



Pengaruh Model Direct Instruction Terhadap Peningkatan Akurasi Passing Atas Voli Pemula Elang Emas Club

Annisa Rahmasari¹, Entan Saptani², Anggi Setia Lengkana³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia.

E-mail: annisarahmasari05@upi.edu¹, entansaptani@upi.edu², asetialengkana@upi.edu³

Menerima: 21 Maret 2026; **Revisi:** 27 Maret, 2026; **Diterima:** 26 April, 2026

<https://doi.org/10.24036/Mensana.110126.08>

Abstract

The overhand pass is a fundamental technique in volleyball that plays a crucial role in building offensive strategies and creating effective scoring opportunities. However, beginner players at the Elang Emas Club often demonstrate low accuracy in performing this skill, which is likely caused by the lack of structured and systematic training methods. This study aims to examine the effect of the direct instruction training model on improving overhand pass accuracy among beginner players. This research used a quantitative pre-experiment method with a One Group Pretest-Posttest design. The sample consisted of 16 beginner players selected through total sampling. The instrument used was an overhand passing accuracy test against a wall with an X shaped target. Data analysis technique include descriptive statistics, the Kolmogorov-Smirnov normality test, paired T-test, and the coefficient of determination (R-square). The result showed an increase in the mean score from 14,19 to 17,06. The paired sample T-test showed a significance value of 0,013 ($p < 0,05$) indicating a significant effect. The R-square value of 0,177 suggests that the model contributed 17,7% to the improvement. In conclusion, the direct instruction training model has a positive effect on improving overhand passing accuracy in beginner players at the Elang Emas Club.

Keywords: Direct instruction model, Accuracy, Overhead pass

Abstrak

Passing atas dianggap sebagai salah satu teknik fundamental yang menjadi kunci terhadap permainan voli, memiliki peran sentral dalam membangun strategi dan menciptakan peluang serangan yang lebih efektif. Namun, rendahnya akurasi passing atas pada pemain pemula Elang Emas Club diakibatkan belum optimalnya penerapan latihan yang terstruktur. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh model latihan *direct instruction* terhadap peningkatan akurasi passing atas voli terhadap pemain pemula. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif jenis pre-eksperimen melalui desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel penelitian berjumlah 16 pemain pemula ditentukan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian berupa tes akurasi passing atas pada dinding dengan penggunaan target simbol X. Teknik analisis data meliputi deskriptif statistik, uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, uji *paired sample T-test* dan uji koefisien determinasi (R-square). Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata sebesar 14,19 pada *pretest* menjadi 17,06 pada *posttest*. Uji *paired sample T-test* memperoleh nilai sebesar 0,013 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari perlakuan yang diberikan. Nilai R-square sebesar 0,177 menyatakan bahwa model *direct instruction* memberikan kontribusi sebesar 17,7% terhadap peningkatan akurasi passing atas. Disimpulkan bahwa penerapan model latihan *direct instruction* pada pemain pemula Elang Emas Club berpengaruh terhadap peningkatan akurasi passing atas.

Kata Kunci: Model *direct instruction*, Akurasi, Passing atas

PENDAHULUAN

Cabang olahraga bola voli merupakan olahraga yang sangat digemari oleh berbagai kalangan masyarakat Indonesia maupun dunia. Olahraga yang dimainkan dengan dua tim dan terdiri enam pemain dalam setiap tim nya.

Bermain voli dilakukan dengan cara memantulkan bola hingga melewati jaring-jaring (net), tujuannya adalah membuat bola mendarat di lapangan lawan sehingga menyentuh tanah, dan memenangkan poin (Rachmalia & Lengkana, 2022).

Bola voli saat ini bukan hanya olahraga rekreasi tetapi juga bidang kompetitif yang diharapkan dapat menghasilkan prestasi yang gemilang, melalui olahraga yang kompetitif, diharapkan dapat melahirkan atlet-atlet berbakat yang dapat mengharumkan nama daerah, negara, dan bangsa mereka dalam berbagai kompetisi (Rachmalia & Lengkana, 2022).

Pemain harus menguasai berbagai teknik dalam voli sebagai modal awal dalam bermain voli. Teknik dasar dalam permainan bola voli ini terdiri atas smash, blok, passing atas, passing bawa, servis atas, dan servis bawah (Yono & Sodikin, 2020). Pengembangan keterampilan teknik dasar menjadi fokus utama guna meningkatkan kemampuan pemain.

