



**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP  
PENGUASAAN GERAK DASAR PASING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA  
VOLI SISWA SMP NEGERI 3 TOMPASO**

<sup>1</sup>Natannia Menajang, <sup>2</sup>Beatrix J Podung, <sup>3</sup>Agustinus R J Sengkey

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email: <sup>1</sup>[mnatannia@gmail.com](mailto:mnatannia@gmail.com), <sup>2</sup>[beatrixjetjepodung@gmail.com](mailto:beatrixjetjepodung@gmail.com), <sup>3</sup>[arjsengkey@yahoo.com](mailto:arjsengkey@yahoo.com)

Article Received; 9 Mei 2021; Accepted: 15 Mei 2021; Published: 30 Juni 2021

**Abstrak**

Berdasarkan survei pada siswa SMP Negeri 3 Tompaso masih banyak siswa belum melaksanakan gerakan passing bawah pada permainan bola voli dengan baik dan benar. Sesuai dengan urgensi permasalahan yang didapatkan oleh peneliti, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian pembelajaran pendidikan jasmani dengan judul “Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Bawah Pada Permainan Bola Voli Siswa SMP Negeri 3 Tompaso”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan statistik uji t tersebut, maka hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 3 Tompaso.

**Kata kunci:** Pasing Bawah Permainan Bola Voli, Gaya Latihan

***THE EFFECT OF THE APPLICATION OF EXERCISE TEACHING STYEL ON THE  
MASTERY OF UNDERHAND PASS IN VOLLEYBALL GAMES FOR STUDENTS AT  
SMP NEGERI 3 TOMPASO***

***Abstract***

*Based on a survey of students of SMP Negeri 3 Tompaso there are still many students who have not carried out the under-passing movement in volleyball properly and correctly. In accordance with the urgency of the problems obtained by the researcher, the writer is interested in conducting research on physical education learning with the title "The Effect of the Application of Training Teaching Styles on the Mastery of Underhand Pass in Volleyball Games for Students of SMP Negeri 3 Tompaso". The method used in this research is the experimental method. Based on the results of hypothesis testing using the t-test statistic, the results of this study can be concluded that there is an effect of the application of training teaching styles on the mastery of the basic motion of lower passing in volleyball games for*

*students of SMP Negeri 3 Tompaso. The conclusion of this study is that there is an effect of the application of training teaching styles on the mastery of the basic movements of the lower pass in the volleyball game of the students of SMP Negeri 3 Tompaso.*

*Keywords: Underhand Pass Volleyball Game, Training Styel*

## **Pendahuluan**

Pendidikan adalah siklus belajar untuk memperoleh informasi, kemampuan, dan melatih orang dari tidak tahu menjadi tahu untuk menjauh dari ketidaktahuan. Dalam UU no 20 tahun 2003 pasal 13 ayat 1 mengatakan pendidikan terdiri dari pengajaran formal (pelatihan di sekolah), nonformal (sekolah lokal), dan santai (sekolah dalam keluarga) yang dapat saling melengkapi dan meningkatkan satu sama lain. Pengajaran formal adalah pelatihan yang diadakan disemua sekolah. Jalur pendidikan ini memiliki tingkat pengajaran yang wajar, mulai dari sekolah dasar, sampai dengan sekolah menengah (SMP dan SMA). Salah satu matapelajaran yang diajarkan di pendidikan sekolah dasar (SD), pendidikan sekolah menengah (SMP dan SMA) pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes), mata pelajaran ini bertujuan untuk pengembangan umum bagi setiap siswa baik jasmani dan rohani. Mata penjasorkes merupakan bagian mendasar dari sekolah pada umumnya yang berencana untuk meningkatkan orang secara alami, neumusuler, mental atau tulus dan sosial melalui kerja aktif. Proses pembelajaran penjasorkes memberikan kebebasan kepada siswa untuk terlibat langsung dengan pertemuan pembelajaran yang berbeda melalui tugas-tugas proaktif, olahraga, dan kesejahteraan yang diselesaikan secara metodis saat pembelajaran berlangsung.

