



ANALISIS TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI
PADA KLUB LUBUKNGIN BARU

Endang Nofriono¹, Wawan Syafutra², Hengky Remora³, Niku Saputra⁴

Universitas PGRI Silampari
remorahengky@gmail.com

Article Info

Received:
25 June 2025
Accepted:
09 July 2025
Published:
30 July 2025

Keywords:
Analysis
Basic Game Techniques
Volleyball

Abstract

This study aims to determine the basic techniques of volleyball games. In analyzing the method used in this research is descriptive qualitative research. The population of this study were all active athletes totaling 14 sample players taken by simple random sampling. The conclusion of this study is the level of basic techniques of volleyball games at the new lubukngin club based on the results of research in the field on average showing good results 90%.

INTRODUCTION

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang banyak digemari di kalangan masyarakat Indonesia, baik di lingkungan sekolah, instansi pemerintah, swasta, perguruan tinggi maupun di lingkungan umum. Olahraga ini juga dapat dimainkan mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun wanita. Pada awalnya olahraga bola voli ini hanya digunakan sebagai media rekreasi saja guna mengisi waktu luang serta juga untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani. Permainan bola voli di Indonesia sangat berkembang pesat hal ini dibuktikan dengan seringnya diselenggarakan turnamen atau pertandingan setiap tahunnya yaitu LIVOLI dan PROLIGA, dan setiap diadakan turnamen atau pertandingan tersebut banyak sekali antusias masyarakat yang melihatnya hal ini membuktikan bahwa olahraga bola voli digemari masyarakat di Indonesia.

Seiring berkembangnya zaman permainan bola voli juga bertujuan untuk prestasi dengan demikian saat bermain bola voli harus dilakukan dengan sungguh-sungguh dan juga dibutuhkan kordinasi yang baik saat melakukan gerak disetiap permainan. Karena dalam bola voli pemain diwajibkan untuk menguasai teknik-teknik dengan baik dan benar. Permainan bola voli memiliki beberapa bentuk teknik dasar yang perlu atau wajib yang dikuasai oleh seorang pemian, teknik tersebut seperti: passing, servis, block, dan smash. Keempat teknik dasar tersebut merupakan modal yang harus dipelajari sebelum bermain bola voli jika ingin berprestasi. Banyak atlet yang mengabaikan teknik dasar tersebut padahal teknik yang ada dalam bola voli saling berkaitan satu sama lain, mulai dari yang sederhana passing sampai teknik yang paling sulit yaitu block. sehingga mereka tidak akan maksimal saat melakukan teknik gerak dasar bola voli saat bermain atau bertanding, hal ini akan menghambat prestasi atlet menjadi sulit untuk berkembang. Permainan Bola voli adalah olahraga permainan tim, maka perlu kerjasama yang baik dalam tim, hal ini dituntut

kemampuan masing-masing individu, sehingga dalam suatu pertandingan dapat dimenangkan. Maka prestasi akan semakin meningkat sebab didukung dengan kemampuan individu. Kemampuan individu yaitu teknik yang lain perlu dibina dan dikembangkan. Seorang pemain bola voli harus menguasai teknik dasar permainan bola voli.

Teknik dasar merupakan cara melakukan atau melaksanakan sesuatu yang mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal Teknik dasar bola voli harus dikuasai lebih dahulu guna pengembangan mutu prestasi permainan bola voli.

Aktivitas jasmani merupakan bentuk rangsangan yang diciptakan untuk mewujudkan potensi yang dimiliki siswa dalam proses pembelajaran. Sebagaimana diungkapkan Gustian & Palmizal (2021), Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pembelajaran yang ada dalam jenjang sekolah yang bertujuan sebagai sarana untuk mencapai pendidikan nasional. Di sekolah terdapat berbagai jenis olahraga yang mengarah ke ranah kognitif, efektif, fisik, dan psikomotorik, salah satunya dengan melakukan olahraga bola voli.

Permainan bola voli yaitu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang terdiri dari 6 pemain dan bertanding sampai mendapatkan 25 poin terlebih dahulu. Pada dasarnya permainan bola voli adalah melambungkan bola agar tidak menyentuh lantai. Bola voli adalah olahraga permainan tim yang kemampuan memiliki kemampuan individu, agar dalam pertandingan bisa mendapatkan juara. kemampuan individu berupa teknik, fisik, taktik dan mental. Dalam permainan bola voli beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, Setiap pemain pasti ingin mencapai prestasi yang tinggi saat bermain bola voli (hermanto,2018:35). Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas, service, passing, smash, blocking. (Gazali, 2016:2). Teknik dasar dalam permainan bola voli harus dikuasai sejak dini untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bola voli,

untuk menguasai teknik-teknik tersebut harus membutuhkan latihan rutin.

