

## Meta Analisis Pengaruh Latihan Drill terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli

Rahma Dea Dwi Anggina<sup>✉</sup>, Ugi Nugraha<sup>1</sup>, Ahmad Muzaffar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi, Provinsi Jambi, Indonesia

Corresponding author\*

Email: [rahdda28@gmail.com](mailto:rahdda28@gmail.com)

### Info Artikel

#### Kata Kunci:

Meta Analisis; Latihan Drill; bolavoli; Kemampuan Passing Bawah

#### Keywords:

Meta Analysis; Drill Training Method; Volleyball; Underhand Passing

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kembali penggunaan metode latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Populasi dalam penelitian ini adalah artikel publikasi ilmiah berupa jurnal berskala nasional di Indonesia tentang pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli dari tahun 2016-2024. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini tentang pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Dengan teknik purposive sampling. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah meta analisis. Analisis data yang dilakukan adalah analisis dekskriptif kuantitatif yang dinyatakan dengan angka-angka. Data yg diperoleh akan disajikan dalam bentuk tabel untuk mempermudah dalam menganalisis dan memahami data sehingga data yang disajikan lebih sistematis. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS Untuk membantu menganalisis atau mengolah data hasil penelitian. Berdasarkan hasil analisis metode latihan drill mampu meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli mulai dari yang terendah -0,07 sampai yang tertinggi 0,31.

### Abstract

*This study aims to re-analyze the use of drill training methods on volleyball underhand passing ability. The population in this study is a scientific publication article in the form of a national-scale journal in Indonesia about the effect of drill training on volleyball underhand passing ability from 2016-2024. The sample used in this study is about the effect of drill training on volleyball underhand passing ability. With a purposive sampling technique. The method used in this study is meta-analysis. The data analysis carried out is a quantitative descriptive analysis expressed in numbers. The data obtained will be presented in the form of a table to make it easier to analyze and understand the data so that the data presented is more systematic. Researchers use the SPSS application to help analyze or process data analysis of research results. Based on the results of the drill training method, it can improve volleyball underhand passing ability from the lowest -0.07 to the highest 0.31.*

© 2025 Author

✉ Alamat korespondensi:

Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi, Provinsi Jambi, Indonesia

## PENDAHULUAN

Olahraga memegang peranan vital dalam kehidupan dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, baik secara fisik maupun mental. Aktivitas ini tidak hanya dilakukan untuk menjaga kesehatan, tetapi juga sebagai sarana mencapai target tertentu dan meraih prestasi. Bola voli menjadi salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat luas. Permainan ini berhasil menarik minat berbagai kalangan usia, dari anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia. Keunggulan bola voli terletak pada karakteristiknya yang menghibur dan energik, memungkinkan semua kalangan untuk berpartisipasi tanpa batasan usia.

Sebagai olahraga beregu, bola voli mengharuskan para pemainnya untuk berkolaborasi dan saling mendukung demi membentuk tim yang solid. Oleh karena itu, untuk menciptakan tim yang kompak, setiap pemain perlu memiliki keterampilan bermain voli yang mumpuni (Keswando et al., 2022). Selain keterampilan teknis, aspek kesehatan mental juga berperan penting dalam performa atlet dan kualitas latihan. Wala (2024) menekankan bahwa kesehatan mental merupakan komponen integral dari kesehatan secara keseluruhan yang berpengaruh pada produktivitas dan kualitas hidup individu, termasuk dalam konteks kegiatan olahraga. Keterampilan dan penguasaan teknik yang baik dan benar sangat penting untuk menguasai permainan bola voli. Tanpa pemahaman dan penguasaan teknik yang baik dan benar dalam permainan bola voli tidak akan dapat mencapai hasil yang optimal. Adapun teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli adalah servis, passing, umpan (set-up), smash (spike), dan bendungan (blok) (Raihanati & Wahyudi, 2021). Dalam permainan bola voli pemain harus menguasai teknik-teknik dasar permainan salah satunya adalah passing, pemain harus meningkatkan kemampuan passing yang akurat kepada teman satu tim.