Materi-materi yang termasuk dalam pembelajaran penjasorkes yaitu permainan bola voli. Permainan bola voli ialah permaian beregu yang dimainkan oleh 2 (dua) tim dalam tiap sisi lapangan yang dibatasi net dimana setiap tim terdiri atas 6 (enam) pemain inti. Tujuan dari bola voli adalah untuk melindungi bola dengan menggunakan teknik tertentu agar tidak jatuh di lapangan sendiri dan melewatkan bola melalui net sampai bola itu jatu dan menyentuh lantai di daerah atau wilaya lawan. Permainan bola voli memiliki pedoman dan strategi penting yang harus didominasi, baik untuk pemula atau untuk ahli, salah satunya adalah metode dasar yaitu passing bawah. Pasing bawah adalah salah satu teknik yang dipakai untuk menerima bola.

SMP Negeri 3 Tompaso merupakan sekolah yang terletak di Minahasa yaitu di Jl. Totolan tolok, Kec.Tompaso, Kabupaten Minahasa, Prov Sulawesi Utara. Sekolah ini memiliki fasilitas yang memadai walaupun ada sebagian bidang ilmu yang kurang memiliki fasilitas yang cukup baik seperti lapangan dan alat-alat olahraga lainnya. SMP Negeri 3 Tompaso juga memiliki beberapa tenaga pengajar dibidangnya masing masing yang bertugas untuk memberikan pengajaran terhadap siswa untuk kebaikan proses belajar mengajar.

Di sekolah tersebut mempunyai 97 siswa diantaranya, 64 siswa laki-laki dan 33 siswa perempuan. Ada juga 6 tenaga pengajar. Sekolah ini mempunyai 1 lapangan voli, sedangkan ada 6 ruang kelas, 1 perpustakaan, 1 laboratorium dan ruang guru. Di lihat dari akreditasi Sekolah ini terakreditasi B dan memakai metode pembelajaran K-13 sesuai sistem pembelajaran pusat begitu pula dengan penjas. Pada dasarnya untuk menjadi seorang guru penjas haruslah kreatif, professional dan menyenangkan untuk mendapatkan proses pembelajaran yang efisien. Di mana guru penjas itu di tuntutan harus memiliki kemampuan

pendekatan terhadap siswa, agar peserta didik atau siswa tergerak atau termotivasi untuk lebih aktif dalam proses belajar mengajar penjas.

Berdasarkan survei pada siswa SMP Negeri 3 Tompaso masih banyak siswa belum melaksanakan gerakan passing bawah pada permainan bola voli dengan baik dan benar bagaimana seharusnya posisi kaki, posisi tangan saat melakukan passing bawah, khususnya dalam melakukan gerak dasar passing bawah. Ada beberapa masalah yang di dapati: *Pertama*, siswa kurang meminati pembelajaran bola voli lebih khususnya passing bawah. *Kedua*, fasilitas tidak memadai atau perlengkapan masih kurang. *Ketiga*, siswa kurang baik melakukan passing bawah dengan gerak dasar yang benar. Salah satu contoh jika kedua tangan tidak sejajar sehingga pada saat mengayunkan tangan bola melambung tidak searah dengan tujuan. Yang seharusnya itu di lakukan dengan cara kaki di buka selebar bahu, lutut di tekuk, badan di condongkan ke depan, pandangan ke depan, posisi badan rilex dan kedua tangan lurus berada di antara bahu dan lutut.

Passing bawah adalah operan yang dilakukan pemain saat menerima bola lebih renda dari posisi kepala pemain. Gerakan ini biasanya di gunakan untuk menerima bola servis atau bola smash dari lawan.

### Gerak Dasar

“Gerak dasar menurut harrow (1972) adalah pola gerak yang interen yang membentuk dasar-dasar untuk keterampilan gerak yang kompleks yang meliputi gerak lokomotor, non lokomotor, dan gerak manipulatif.

