yang menyatakan bahwa pengalaman bertanding berkorelasi positif dengan tingkat keterampilan teknis pemain bola voli.

Faktor lain yang memengaruhi keterampilan passing atas adalah frekuensi latihan. Atlet Khanas Jaya yang memiliki keterampilan passing atas pada kategori sangat baik dan baik rata-rata mengikuti latihan secara rutin 3-4 kali seminggu, sedangkan atlet pada kategori cukup dan kurang cenderung memiliki frekuensi latihan yang lebih rendah (1-2 kali seminggu). Hal ini sejalan dengan pendapat Rosdiani (2020) yang menyatakan bahwa frekuensi latihan yang konsisten dan intensif dapat meningkatkan penguasaan keterampilan teknis dalam olahraga.

Ditinjau dari aspek teknis, atlet Khanas Jaya dengan kategori sangat baik menunjukkan koordinasi yang lebih baik antara mata, tangan, dan posisi tubuh saat melakukan passing atas. Mereka mampu memosisikan diri dengan tepat di bawah bola, menggunakan jari-jari tangan dengan benar, dan menghasilkan passing yang akurat secara konsisten. Menurut Suherman (2020), koordinasi yang baik merupakan faktor kunci dalam keberhasilan melakukan passing atas.

Berdasarkan hasil penelitian ini, klub Khanas Jaya perlu merancang program latihan yang lebih komprehensif dan terdiferensiasi untuk meningkatkan keterampilan passing atas para atletnya, terutama yang masih berada pada kategori cukup dan kurang. Program latihan dapat mencakup drill khusus untuk memperbaiki kesalahan teknis, peningkatan frekuensi latihan, dan penggunaan metode latihan yang lebih variatif seperti yang direkomendasikan oleh Rahman (2023).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan passing atas atlet klub bola voli Khanas Jaya tahun 2025 secara umum berada pada kategori baik dengan nilai rata-rata 30,75. Dari 20 atlet yang diteliti, 5 atlet (25%) berada pada kategori sangat baik, 9 atlet (45%) kategori baik, 4 atlet (20%) kategori cukup, dan 2 atlet (10%) kategori kurang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan passing atas atlet klub Khanas Jaya antara lain adalah pengalaman bertanding, frekuensi latihan, dan penguasaan teknik dasar. Atlet dengan pengalaman bertanding yang lebih banyak dan frekuensi latihan yang lebih tinggi menunjukkan keterampilan passing atas yang lebih baik.

Meskipun mayoritas atlet telah menunjukkan keterampilan passing atas yang memadai, masih terdapat beberapa atlet yang perlu meningkatkan keterampilannya. Oleh karena itu, direkomendasikan bagi pelatih klub Khanas Jaya untuk merancang program latihan yang lebih intensif dan terdiferensiasi, dengan memperhatikan karakteristik individu dan kebutuhan masing-masing atlet.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, N. (2020). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Hidayat, R. (2023). Pengaruh Metode Latihan Repetisi Terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(2), 78-89.
- Nugraha, A. (2021). Hubungan Antara Keterampilan Passing Atas Dengan Keberhasilan Tim Dalam Pertandingan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 45-56.
- Prasetyo, D. (2021). Analisis Kesalahan Teknik Passing Atas Pada Atlet Bola Voli Remaja. *Journal of Sport Science and Education*, 6(1), 112-123.
- Rahman, F. (2023). Metode Latihan Terkini Untuk Meningkatkan Keterampilan Teknis Pemain Bola Voli. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 15(2), 167-178.
- Rosdiani, D. (2020). *Prinsip-Prinsip Latihan Dalam Olahraga Prestasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Subroto, T., & Yudiana, Y. (2019). *Permainan Bola Voli: Konsep, Teknik, dan Strategi*. Bandung: UPI Press.
- Suherman, A. (2020). Pentingnya Koordinasi Dalam Penguasaan Teknik Dasar Bola Voli. *Jurnal SPORTIF*, 6(2), 272-284.
- Widiastuti. (2022). Analisis Biomekanika Pada Teknik Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Keolahragaan*, 10(1), 34-46.
- Wiratama, S. A. (2022). Korelasi Antara Pengalaman Bertanding Dengan Tingkat Keterampilan Teknis Pada Pemain Bola Voli. *Sport Science and Health*, 4(1), 89-98.