Desa lubukngin baru terletak di kabupaten musirawas kecamatan selangit. Desa ini dikenal oleh masyarakat dengan desa durian terung, karna perkembangan zaman hingga nama desa ini berubah nama menjadi desa lubukngin baru, hal ini disebabkan oleh adanya pemekaran desa dari lubukngin lama. Desa lubukngin baru banyak remaja yang gemar sekali bermain bola voli, sehingga masyarakat berinisiatif membuat klub bola voli dengan nama klub lubukngin baru. Klub desa lubukngin baru terbentuk pada tanggal 14 november 2005 hingga bertahan sampai sekarang. Klub lubukngin baru ini telah banyak meraih prestasi diperlombaan baik itu pertandingan resmi maupun tidak. Pemain klub desa lubukngin baru memiliki jumlah pemain sebanyak 25 pemain yang terdiri dari 14 putri dan 11 putra yang dilatih oleh bapak Sanggar Diaksa. Menurut pelatih permasalahan yang sering terjadi ketika latihan ialah ketika penguasaan teknik dasar permainan bola voli, hal inilah yang menjadi salah satu permasalahan yang terdapat pada klub lubukngin baru.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara kepada Bapak Sanggar Diaksa selaku pelatih Klub Lubukngin Baru dalam permainan bola voli banyak atlet yang belum sempurna dalam menguasai teknik dasar permainan bola voli sehingga permainan bola voli tidak maksimal. Hal ini disebabkan karena perkenaan bola belum sempurna, sehingga bola yang diinginkan tidak tercapai dan sangat menyulitkan satu sama lain. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Analisis teknik dasar permainan bola voli pada klub Lubukngin Baru".

METHODS

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan metode deskriptif kualitatif yaitu penelitian yang datanya akan di deskripsikan ke bentuk kata-kata tertulis. Sugiyono (2017: 307) menjelaskan bahwa dalam penelitian kualitatif instrumen utamanya adalah peneliti sendiri, namun selanjutnya setelah fokus penelitian menjadi jelas, maka akan dikembangkan instrumen

penelitian sederhana, yang diharapkan dapat melengkapi data serta membandingkan dengan data yang telah ditemukan melalui observasi dan wawancara. Artinya peneliti akan langsung terjun ke lapangan melakukan pengumpulan data serta menganalisis dan membuat kesimpulan.

Pada penelitian ini Pengumpulan data dilakukan dengan teknik Observasi non partisipan, wawancara semiterstruktur (semitructure interview), dan dokumentasi. Menurut Sugiyono (2017: 204) dalam observasi non partisipan peneliti tidak terlibat secara langsung dan hanya sebagai pengamat independen. Menurut Esterberg (dalam Sugiyono, 2017: 320) wawancara semiterstruktur (semitructure interview) jenis wawancara ini sudah termasuk dalam kategori in-depth interview, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka di mana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya. Dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan informasi lebih dan mendukung hasil penelitian dari observasi serta wawancara dalam mengumpulkan data mengenai kesulitan pembelajaran pendidikan jasmani pada anak tuna grahita. Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi adalah cara pengumpulan data yang dilakukan dengan cara pengamatan dan pencatatan sistematis terhadap objek yang diteliti, baik dalam situasi khusus maupun dalam situasi alamiah (Triyono,2013:157). Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data yang ditemukan dilapangan yang dihasilkan melalui obsevasi (Sugiyono,2018:272-274). Maka dapat disimpulkan bahwa observasi dapat dilakukan dengan cara pengamatan secara langsung dan sesuai apa yang terjadi dilapangan. Dapat dibuktikan dengan dokumentasi atau wawancara guna untuk mengetahui permasalahan yang ada saat dilapangan dan bisa menggambarkan segala sesuatu yang berhubungan dengan objek penelitian.

2. Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian untuk

mendapatkan keterangan-keterangan lisan melalui bercakap-cakap dan berhadapan muka dengan orang yang dapat memberikan keterangan pada peneliti menurut (Sumaryati 2000: 41). Wawancara ini dapat dipakai untuk melengkapi data yang diperoleh melalui observasi Sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu (Sugiyono,2018:279) teknik wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan tanya jawab, baik secara langsung mau pun tidak secara langsung (Triyono,2013:163). Teknik wawancara yang dipakai dalam penelitian kualitatif merupakan wawancara mendalam, yaitu dengan cara memperoleh keterangan dan tujuan penelitian dalam bentuk tanya jawab yang menggali informasi sebanyak mungkin.