1. Gerak lokomotor adalah gerakan berpindah tempat dimana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat. Gerak lokomotor esensial adalah salah satu perkembangan sentral yang mendasar. Contohnya berjalan, berlari, meluncur dan lain-lain
2. Gerak Non lokomotor dapat diartikan juga sebagai keterampilan stabil, gerakan yang di lakukan tanpa atau sedikit sekali bergerak dari daerah tumpuannya. Dapat juga diartikan gerakan tidak berpindah tempat.
3. Gerakan Manipulatif melibatkan tindakan mengontrol suatu objek khususnya dengan tangan dan kaki. Ada dua urutan kemampuan dari perkembangan manipulatif, yaitu responsif dan pendorong. Kemampuan reseptif adalah mendapatkan obyek, misalnya, kemampuan menangkap dan keterampilan memiliki kualitas menerapkan kekuatan atau kekuatan terhadap suatu obyek, seperti memukul, melempar, melompati dan menendang..”

Gerak dasar dalam permainan bola voli adalah pengembangan kemampuan yang dituntaskan dalam latihan bermain bola voli baik yang diidentikkan dengan latihan saat memainkan bola maupun saat memainkan bola. Gerakan fundamental menggabungkan kemampuan lokomotor dan kemampuan manipulatif. Yang dimaksud dengan kemampuan lokomotor adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan atau memindahkan titik beban dan posisi tubuh dimulai dari satu titik kemudian ke titik berikutnya. Kemampuan ini mencakup pengembangan kearah tegak, terutama bertumpu pada kedua kaki, dan keahlian berjalan atau berlari beberapa langkah untuk mengambil posisi yang layak sehingga bola dapat dimainkan dengan tepat sesuai tujuan yang di kehendaki oleh pemain. Gerakan ini termasuk ke dalam langkah langkah “footwork” untuk bermain bola voli. Keterampilan manipulatif terutama menggunakan satu tangan atau dua tangan yang di satukan merupakan pokok dalam bermain voli.

#### A. Gerak dasar Tanpa bola

Gerak dasar lokomotor yang menjadi landasan bagi pelaksanaan gerak dasar bola voli yaitu mencangkup:

- a. Bergerak maju

- b. Bergerak mundur
  - c. Bergerak samping kiri kanan
- B. Gerak dasar menggunakan bola

Gerak dasar tidak menggunakan bola tau menggunakan bola, sejujurnya adalah satu kesatuan pada sebuah pengaturan. Gerakan esensial tidak menggunakan bola diselesaikan dalam mengantisipasi mempraktekan gerakan fundamental menggunakan bola. Gerakan fundamental dengan bola meliputi :

- a. Bola dimainkan dengan satu tangan
- b. Bola dimainkan dengan kedua tangan
- c. Bola dimainkan dengan dua tangan di bawah
- d. Bola dimainkan dengan satu tangan sambil melompat

Teknik dasar dalam permainan bola voli:

- 1) Sikap dan gerak dalam permainan bola voli (*Posture and Movement in Volley Ball*)
- 2) Pasing (*Pass Play and Toss*)
  - Pasing atas
  - Pasing bawah
- 3) *Reseive*
  - Attack reseive -Net play*
  - Service Reseive*
- 4) *Spike*
- 5) *Block*
- 6) Servis
  - Servis atas
  - Servis bawah

### **Passing Bawah**

“Menurut Suharno passing bawah dalam permainan bola voli adalah usaha maupun upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah mengoperkan bola yang di mainkannya itu kepada teman se-regunya untuk di mainkan di lapangan sendiri.”