Dalam permainan ini, penguasaan teknik dasar menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan permainan. Salah satu keterampilan teknik mendasar dalam permainan bola voli yang wajib dikuasai adalah teknik passing atas (Adhi et al., 2023). Dalam bola voli passing atas merupakan keterampilan penting untuk mengoper bola dan melakukan set kepada penyerang (Ozawa et al., 2021).

Pada dasarnya, passing atas dilakukan dengan menerima bola di atas dahi dan kemudian mendorongnya kembali ke atas, dikarenakan eksekusi gerakan ini dilakukan dengan cepat, sehingga dapat memberikan kesan visual bahwa bola terlihat seperti dipantulkan (Siregar et al., 2021).

Passing atas merupakan teknik

fundamental yang menjadi kunci dalam melakukan permainan bola voli yang memiliki peran sentral, dikarenakan teknik tersebut memiliki peran penting dalam membangun strategi permainan dan menciptakan peluang serangan yang lebih efektif.

Passing atas bukan hanya teknik dasar yang harus dikuasai pemain, tetapi juga kunci untuk menyusun serangan serta berfungsi dalam situasi bertahan (Aini et al., 2021). Dalam praktiknya, passing atas melibatkan penggunaan kedua tangan untuk melambungkan bola, para pemain harus mengatur posisi tubuh dan tangan dengan baik agar dapat mengontrol bola secara optimal.

Hal ini mencakup bagaimana pergerakan lengan, posisi kaki, dan keseimbangan tubuh saat melaksanakan teknik ini (Prakosa Gempur Pamungkas et al., 2024). Passing atas membutuhkan latihan yang ekstensif untuk mengembangkan kontrol pada arah bola secara akurat dan mencegah cedera jari, selama latihan,

Gerakan kaki yang tetap sangatlah penting, karena posisi yang stabil memberikan dukungan yang diperlukan untuk mengeksekusi Gerakan secara efektif, menjaga keseimbangan yang baik sangat penting dalam memastikan bahwa jari-jari kaki dapat terstimulasi secara maksimal disetiap langkah (Sistiasih & Pradana, 2022).

Dengan melalui latihan teknik dasar passing atas dapat berpengaruh terhadap akurasi lemparan yang tepat pada sasaran. Passing atas terlihat sederhana, tetapi membutuhkan kekuatan dan ketepatan untuk mencapai target dengan baik (Budiana, 2023).

Akurasi passing atas dalam permainan bola voli merupakan aspek yang sangat penting dalam mempengaruhi hasil permainan, dimana mengacu pada kemampuan untuk mengarahkan bola dengan tepat pada titik sasaran, melibatkan kekuatan otot lengan, koordinasi mata dan tangan serta komponen teknik.

Akurasi pada passing atas bukan



hanya hasil dari penguasaan teknik melainkan juga didukung oleh kondisi fisik yang baik, pada hal ini membutuhkan gerakan lengan serta tubuh yang terkoordinasi dengan baik untuk menghasilkan gerakan yang tepat dan efektif.

Pemain harus mampu mengoordinasikan gerakan tangan dan tubuh dengan baik untuk memastikan bola dapat diterima dan dikendalikan dengan akurat oleh rekan setim (Ozawa et al., 2021). Selain itu, kekuatan otot lengan sangat berpengaruh terhadap kemampuan akurasi passing atas seorang pemain. Kemampuan otot yang baik dapat memperlancar gerakan passing yang cepat dan tepat pada saat pertandingan (Ozawa et al., 2021).

Meskipun demikian, berdasarkan hasil observasi pada pemain pemula bola voli Elang Emas Club di Rancaekek Kabupaten Bandung, pada kenyataannya masih banyak pemain yang mengalami kesulitan dalam melakukan passing atas secara akurat.

Seringkali koordinasi antara mata dan tangan, posisi badan serta kecepatan pada saat melempar dan menangkap bola mengakibatkan tidak tepat sasaran, hal ini berdampak pada perkembangan motorik terutama pada akurasi passing atas pemain yang melambat.

Kelemahan dan kesalahan yang sering terjadi adalah pada saat melempar belum tepat pada sasaran, berjarak terlalu jauh sehingga bola sulit dijangkau diakibatkan karena proses latihan belum dikatakan terstruktur, serta menggunakan sarana prasarana yang masih terbatas (Fitriani, 2016).