Menurut Ilham et al., (2019) Passing bawah merupakan teknik mengolah bola yang berada di bawah ketinggian bahu dengan menggabungkan kedua pergelangan tangan. Teknik ini umumnya diaplikasikan untuk mengendalikan bola yang dikirim dari tim

lawan atau rekan satu tim. Karakteristik bola yang cocok ditangani dengan teknik ini antara lain bola yang melaju di posisi rendah, dengan kecepatan tinggi, bertenaga kuat, atau bola yang muncul tiba-tiba namun masih dalam jangkauan kedua lengan pemain. Untuk meningkatkan kemampuan passing bawah yang akurat dibutuhkan latihan tambahan yang dikhususkan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah.

Menurut Padalia & Yatim (2020) metode latihan disebut juga dengan istilah drill, yaitu metode yang menekankan pada latihan intensif dan berulang-ulang dengan tujuan agar siswa-siswi dapat menguasai keterampilan yang bersifat spesifik. Latihan akan mengarahkan siswa-siswi untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan dalam topik atau mata pelajaran tertentu.

Menurut Lumintuarso dalam Sasmita et al., (2022) “mengemukakan bahwa pengertian metode latihan drill adalah cara pendekatan dalam melatih dan mengajarkan gerakan dimana siswa-siswi di intruksikan melakukan gerakan tertentu secara berulang-ulang berdasarkan petunjuk yang diberikan guru atau pelatih.

Masalah yang diperoleh dari hasil analisis salah satunya adalah pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Selama permainan kondisi fisik sangat diperlukan dan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan passing bawah.

Meta analisis adalah jenis penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan merangkum, mereview, dan menganalisis data penelitian berdasarkan temuan penelitian-penelitian sebelumnya dengan melakukan perhitungan kuantitatif yang dilakukan secara sistematis (Ahn & Kang, 2018).

Analisis hasil penelitian kuantitatif merupakan salah satu tujuan meta analisis. Penelitian meta analisis dapat digunakan untuk menguji kekuatan dan hubungan perbandingan pada penelitian-penelitian terdahulu. Sehingga meta analisis penting dilakukan agar memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan akurat mengenai suatu tema penelitian tersebut.

Data dari berbagai penelitian terdahulu tersedia dalam jumlah yang cukup banyak

dalam bentuk jurnal-jurnal yang telah dipublikasi. Saat ini tidak banyak penelitian dan kajian yang berfokus pada temuan penelitian untuk merangkum dan menguji kembali keefektifan hasil suatu tema penelitian. Padahal penelitian yang dilakukan berdasarkan data-data yang telah tersedia dapat menghasilkan teori baru. Penelitian tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan metode penelitian meta analisis.

Peneliti melakukan pengamatan terhadap penelitian - penelitian terdahulu yang dipublikasikan dengan jurnal ilmiah dengan rentang waktu dari tahun 2016-2024 yang membahas tentang pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Kemudian jurnal tersebut peneliti menyeleksi kembali berdasarkan syarat - syarat yang ada pada penelitian ini yaitu artikel dibuat oleh umum atau mahasiswa, menggunakan metode eksperimen dengan sampel siswa/siswi di Indonesia, atikel yang digunakan berupa jurnal yang terindeks google Scholar, dan jurnal yang dipublikasikan 9 tahun terakhir yaitu dari tahun 2016-2024. Merujuk pada syarat-syarat yang ada pada penelitian tersebut, penelitian mendapatkan 8 dari 24 jurnal yang memenuhi syarat pada penelitian ini.

Beberapa penelitian meta analisis yang telah dilakukan secara keseluruhan belum fokus pada bidang kajian latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Belum ada penelitian meta analisis terbaru mengenai pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli. Penelitian-penelitian terdahulu menjadi dasar meta analisis yang berasal dari artikel-artikel jurnal yang diperoleh melalui pencarian di Google Scholar. Karena sangat sedikit yang membahas mengenai meta analisis pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli

## **METODE**

### **Metode dan Desain**

Penelitian ini menggunakan metode meta analisis dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Meta analisis adalah metode statistika yang menggambarkan hasil dua atau lebih jenis penelitian untuk mendapatkan data kuantitatif. Penelitian meta analisis juga dikenal dengan istilah "penelitian meta". Data

yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari artikel-artikel jurnal dengan malakukan review pada rentang waktu publikasi jurnal dari tahun 2016-2024.