Passing bawah dilakukan dengan gerak manipulative yaitu menangkap/ menerima, mengayun, memukul. Gerak dalam passing bawah yaitu pada hakekatnya posisi badan di tempat (Non lokomotor). Kedua kaki buka selebar bahu, lutut di tekuk, tumit diangkat, badan di condongkan ke depan, pandangan ke depan badan rilex, kedua tangan berada di antara bahu dan lutut bersiap untuk memukul bola (manipulative). Gerakan tubuh secara keseluruhan atau hanya sebagian sesuai dengan pola gerakan yang di pelajari:

Gerakan tubuh secara keseluruhan atau hanya sebagian sesuai dengan pola gerakan yang di pelajari:

- a. Teknik melakukan passing bawah
  1. Sikap awal
    - a. Kaki di buka se lebar bahu
    - b. Lutut di tekuk
    - c. Tumit di angkat
    - d. Badan di condongkan ke depan
    - e. Pandangan ke depan
    - f. Kedua tangan berada di antara bahu dan lutut
    - g. Posisi badan rileks
  2. Sikap Pelaksanaan

Pada saat akan menerima bola lurus ke dua lutut kaki bersamaan dengan anyunan kedua tangan ke arah datangnya bola, siku-siku dalam keadaan lurus. Perkenaan bola harus berada pada bagian lengan atau di atas pergelangan tangan.

### 3. Sikap Akhir

Kembali ke posisi awal kaki di buka se lebar bahu, lutut di tekuk, tumit di angkat, badan di condongkan ke depan, pandangan ke depan badan rilex, kedua lengan tangan berada di tengah-tengah bahu dan lutut. Passing bawah juga bisa di lakukan dengan cara berpindah tempat sesuai arah akan di tentukan maka butuh perpindahan tempat atau kemampuan lokomotor. Karena dalam passing bawah pada saat menjemput bola kita harus berada dekat bola maka kita harus berpindah tempat atau step.

## Gaya Mengajar Latihan

Pada hakekatnya gaya mengajar latihan adalah salah satu gaya mengajar pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga yang di pakai para guru untuk dapat mengarahkan kepada siswa suatu keterampilan gerak yang khas dan kompleks. siswa di tuntun dalam satu keputusan gerak yang dituangkan pada kartu tugas yang telah disiapkan oleh para guru, dimana perintah tersebut harus dilakukan oleh para siswa secara berulang sesuai apa yang di tuliskan dalam kartu tugas tersebut.

“Menurut Roestiyah, gaya latihan adalah metode pengajaran dimana siswa menyelesaikan latihan sehingga siswa memiliki penguasaan atau kemampuan yang lebih tinggi daripada yang mereka sadari.” Di mana pembelajaran yang di lakukan dengan guru membuat materi pembelajaran dalam bentuk latihan yang di berikan pada siswa sehingga siswa mampu memperoleh suatu keterampilan dari materi pembelajaran yang di pelajari. “Rahantoknam yaitu gaya latihan adalah beberapa keputusan dalam pertemuan di geser dari guru ke murid.”. Yaitu dimana murid atau siswa memberikan hak untuk dapat memutuskan suatu maksud dari materi pembelajarn yang diberikan, sehingga siswa mampu untuk dapat melakukan suatu keterampilan yang diajarkan.

“Implikasi dari gaya mengajar latihan menurut Vendists adalah sebagai berikut : 1) mengenal atau mengetahui yang di harapkan dari kelas, 2) menerima pemberian tugas, 3) membuat keputusan sambil menjalankan tugas, 4) menerima balikan, 5) Membuat keputusan pada pertemuan, 6) siklus kegiatannya, 7) peranan baru siswa, keputusan, dan peranan guru harus di jelaskan ke kelas.”

Gaya mengajar latihan dalam implikasinya mempunyai saran-saran penerapannya menurut Rahantoknam yaitu sebagai berikut : “ 1) Latihan tugas-tugas yang diberikan sebagai mana telah di peragakan dan dijelaskan, 2) Memperagakan tugas yang diberikan, 3) waktu latihan berhubungan dengan kecakapan penampilan, 4) mempunyai pengalaman dan pengetahuan akan hasil (umpan balik) yang diberikan dalam berbagai bentuk.”

### A. Sasaran Gaya Latihan

1. Sasaran gaya latihan sangat berbedadegan sasaran gaya komando dalam hubungannya dengan sikap, perilaku guru dan peran siswa. Sasaran yang berhubungan dengan tugas penampilan adalah
  - a. Berlatih tugas tugas yang telah di berikan sebagai mana yang telah di demonstrasikan dan di jelaskan.
  - b. Memperagakan demonstrasi tugas penampilan yang di berikan.
  - c. Jangka waktu latihan diidentifikasi dengan kemampuan eksekusi.
  - d. Miliki wawasan dan informasi tentang hasil yang diberikan instruktur dalam struktur yang berbeda.