Kondisi tersebut terjadi karena proses pelaksanaan latihan yang belum sepenuhnya disusun secara sistematis dan bervariasi, sehingga pemain mengalami kendala dalam mengarahkan bola secara tepat. Selain itu, karakteristik oemain pemula yang masih berada pada tahap perkembangan keterampilan gerak turut memengaruhi pencapaian hasil yang

optimal dalam pelaksanaan teknik akurasi passing atas.

Berdasarkan masalah tersebut, diperlukan suatu pendekatan latihan yang terstruktur dan sesuai untuk mendukung peningkatan akurasi passing atas pada pemain pemula voli Elang Emas Club, dengan melalui pendekatan model *direct instruction*.

Model *Direct Instructions* dirancang khusus untuk mengoptimalkan proses pembelajaran secara sistematis dengan mengintegrasikan pengetahuan deklaratif dan prosedural melalui langkah demi langkas yang terstruktur (Darmiyati & Antung dalam Ariana & Novitawati, 2023).

Model ini berpusat pada pelatih dengan pendekatan berorientasi terhadap penguasaan keterampilan yang diciptakan melalui proses latihan terstruktur, dengan menekankan bentuk latihan terbimbing, demonstrasi langsung, serta umpan balik dalam memastikan sejauh mana pemain memahami dan menguasai tahapan proses komponen gerak.

Model *Direct Instruction* memberikan kesempatan belajar untuk terlibat dalam pengamatan yang selektif, mengingan, serta meniru perilaku yang didemonstrasikan oleh instruktur (Mawaddah et al., 2023). Pendekatan ini dirancang untuk membantu menguasai materi melalui langkah-langkah yang logis dan berulang sehingga meminimalisir kesalahan serta mempercepat pemahaman (Dariyah et al., 2026).

Dengan model yang lebih terstruktur ini, sangat efektif dalam mengajarkan keterampilan dasar dan pengetahuan faktual (Yaghmour & Obaidat, 2022). Olahraga yang berkelanjutan dapat meningkatkan kemampuan untuk mengatur Gerakan selama pelatihan, dan merangsang pengembangan kapasitas otot secara spesifik yang dibutuhkan dalam olahraga tertentu, sehingga berkontribusi pada peningkatan kinerja secara lebih baik (Safari & Saptani, 2019).

Oleh karena itu, latihan passing

atas melalui model *Direct Instruction* pada pemain pemula bola voli Elang Emas Club dianggap sebagai media latihan yang efektif dan dapat membantu pemain dalam meningkatkan akurasi pada passing atas voli.

Pada penelitian Abduh (2016), penggunaan model *direct instruction* efektif dalam meningkatkan penguasaan teknik dasar passing bawah bola voli terhadap siswa setelah melalui dua kali siklus pembelajaran. Selanjutnya penelitian oleh Arif Al Ardha et al., (2024),

pada cabang olahraga lain seperti permainan bola basket, penggunaan model ini mampu meningkatkan keterampilan teknik dribbling dalam permainan basket, dimana keterampilan siswa mengalami peningkatan hamper tiga kali lebih tinggi dibanding kelompok lain.

Selain itu Asyiqin et al., (2024), juga menyatakan bahwa model *direct instruction* memberikan kontribusi positif terhadap pemahaman keterampilan bermain sepak takraw pada siswa. Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji penerapan model *direct instruction* dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar olahraga.

Namun demikian, kajian yang secara spesifik menelaah penerapan model tersebut dalam konteks latihan pada pemain pemula di tingkat klub, khususnya yang berfokus pada peningkatan akurasi passing atas dalam permainan bola voli masi relative terbatas.

Kondisi ini menunjukkan adanya peluang untuk melakukan kajian lebih lanjut dalam konteks yang berbeda. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan model *direct instruction* terhadap peningkatan akurasi passing atas voli pada pemain pemula Elang Emas Club.

METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis pre- eksperimen melalui desain *One Group Pretest-Posttest* dengan intervensi model *direct instruction*,

penelitian yang melibatkan satu kelompok subjek dimana pengukuran dilakukan sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberinya sebuah *treatment* (Oktavia et al., 2019).

Adapun pola penelitian dengan metode *one group pretest-posttest* menurut (Creswell, 2019, hlm.230) sebagai berikut:

O1 X O2

Keterangan: O1: Hasil perolehan *pretest*

X : Model Latihan *Direct Instruction*

O2: Hasil perolehan *posttest*

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain pemula Elang Emas Club Kecamatan Rancaekek, Kabupaten Bandung yang terdiri dari 16 atlet. Teknik sampel digunakan melalui total sampling dimana seluruh sampel berkontribusi dalam penelitian.