Berdasarkan jumlah artikel dengan kata kunci "latihan drill bola voli" mendapatkan sebanyak 24 artikel dari google scholar. Setelah itu peneliti meninjau abstrak dari artikel yang ditemukan

### **Partisipan**

Menurut Khodijah et al., (2024) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya

Populasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah artikel publikasi ilmiah berupa jurnal berskala nasional di Indonesia tentang pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli dari tahun 2016 sampai 2024. Menurut Purwanda & Harahap (2017) menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengambilan sampel ditujukan agar penelitian dapat berlangsung secara efektif dan efisien. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Adapun sampel dalam penelitian ini adalah artikel publikasi ilmiah tentang pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli.

Penelitian ini dilakukan di Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi yang beralamat di Jl. Jambi - Muara Bulian No.KM. 15, Mendalo Darat, Kec. Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi, Jambi. Waktu efektif pelaksanaan penelitian pada bulan Maret 2025

### **Instrumen**

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Instrumen penelitian yang

digunakan adalah lembar pengkodean data (Data Coding). Data Coding merupakan proses sistematis mengubah data mentah menjadi format yang mudah dibaca dengan cara menetapkan kode menggunakan huruf atau angka yang bertujuan untuk mempermudah dalam pengumpulan dan analisis data.

Instrumen penelitian ini menggunakan lembar pengkodean berupa lembar data yang digunakan dalam tahapan ekstraksi, sistesis, dan analisis data dalam bentuk tabel. Variabel dalam lembar pengkodean yang diperlukan untuk proses analisis data terdapat tahapan yaitu: Sumber Jurnal, link jurnal dan Judul Penelitian, Tahun atau Tempat Penelitian, Sampel Penelitian, Desain penelitian dan Hasil atau kesimpulan penelitian.

### Prosedur

Prosedur penelitian melalui beberapa tahap, tahap yang pertama yaitu *searching* dimana tahap ini terdapat empat komponen yaitu pencarian jurnal, pembuatan judul sementara, latar belakang masalah, dan penetapan judul. Kemudian tahap kedua melakukan observasi atau review. Tahap ketiga yaitu membuat kerangka berfikir dimana pada tahap ini menjelaskan pemilihan jurnal, melakukan penyaringan dan mendapatkan kesimpulan. Tahap ke empat peneliti menentukan metode penelitian. Tahap kelima Hasil dan Pembahasan. Tahap ke enam ialah penelitian terdahulu pada tahap ini terbagi dua komponen yaitu :Eksekusi dan valid jurnal. Pada tahap ke tujuh peneliti melakukan meta analisis. Tahap ke delapan yaitu pembahasan dan tahap terakhir yaitu kesimpulan”

### Analisis Data

Analisis data yang dilakukan adalah analisis dekskriptif kuantitatif yang dinyatakan dengan angka-angka. Data yg diperoleh akan disajikan dalam bentuk tabel untuk mempermudah dalam menganalisis dan memahami data sehingga data yang disajikan lebih sistematis. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS Untuk membantu menganalisis atau mengolah data hasil penelitian. Menghitung gain skor ternormalisasi dengan rumus:

$$g = \frac{Tf - Ti}{SI - Ti}$$

Dimana:  $g$  = Gain ternormalisasi,  $Tf$  = skor post test,  $Ti$  = skor pre test,  $SI$  = skor ideal.

Analisis data yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian meta analisis adalah dengan melakukan perhitungan besar pengaruh (*effect size*) dari setiap penelitian. Effect size yakni perbedaan kejadian efek antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dalam meta analisis merupakan gabungan effect size masing-masing studi yang dilakukan dengan teknik statistik (Retnawati et al., 2018).

“Dalam hal ini, peneliti memilih untuk menggunakan rumus Cohen dalam (Himmah, 2022). data yang dipilih dari jurnal yang menyajikan data rata-rata kelas eksperimen dan kelas kontrol serta menyajikan data standar deviasi dari kelas eksperimen dan kelas kontrol, Berikut rumus yang digunakan, yaitu:

$$d = \frac{MA - MB}{\sigma}$$

Dimana:

$d$ = Indeks effect size Cohen’s,  
 $MA$ = Rata-rata data kelas eksperimen,  
 $MB$ = Rata-rata data kelas kontrol,  
 $\sigma$ = Rata-rata standar deviasi

### HASIL

Penelitian yang dilakukan diambil dari berbagai artikel pada jurnal yang dipublikasikan secara nasional yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Setelah melakukan analisis terhadap artikel-artikel tersebut, hasil penelitian kemudian dikelompokkan dan ditemukan 24 jurnal analisis. Setelah dilakukan pemeriksaan data maka terdapat 8 artikel yang memenuhi syarat dan 16 artikel dieksekusi. Pada penelitian ini jumlah artikel yang digunakan sesuai dengan tujuan yaitu 8 jurnal.