Maka dapat disimpulkan oleh peneliti wawancara kegiatan ini bertujuan untuk mengumpulkan data sebanyak mungkin melalui kegiatan tanya jawab kepada orang yang bersangkutan seperti pelatih atau atlite.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan untuk bukti nyata dalam suatu penelitian, seperti foto atau video. Ungkapan dari (Sugiyono,2018:240). dokumentasi digunakan untuk memperoleh data dan juga untuk bukti observasi dan pendukung dari hasil wawancara yang berhubungan dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga pada anak tunagrahita. Dokumentasi dapat juga untuk mengumpulkan data tentang solusi mengatasi kesulitan yang dihadapi siswa dan guru. Bentuk dokumen yang digunakan adalah buku-buku kajian teori.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Triyono,2013:157). Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan yang paling utama dari penelitian adalah mendapatkan. Dalam penelitian kualitatif. Pengumpulan data dilakukan pada natural setting (kondisi yang alamiah), sumber data primer dan teknik dalam pengumpulan data lebih banyak pada observasi, wawancara, dan dokumentasi(Sugiyono,2018:270-271).

Berdasarkan pengamatan angket kisi-kisi observasi sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Angket Observasi

No	Teknik	Data yang dikumpulkan	Sumber data
1	Observasi	Pengamatan tempa lokasi latihan	a) Tempat penelitian
2	Wawancara	Peran pelatih dan pembina dalam melatih atlet dalam mencapai tujuan prestasi	a) Teknik Servis Atas b) Teknik Servis Bawah c) Teknik <i>Passing</i> Atas d) Teknik <i>Passing</i> Bawah e) Teknik <i>Blok</i> f) Teknik <i>Smash</i>
3	Dokumentasi	Lampiran terkait pemain	a) Pemain Bola Voli
4	Video	Lampiran untuk memperkuat peneliti dalam melakukan penelitian	a) Video saat pelaksanaan permainan bola voli

Sumber : (Sugiyono, 2018 :270-271)

RESULTS AND DISCUSSION

A. Gambaran Umum Tentang Latar Penelitian

Penelitian Ini Dilaksanakan pada tanggal 29 april sampai dengan 29 mei 2024 bertempat di lapangan Klub Lubukngin Baru Dengan Alamat Desa Lubukngin Baru Kec. Selangit Kab. Musi Rawas Prov. Sumatra Selatan. objek penelitian ini berjumlah 14 peserta . jadwal latihan dilakukan sebanyak 2 kali dalam satu minggu. Latihan awal biasanya melakukan latihan fisik latihan ini biasa dilakukan bertujuan untuk menjaga daya tahan tubuh saat bermain. klub ini aktif dalam mengikuti setiap perlombaan yang ada baik itu pertandingan resmi maupun tidak resmi, hampir setiap pertandingan mendapatkan juara walaupun teknik yang dikuasai belum begitu sempurna, itu semua berkat kerja sama tim yang sangat baik saat melakukan pertandingan.

Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas, service atas, servis bawah, passing,

atas, passing bawah, smash, bloking. Teknik dasar dalam permainan bola voli harus dikuasai sejak dini untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bola voli, untuk menguasai teknik-teknik tersebut harus membutuhkan latihan rutin. Untuk bermain bola voli dengan baik, diperlukan penguasaan teknik dasar yang baik. Peneliti akan membahas mengenai teknik dasar permainan Bola Voli Pada Klub Lubukngin Baru.

Pada penelitian deskriptif kualitatif ini peneliti dituntut untuk mendapatkan atau menggali informasi data yang berdasarkan apa yang di katakan, dirasakan, dialami, dan telah dilakukan oleh sumber data. Pada penelitian deskriptif kualitatif ini bukan sebagaimana dari apa yang dipikirkan oleh peneliti itu sendiri tetapi berdasarkan informasi yang diperoleh apa adanya yang terjadi dilapangan, yang dirasakan, dialami, dan perkataan pemikiran oleh sumber data sendiri. Dengan melakukan penelitian menggunakan jenis pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode survey maka peneliti harus menjelaskan, menggambarkan suatu informasi data yang didapatkan oleh peneliti selama dilapangan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan dengan para sumber data atau informan.