## B. Peran Guru dan Siswa

1. Pemahaman menentukan pilihan selama pertemuan sehubungan dengan:
  - a. Sikap
  - b. Tempat
  - c. Urutan pelaksanaan tugas
  - d. Waktu untuk memulai tugas
  - e. Kecepatan dan Irama
  - f. Waktu berhenti
  - g. Waktu sela di antara tugas-tugas
  - h. Memprakasai pertanyaan-pertanyaan
  
2. Peran Guru
  - a. Pendidik memberikan waktu kebebasan kepada siswa untuk bekerja sendiri
  - b. Berikan kritik secara diam-diam kepada siswa
  - c. Memiliki kesempatan untuk membangun komunikasi secara individu dengan setiap siswa.
  - d. Harus memberikan kebebasan kepada siswa untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan baru mereka.

## C. Anatomi Gaya Latihan

Pra Pertemuan	G
Pertemuan	S
Pasca Pertemuan	G

## Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 3 Tompaso. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan rancangan penelitian yang dipakai adalah *pre-test and poss-test randomized control group design*. Instrument penelitian yang digunakan adalah “tes penguasaan gerak dasar passing bawah” (evaluasi proses) pada permainan bola voli.

Dalam penelitian ini melibatkan dua kelompok yakni kelompok eksperimen yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan sebanyak 10 sampel dan kelompok kontrol yang tidak di berikan perlakuan sebanyak 10 sampel. Dengan demikian total keseluruhan sampel penelitian adalah 20 sampel. Pembagian kelompok dilakukan dengan tehnik undian menggunakan gulungan kertas yang telah dituliskan nomor 1 sampai dengan nomor 20. Yang mendapatkan nomor 1 s/d 10 menjadi kelompok eksperimen sedangkan yang mendapatkan nomor 11 s/d 20 sebagai kelompok kontrol. Data penelitian adalah jumlah skor dari tiga sub indicator gerak dasar passing bawah yakni sikap awal, pelaksanaan gerak, dan sikap akhir dengan aspek penilaian pada gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Data ini diambil dua kali sebelum latihan dan sesudah latihan baik terhadap kelompok eksperimen maupun terhadap kelompok control.

Berdasarkan tujuan penelitian serta skala dan data diperoleh dalam penelitian ini, maka analisis digunakan adalah uji t. dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- A. Uji Normalitas
- B. Uji Homogenitas
- C. Uji *t* dengan taara signifikan  $\alpha = 0,05$

$$\bullet t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$\bullet s^2 = \frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

Untuk menguji apakah penerapan gaya mengajar latihan berpengaruh terhadap peningkatan penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli, digunakan analisis dengan teknik statistik uji beda. Untuk mengetahui teknik analisa statistik yang tepat, maka terlebih dahulu diawali dengan pengujian persyaratan analisis yang harus dipenuhi yaitu uji normalitas dan homogenitas. Untuk analisis uji normalitas data menggunakan uji *Liliefors* dan homogenitas varians dengan menggunakan uji varians besar berbanding varians kecil.

Hipotesa yang akan diuji dalam penelitian ini adalah pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 3 Tompaso. Untuk menguji hipotesa tersebut berarti membandingkan rata-rata penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan dengan gaya mengajar latihan yang diberikan selama dua bulan dengan penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

Dalam perhitungan pengujian hipotesa penelitian didapatkan nilai  $t_{hitung}$  6.38. Berpatokan pada tabel distribusi t pada  $\alpha$  0,05 dengan derajat kebebasan  $n_1+n_2-2=10+10-2=18$  maka didapatkan nilai  $t_{tabel}$  2.101. Dengan demikian kesimpulan pengujian adalah penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli kelompok eksperimen yang diajar dengan menggunakan gaya mengajar latihan lebih baik dari penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

### Hasil dan Pembahasan

Materi passing bawah pada permainan bola voli dapat dikategorikan sebagai materi yang kompleks, hal itu disebabkan bahwa posisi seseorang dalam melakukan passing bawah selalu berubah ubah bahkan dapat dikatakan tidak menentu, sebab harus selalu berusaha menyesuaikan dengan arah datangnya bola.