Tabel 1. Data Pengelompokan Unit Analisis Artikel

Kelompok Analisis	Unit Analisis	Jumlah
Jenjang Analisis	SMP/MTS	4
Artikel	SMA	4

Berdasarkan dari tabel 1 diatas terdapat 8 artikel yang terdiri dari: 4 artikel pada SMP/MTS, 4 artikel pada SMA. Dari 8 artikel tersebut semuanya menggunakan metode

latihan drill dengan variabel terikat kemampuan passing bawah bola voli.

Tabel 2. Hasil Analisis Berdasarkan Uji Gain

Kode Jurnal No	Sebelum (Pretest)	Sesudah (Postest)	Gain	Gain%
1. Unnes Journal of Sport Sciences	27,500	29,500	-0,07	-7,30%
2. Jurnal porkes	3,00	4,29	0,01	1,03%
3. Jurnal pendidikan dan pembelajaran	18,00	21,00	0,04	22,52%
4. SportIndo Jurnal	33,20	36,64	0,04	4,48%
5. JPO: Jurnal Prestasi Olahraga	35,67	55,25	0,31	30,77%
6. Jurnal Universitas Pahlawan	29,94	32,40	0,04	4,23%
7. Digilid UNIMED	26,00	33,80	0,09	9,46%
8. Jurnal keolahragaan	7,83	18,25	0,12	23,75%

Berdasarkan hasil analisis tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa latihan drill dapat meningkatkan kemampuan passing bawah bola

voli dari mulai yang terendah -0,07 sampai yang tertinggi 0,31.

Tabel 3. Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pre test	3.4564E3	8	9715.09862	3434.80606
post test	3.7124E3	8	10419.78468	3683.95020

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat menunjukkan bahwa latihan drill dapat meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli dengan nilai rata-rata sebelum 3.4564E3 menjadi 3.7124E3

Tabel 4. Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pre test & post test	8	1.000	.000

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan jika terdapat relasi antara rata-rata hasil latihan passing bawah sebelum dan sesudah menggunakan latihan drill sebesar 1,000. Hasil uji hipotesis, Ho tidak terdapat adanya perubahan signifikan terhadap hasil kemampuan passing bola voli menggunakan latihan drill (ditolak) dan Ha terdapat perbedaan yang signifikan terhadap hasil latihan kemampuan passing bawah bola voli menggunakan latihan drill (diterima).

Tabel 5. Effect Size Berdasarkan Kategori

No	Nama Jurnal	Nilai Effect Size	Keterangan
1.	Unnes Journal of Sport Sciences	-198,81	Efek Kecil
2.	Jurnal porkes	-0,10	Efek Kecil
3.	Jurnal pendidikan dan pembelajaran	-0,30	Efek Kecil
4.	SportIndo Jurnal	-0,30	Efek Kecil
5.	JPO: Jurnal Prestasi Olahraga	-1,99	Efek Kecil
6.	Jurnal Universitas Pahlawan	-0,30	Efek Kecil
7.	Digilid UNIMED	-0,70	Efek Kecil
8.	Jurnal keolahragaan	-1,09	Efek Kecil
Rerata Secara Keseluruhan		Effect Size -25,4473	Berefek Kecil

Berdasarkan dari perhitungan Effect Size yang diperoleh menghasilkan rata-rata Effect Size sebesar -25,4473. Hal itu berarti bahwa

model latihan drill dapat menghasilkan hasil latihan kemampuan passing dengan kategori berefek kecil.

Tabel 6. *Effect Size* Berdasarkan Jenjang Pendidikan

No	Unit Analisis	Jumlah Artikel	<i>Effect Size</i>
1.	SMP/MTS	4	0,000035
2.	SMA/MA	4	0,733635

Berdasarkan dari perhitungan *Effect Size* bahwa penggunaan model latihan drill pada hasil latihan kemampuan passing bawah bola voli di SMP/MTS memberikan *effect size* kecil dan SMA memberikan *Effect Size* sedang. Dengan presentase pada SMP/MTS 0,000035 pada SMA/MA 0,733635. Pada SMA/MA memiliki jumlah *Effect size* yang paling besar dibandingkan dengan SMP/MTS, Hal ini karena SMA/MA dianggap memiliki tingkat kematangan yang pas untuk diterapkan latihan drill. Walaupun demikian penggunaan metode latihan drill layak digunakan pada semua jenjang pendidikan