Tabel 4.1.
Gerak Dasar Bola Voli

NO	NAMA	TEKNIK GERAKAN DASAR BOLA VOLI						KET
		Passing bawah	Passing atas	Servis bawah	Servis atas	Smash	Bloking	
1	M. MK	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
2	FF	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
3	SI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
4	M.R	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
5	AR P	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
6	AS W	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
7	RO	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
8	SNI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
9	AR U	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
10	PR	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik

	L							
11	AM N	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
12	KIA N	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
13	KI M	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik
14	AZ	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Baik

Deskripsi hasil observasi pengamatan teknik dasar permainan bola voli yang telah dilakukan peneliti terhadap informan data yang sudah dikumpulkan melalui wawancara satu-persatu, maka dapat disimpulkan bahwa semua pernyataan dari informan terhadap teknik dasar permainan bola voli, semua informan menjawab semua pertanyaan dengan benar dan sesuai dengan sumber dalam kajian teori.

Deskripsi hasil observasi pengamatan gerak pada atlet satu-persatu teknik dasar permainan bola voli klub lubukngin baru, dari pengamatan teknik dasar permainan Bola Voli Klub Lubukngin Baru, mulai dari awalan pelaksanaan sampai akhir pelaksanaan yang berdasarkan dalam kajian teori, maka diketahui dari gerakan teknik dasar permainan bola voli masih ada beberapa atlet yang melakukannya belum benar sesuai dengan dalam kajian teori yang seharusnya.

Menurut sumber dalam kajian teori, jumlah semua atlet sebanyak 14 atlet yang telah diamati satu-persatu dapat dikatakan hampir semua bisa melakukan teknik dasar permainan bola voli yang berdasarkan dalam kajian teori.

Tabel 4.2
Rekapitulasi Hasil Observasi Pengamatan Gerak

NO	NAMA	TEKNIK GERAKAN DASAR BOLA VOLI						KET
		Passing bawah	Passing atas	Servis bawah	Servis atas	Smash	Bloking	
1	MMK	X	✓	✓	x	✓	✓	Baik
2	FF	✓	x	✓	✓	✓	✓	Sangat Baik
3	SI	✓	x	✓	x	✓	✓	Baik
4	M.R	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Sangat Baik
5	ARP	✓	x	✓	✓	✓	✓	Sangat Baik
6	ASW	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Sangat Baik
7	RO	✓	x	✓	✓	✓	✓	Sangat Baik

8	SNI		✓	✓	✓	✓	x	✓	Sangat Baik
9	ARU		✓	✓	x	✓		✓	Sangat Baik
10	PRL	X	✓	✓	✓	✓		x	Sangat Baik
11	AMN		✓	✓	✓	✓		✓	Sangat Baik
12	KIAN		✓	✓	✓	✓		✓	Sangat Baik
13	KIM		✓	x	✓	✓		✓	Sangat Baik
14	AZ		✓	✓	✓	✓		x	Sangat Baik

Hasil pengamatan mengenai teknik dasar permainan bola voli pada Klub Lubukngin Baru, Rata-rata hasil tes pengamatan kemampuan pada semua atlet Klub Lubukngin Baru tersebut menunjukkan hasil yang sangat baik yang menurut dalam kajian teori.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil temuan yang didapatkan oleh peneliti dari tempat penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan pembahasan yang berdasarkan tujuan penelitian pada bab 1, yaitu :

Mendeskripsikan teknik dasar permainan Bola Voli, dalam bagian ini akan menjelaskan tentang hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti pada informan atau narasumber, hasil penelitian yang diperoleh dari seluruh atlet Klub Lubukngin Baru, maka peneliti mendapatkan beberapa hasil temuan yang belum sesuai dengan teknik dasar yang ada dalam kajian teori. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 14 atlet, yang dimana setiap atlet memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Berikut pembahasan teknik yang dikuasai oleh atlet yang ada pada Klub Lubukngin Baru:

1. Teknik Dasar Passing Bawah

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar passing bawah pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 12 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 2 atlet yang melakukan gerakan yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

2. Teknik Dasar Passing Atas

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar passing atas pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 9 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 5 atlet yang melakukan gerakan

yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

3. Teknik Dasar Servis Bawah

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar servis bawah pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 13 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 1 atlet yang melakukan gerakan yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

4. Teknik Dasar Servis Atas

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar Servis Atas pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 12 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 2 atlet yang melakukan gerakan yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

5. Teknik Dasar Smash

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar smash bawah pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 13 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 1 atlet yang melakukan gerakan yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

6. Teknik Dasar Bloking

Berdasarkan hasil penelitian teknik dasar Bloking bawah pada Klub Lubukngin Baru, dari 14 atlet yang melakukan, 12 atlet yang berhasil melakukan dengan benar yang sesuai sumber kajian teori, dan 2 atlet yang melakukan gerakan yang belum benar atau belum sesuai dengan sumber kajian teori.