Instrumen pada penelitian ini dilakukan dengan tes akurasi passing atas bola voli pada dinding mengadaptasi aturan *coaching* menurut Harsono (1998), dimana tes tersebut diberi target baik berupa jarak posisi, waktu serta target simbol X pada dinding.

Sesuai aturan pelatihan menurut Mawarti (2009), tinggi dinding terhadap target berkisar 2,20 meter lalu menangkapnya dengan jarak posisi badan terhadap dinding sejauh 3 meter. Pada proses tes akurasi tersebut sampel diberikan waktu sesuai aturan *coaching* menurut Harsono (1998), yaitu selama 30 detik dalam melakukan lemparan bola voli pada dinding, lalu sampel melakukan lemparan dengan mengenai simbol X tersebut.

Peneliti melakukan tes dalam dua kali tahap, dimana tahap pertama dilakukan sebelum diberikan perlakuan dan tahap kedua dilakukan setelah pemberian program-program latihan passing atas melalui model latihan *direct instruction*.

Penelitian dilakukan selama dua belas kali pertemuan dengan intensitas latihan tiga kali dalam satu minggu dengan total latihan dilakukan dalam kurun waktu satu bulan pada pertengahan bulan Januari hingga Februari tahun 2026.

Data yang diperoleh kemudian



dianalisis menggunakan SPSS statistik versi 26 melalui beberapa tahap statistik yaitu deskriptif statistik, uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, uji *paired sample t-test* dan uji koefisien determinasi (*R-square*).

Teknik analisis statistik menggunakan uji *paired sample t-test*, yaitu satu metode statistik yang digunakan untuk menguji efektivitas suatu perlakuan yang digunakan untuk menilai apakah terdapat perbedaan signifikan antara nilai-nilai yang diperoleh sebelum dan sesudah intervensi (Hernanda et al., 2023).

Teknik analisis statistik ini memiliki nilai signifikansi $P < 0,05$ (Nugroho et al., 2021). Serta penggunaan uji *r-square*, analisis ini digunakan untuk memahami proporsi kontribusi dampak variabel bebas secara bersama-sama terhadap variabel terikat (Mardiatmoko, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian yang diperoleh melalui tes akurasi passing atas yang dilakukan saat sebelum dan sesudah pemberian *treatment* latihan menggunakan model *direct instruction*. Sebagai hasil dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 1. Hasil Perolehan Tes

No.	Nama	Pretest	Posttest
1.	Adisti Nurul Aulia	14	20
2.	Alifah Hibatillah	11	8
3.	April Mentari	16	12
4.	Aleesha Putri	14	17
5.	Bilal	10	11
6.	Farah Zahida	11	10
7.	Kaila Khairunissa	14	21
8.	Kirana Handini	12	15
9.	Lulu	11	16
10.	Moza	17	17
11.	Nabila Putri	23	19
12.	Sansan	15	23
13.	Salsabila Putri	11	17
14.	Sendi Septian	17	17
15.	Susi Nurjanah	13	18
16.	Tasya Nafisha	18	23
		227	273

Berdasarkan Tabel 1. hasil *pretest posttest* yang telah disajikan terlihat bahwa pemain pemula Elang Emas Club dalam penelitian mengalami perubahan nilai setelah diberikan perlakuan latihan model *direct instruction*. Secara umum nilai *posttest* menunjukkan peningkatan dengan jumlah 273 dibandingkan dengan nilai *pretest* yang berjumlah 227, hal ini mengindikasikan adanya perkembangan kemampuan akurasi passing atas pada pemain.

Tabel 2. Deskriptif Statistik

Paired Samples Test							
Paired Differences							
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper			
-2,875	4,097	1,024	-5,058	-.692	-2,807	15	.013

Berdasarkan Tabel 2. deskriptif statistik, diketahui hasil *pretest* akurasi passing atas memiliki nilai rata-rata sebesar 14,19 dengan nilai minimum 10 dan nilai maximum 23. Setelah diberikan perlakuan hasil *posttest* menunjukkan nilai rata-rata sebesar 17,06 dengan nilai minimum 8 dan nilai maximum 23.