## PEMBAHASAN

*Effect size* digunakan untuk menunjukkan besar suatu pengaruh dari adanya suatu perlakuan. Digunakannya *effect size* suatu penelitian dapat dilakukan dengan lebih mudah. Hubungan antar variabel dalam meta analisis adalah antara pengaruh latihan drill dengan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa latihan drill memberikan pengaruh yang kecil dalam meningkatkan hasil kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. Hal ini sejalan dengan temuan Susanto et al., (2021) yang menunjukkan bahwa meskipun latihan drill dapat meningkatkan keterampilan passing bawah, peningkatannya bervariasi tergantung pada intensitas dan kualitas latihannya.

Dari 8 artikel semua memberikan pengaruh kecil, dengan kata lain pengaruh latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli tidak efektif. Hal ini didukung oleh penelitian Afdol et al., (2025) yang menemukan bahwa latihan variasi passing

bawah perlu dikombinasikan dengan metode drill untuk mendapatkan hasil yang optimal. Berdasarkan jenjang pendidikan SMP/MTS memiliki *effect size* kecil dan SMA/MA memiliki *effect size* sedang. Setiawan (2024) menegaskan bahwa latihan drill perlu dikombinasikan dengan latihan berbasis permainan untuk meningkatkan efektivitasnya, terutama pada tingkat pemula.

Bisa disimpulkan bahwa metode latihan drill lebih tepat dilakukan dijenjang SMA/MA. Subagio et al., (2022) menambahkan bahwa latihan drill yang diintegrasikan dengan circuit training dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan kemampuan passing bawah. Selain itu latihan drill saja tidak cukup untuk memberikan pengaruh besar pada kemampuan passing bawah, tentunya harus dilakukan latihan lainnya yang dapat membantu dalam mempengaruhi suatu kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. Vinsensius et al., (2022) menyarankan penggunaan metode bermain untuk melengkapi metode drill dalam meningkatkan kemampuan passing bawah.

Proses latihan yang dilakukan oleh pelatih meskipun menggunakan metode yang sama, ada kemungkinan penerapan latihan mengalami perbedaan. Yahya & Sufitriyono (2020) menjelaskan bahwa keberhasilan metode drill sangat bergantung pada kualitas instruksi dan feedback yang diberikan oleh pelatih. Tingkat latihan drill masing-masing dari pendidik juga berbeda sehingga hal ini dapat mempengaruhi hasil latihan. Permasalahan yang ada pada proses latihan dapat berupa penggunaan alat atau sarana dalam berlatih. Kurniawan (2024) menekankan pentingnya pengembangan alat bantu yang tepat untuk mendukung efektivitas latihan passing bawah.

Permasalahan lain yang dihadapi berupa keaktifan dari para peserta latihan dalam mengikuti rangkaian latihan dinilai masih kurang efektif. Bastia & Atiq (2020) menunjukkan bahwa penggunaan media atau alat bantu dalam latihan drill dapat membantu meningkatkan motivasi dan keaktifan peserta. Dengan menggunakan metode latihan drill dapat membantu meningkatkan hasil kemampuan passing bawah bola voli walaupun

dalam skala kecil. Hal ini didukung oleh penelitian Rizal (2024) yang menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu khusus dalam latihan passing bawah dapat membantu meningkatkan efektivitas latihan drill.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dalam penelitian, maka kesimpulan dari hasil penelitian ini ialah, Metode latihan drill terhadap kemampuan passing bawah bola voli memiliki efek yang kecil dalam meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli. Hal ini ditunjukkan dengan rata-rata effect size yang diperoleh secara keseluruhan yaitu sebesar -25,4473. Maka, metode latihan drill tidak efektif untuk meningkat kemampuan passing bawah bola voli.”

Analisis 8 artikel yang dilakukan merupakan penelitian yang dilakukan pada SMP/MTS dan SMA/MA. Hal ini menunjukkan bahwa metode latihan drill kurang efek efektif untuk meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian ini. Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Jurusan pendidikan olahraga dan kepelatihan universitas jambi, yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini. Dan segala dukungan akademik dan administratif yang sangat membantu.