Penelitian ini sudah dilaksanakan sesuai prosedur ilmiah, akan tetapi masih mempunyai keterbatasan diantaranya, kurangnya maksimal hasil penelitian. Sebenarnya peneliti telah mengumpulkan data yang cukup banyak namun ketika mengorganisasikan dan menganalisisnya masih kurang maksimal, yang pada akhirnya tertampilnya analisis dan kesimpulan yang cukup sederhana. Maka dari itu analisis dan interpretasi harus perlu mendapatkan perhatian lebih dan harus perlu dilatih secara terus menerus supaya peneliti dapat memperluas dan mengembangkan pengetahuan konseptual dan teoritis dari data fakta sebenarnya terjadi yang didapatkan selama penelitian di lapangan.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan tingkat teknik dasar permainan bola voli pada klub lubukngin baru berdasarkan hasil penelitian dilapangan rata-rata menunjukkan hasil yang sangat baik 63%.

REFERENCES

- A.Sarumpaet dkk. 1992. Permainan Olahraga Besar. Depdikbud Dirjen Dikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Ahmadi, Nuril 2007. Panduan Olahraga Bola voli, Solo: Era Pustaka Utama.
- Ahmadi. (2017) Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli Jakarta: Dirjen Olahraga
- Anandita. 2010. Mengenal Olahraga Voli. Bogor: Quadra
- Andita Febriyanto : 2022. Model Latihan Blocking Bola Voli Untuk Atlet Pemula
- Beutelstahl, D. (2008). Belajar Bermain Bola Voli. Bandung. Pionir Jaya.
- Beutelstahl, Dieter. 2003. Belajar Bermain Bola Volley. Bandung: Pioner
- Gustian, M. A., & Palmizal, P. (2021). Motivasi Lansia Pada Aktivitas Olahraga. Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI), 2(1 SE-Articles).
- Hery Koesyanto. 2003. Belajar Bermain Bola Voli. Semarang
- Hidayat, W. (2017). Buku pintar bola voli. Jakarta Timur: Anugrah.
- Janah, N. (2016). Perbedaan Tingkat Keberhasilan Receive Service Bola Float dan Top Spin pada Tim Empat Besar Volleyball Women's World Cup 2015. Pend. Kepelatihan Olahraga-S1, 1(3).
- Kristiyanto, Agus. (2018). Memperluas Desain Permainan Bolavoli di Masyarakat Kita. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Moh Irfan Fatoni. (2010). Perbedaan Ketepatan Servis Atas dengan Servis Bawah Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di MAN 3 Kebonagung Pacitan Tahun Ajaran 2009/2010. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Muhajir. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Erlangga
- Muhajir. (2007). Pendidikan Jasmani: Jakarta: Yudistira
- Muhajir. (2018). Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Depok: Kemendikbud. AX
- Muhammad Muhyi Faruq. (2009). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bolavoli. Surabaya: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Nuril Ahmadi. Panduan Olahraga Bolavoli. (Surakarta: Era Pustaka Utama, 2007).
- Pranatahadi, Sebastianus. (2009). Smesh dalam permainan bola voli. Yogyakarta: FIK UNY
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli. Jurnal Prestasi 1(1). <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6495>
- Pardiman1, (2021): 42-51. Studi Literatur Latihan Vertical Jump Terhadap Teknik Block Pada Permainan Bola Voli
- Reynaud, C. (2011). Coaching volleyball technical and tactical skillsical and tacticals skill series. United States Of America: Human Kinetics, inc.
- Roji. 2008. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas 1. Jakarta: Erlangga
- Sahadi Anwarudin, 2011 Berlatih Olahraga Permainan Bola Besar. PT Wadah Ilmu.
- Setiawan, F. E., Aristiyanto, A., & Herdinata, G. R. P. (2021). Profil Kondisi Fisik Atlet Tarung Derajat. Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI), 2(1 SE-Articles).
- Siswanto. (2011). Metode Penelitian Sastra. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta
- Suhadi. (2018). Volley Ball For All (Bola Voli Untuk Semua). Yogyakarta: UNY
- Suharno HP. 2009. Ilmu Kepelatihan Olahraga. Yogyakarta: Yayasan STO.
- Tennyson, E. (2012). Volleyball tips bite-size techniques to boost your game. United States Of America: AVCA
- Tri, D. (2018). Produktivitas Service Pemain Bola Voli Putri Pada Proliga Tahun 2018.
- Triono. (2013) Pengaruh SPPKB Terhadap Kemampuan Kognitif Siswa Pada Mata Pelajaran IPS Kelas VIII. (1), 162