Gaya mengajar latihan merupakan suatu metode mengajar dengan memberikan latihan-latihan terhadap apa yang akan di pelajari oleh siswa khususnya mengenai materi passing bawah pada permainan bola voli sehingga siswa menguasai keterampilan tersebut dengan baik. Di mana gaya mengajar latihan

Dalam perencanaan pelajaran dengan menerapkan gaya mengajar latihan hal yang terpenting adalah lembaran tugas dan kartu tugas, dimana fungsi dari kartu tugas adalah membantu siswa untuk mengingat tugas geraknya, dan juga melatih para siswa bagaimana mengikuti tanggung jawab tertulis untuk menyelesaikan tugas-tugas, dan mengurangi pengulangan penjelasan dari guru. dengan adanya penerapan gaya mengajar latihan dalam proses pembelajaran passing bawah pada permainan bola voli dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk melaksanakan tugas sesuai dengan apa yang diberikan oleh guru.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah di kemukakan sebelumnya, maka dapatlah ditarik beberapa kesimpulan yaitu sebagai berikut:

Hasil pengujian hipotesa penelitian didapatkan nilai  $t_{hitung}$  6,38. Berpatokan pada tabel distribusi t pada  $\alpha$  0,05 dengan derajat kebebasan  $n_1+n_2-2=10+10-2=18$  maka didapatkan nilai  $t_{tabel}$  2.101. Jadi  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  yaitu  $t_{hitung} = 6.38 > t_{tabel} = 2.101$ . Bersumber pada standar pengujian apabila  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) maka  $H_0$  ditolak yang berarti  $H_A$  diterima.

Untuk itu kesimpulan dalam penelitian ini adalah, Terdapat pengaruh penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli siswa SMP Negeri 3 Tompas.

### Daftar Pustaka

- Anonim. [Http://sipuu.setkab.go.id/PUUdoc/7308/UU0202003.html](http://sipuu.setkab.go.id/PUUdoc/7308/UU0202003.html). (Diakses pada tanggal 12 Maret 2017)
- Ary, Donald, Dkk, *Pengantar Penelitian Dalam Pendidikan-Terjemahan Arief Furchan*. Surabaya: Usaha Nasional, 1982.
- Danim, Sudarwan, *Pengantar Kependidikan Landasan, Teori, dan 234 Metafora Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Hidayat, Arif “Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar,” *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 2, no. 2 (2017): 21.  
<http://imankoekoeh.blogspot.com/2013/12/kelebihan-dan-kekurangan-gaya-mengajar.html>  
(Diakses pada tanggal 4 Januari 2021 Pukul 22.15 Wita)
- <http://www.sarjanaku.com/2013/05/pengertian-metode-latihan-drill.html> (Diakses pada tanggal 4 Januari 2021 Pukul 21.00 Wita)
- Irsyada, Machfud, *Bola Voli*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 2000.
- Novita khairina, “Pengaruh Gerak Dasar Terhadap Passing Bawah Permainan Bolavoli SDN 05 Pontianak” (2015).
- Puja, Angga Kusumah, “MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN (Pada Siswa Kelas V Di SDN 5 Cibadak Kabupaten Sukabumi),” *Maret* 6, No. 1 (2018): 40–49.
- Rahantoknam, E., *Strategi Instruksional dalam pendidikan Olahraga Fps Ikip*. Jakarta, 1998.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2006.
- Vendist Available att : <http://vendist.wordpress.com/2009/12/30/gaya-mengajar-dalam-penjas/vendist>. Diakses pada tanggal 9 Desember 2021 Pukul 23.00 Wita)