Bpk Ugi Nugraha dan Bpk Ahmad Muzaffar atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang sangat berarti selama proses penyusunan penelitian ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah meluangkan waktu dan memberikan data yang diperlukan demi kelancaran penelitian ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat balasan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa.

## REFERENSI

- Afdol, R., Putra, M. A., & Putra, R. (2025). Pengaruh Latihan Variasi Passing Bawah dan Metode Drill terhadap kemampuan Passing Bawah Pemain Bola Voli Club Putra Desa Alahan. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(2), 735–740. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/irje.v5i2.23751.2>
- Ahn, E., & Kang, H. (2018). Introduction to systematic review and meta-analysis. *Korean Journal of Anesthesiology*, 71(2), 103–112. <https://doi.org/https://doi.org/10.4097/kjae.2018.71.2.103>
- Bastia, B., & Atiq, A. (2020). Pengaruh Drill Training Dengan Media Bola Gantung Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Sepak Takraw. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 1(1), 3. <https://doi.org/10.26418/jpjk.v1i1.43578>
- Himmah, W. I. (2022). The Ability of Proof Using Mathematics Induction Through Cooperative Learning Type Team Assisted Individualization. *Journal of Medives: Journal of Mathematics Education IKIP Veteran Semarang*, 6(2), 19–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.31331/medivesveteran.v6i2.2086>
- Ilham, I., Oktadinata, A., & Kholidman, I. (2019). Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh. *Jurnal Cerdas Sifa*, 1(1), 56–67.
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.4996>
- Khodijah, R., Bukit, P., & Hapsara, O. (2024). Pengaruh Disiplin dan Fasilitas Kerja terhadap Motivasi yang Berimplikasikan pada Kinerja Pegawai di Kecamatan Danau Teluk Kota Jambi. *J-MAS (Jurnal Manajemen Dan Sains)*, 9(2), 797–802. <https://doi.org/10.33087/jmas.v9i2.174>

6

- Kurniawan, D. C. (2024). *Pengembangan alat bantu permainan teknik dasar passing bawah pada bola voli*. Universitas Jambi.
- Padalia, A., & Yatim, H. (2020). Implementation of the drill method in learning art and culture in high schools. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 9(2), 1607–1613.
- Purwanda, E., & Harahap, E. A. (2017). Pengaruh akuntabilitas dan kompetensi terhadap kualitas audit (Survey pada Kantor Akuntan Publik di Bandung). *Jurnal Akuntansi*, 19(3), 357–369. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/ja.v19i3.85>
- Raihanati, E., & Wahyudi, A. (2021). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 222–229. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Retnawati, H., Apino, E., Djidu, H., Kartianom, K., & Anazifa, R. (2018). *Pengantar Analisis Meta*. Parama Publishing.
- Rizal, A. A. (2024). *Alat toolpass untuk passing bawah bola voli*. Universitas PGRI Semarang.
- Sasmita, N., Januarto, O. B., & Kurniawan, A. (2022). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Tendangan Mawashi-Geri Beladiri Karate Menggunakan Metode Drill Bagi Karate Inkado. *Sport Science and Health*, 4(1), 83–93. <https://doi.org/10.17977/um062v4i12022p83-93>
- Subagio, M., Pujiyanto, D., & Nopiyanto, Y. E. (2022). Pengaruh latihan drill passing melalui circuit training terhadap kemampuan passing bawah siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 10 Kota Bengkulu. *SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 74–85. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i1.20611>
- Susanto, A., Pradipta, G. D., & Wibisana, M. I. N. (2021). Pengaruh Latihan Drill untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli pada Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(1), 61–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jiku.v9i1.34531>
- Vinsensius, E., Hidasari, F. P., & Yanti, N. (2022). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bolavoli dengan Metode Bermain. *Marathon: Jurnal Pendidikan Jasmani Universitas Tanjungpura*, 1(2), 45–53. <https://doi.org/https://doi.org/10.26418/jmrthn.v1i1.59308>
- Wala, G. N. (2024). Regulatory Reform of Mental Health Services in Indonesia : Legal and Human Rights Perspectives. *Siber International Journal of Advanced Law (SIJAL)*, 2(2), 68–74. <https://doi.org/https://doi.org/10.38035/gijlss.v2i2.125>
- Yahya, A. A., & Sufitrono, S. (2020). Pembelajaran Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Pada Permainan Bolavoli Siswa SMPN 2 Mare Kabupaten Bone. *Jendela Olahraga*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.26877/jo.v5i1.4179>