Tabel 3. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
N	Normal Parameters ^{a,b}	Zscore: Pretest Akurasi Passing Atas Voli	Zscore: Posttest Akurasi Passing Atas Voli
		16	16
	Mean	.00000000	.00000000
	Std. Deviation	1.00000000	1.00000000
	Most Extreme Differences	Absolute	.181
		Positive	.147
		Negative	-.114
	Test Statistic	.147	.181
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{a,d}	.166 ^c

Berdasarkan Tabel 3. uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, diperoleh nilai signifikan pada data *pretest* sebesar 0,200 dan pada data *posttest* sebesar 0,166. Hasil terhadap dua data tersebut menunjukkan nilai Sig. lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) maka disimpulkan bahwa data berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan menggunakan uji parametrik.

Tabel 4. Hasil *Paired Sample T-test* Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pretest Akurasi Passing Atas Voli	16	13	10	23	227	14,19	3,430	11,763
Posttest Akurasi Passing Atas Voli	16	15	8	23	273	17,06	4,106	16,862
Valid N (listwise)	16							

Berdasarkan Tabel 4. hasil uji parametrik menggunakan *Paired Sample T-test* menunjukkan hasil nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* sebesar 2,87, nilai *t* sebesar 2,807 dengan Sig.(2-tailed) sebesar 0,013. Karena nilai $P = 0,013 < 0,05$ sehingga didapatkan adanya perbedaan secara signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa latihan menggunakan model *direct instruction* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan akurasi passing atas pada pemain pemula Elang Emas Club.

Tabel 5. R Square

Model Summary			
Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	.420 ^a	.177	.118

a. Predictors: (Constant), Posttest Akurasi Passing

Berdasarkan Tabel 5. Terlihat bahwa nilai koefisien determinasi (R-Square) sebesar 0,177 yang menunjukkan bahwa model latihan *direct instruction* memberikan kontribusi sebesar 17,7% terhadap peningkatan akurasi passing atas voli pada 16 atlet pemula Elang Emas Club.

Pembahasan

Berdasarkan hasil olah data terdapat adanya peningkatan kemampuan akurasi passing atas voli pada pemain pemula Elang Emas Club setelah diberikan *treatment* berupa latihan dengan menggunakan model *direct instruction*.

Dengan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata antara hasil *pretest* sebesar 14,19 dan *posttest* sebesar 17,06 peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa latihan yang diberikan mampu membantu pemain pemula dalam memperbaiki teknik passing atas, sehingga akurasi yang dihasilkan menjadi lebih baik dibandingkan sebelum diberikan

perlakuan.

Pada hasil uji hipotesis *Paired Sample T-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,013 dimana nilai Sig. $0,013 < 0,05$ sehingga didapatkan adanya perbedaan secara signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Selain itu, berdasarkan hasil analisis koefisien determinasi (R-Square) diperoleh nilai sebesar 0,177 atau 17,7% yang menunjukkan bahwa model latihan *direct instruction* memberikan kontribusi sebesar 17,7% terhadap peningkatan akurasi passing atas voli pada pemain pemula Elang Emas Club.

Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan model latihan yang terstruktur dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar passing atas dalam permainan bola voli. Dengan demikian, model latihan *direct instruction* terbukti memberikan pengaruh terhadap akurasi passing atas voli pada pemain pemula Elang Emas Club.

Melalui pemilihan metode yang tepat dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar olahraga, menuntut pemahaman konseptual yang kuat serta latihan motorik yang terstruktur (Lengkana & Sofyan, 2025). Selain itu dengan penerapan metode latihan yang tepat akan memperoleh hasil maksimal (Setiawan et al., 2021).

Selaras dengan penelitian yang dilakukan Aldi Agustin et al., (2024), menunjukkan adanya peningkatan kemampuan teknik dasar passing pada permainan voli setelah diberikan penerapan model *direct instruction* dengan hasil rata-rata 4,13 pada *pretest* *posttest* dan nilai signifikan (Sig.) sebesar 0,00 dimana $0,00 < 0,05$ yang menyatakan terdapat pengaruh pada hasil penelitian tersebut.

Selain itu, dalam cabang olahraga lain seperti pada penelitian Arif Al Ardha et al., (2024), menunjukkan bahwa *direct instruction* memberikan dampak positif secara signifikan dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *dribble* pada permainan basket, dengan hasil peningkatan sebesar 48,90% dan nilai signifikan (Sig.) $0,008 < 0,05$.

Berdasarkan penelitian tersebut



menunjukkan bahwa model latihan yang dilakukan secara sistematis dan bertahap mampu meningkatkan penguasaan keterampilan teknik, sehingga penerapan model *direct instruction* menjadi model latihan yang efektif dalam meningkatkan akurasi passing atas voli pada pemain pemula.

Melalui model *direct instruction* mencakup tahapan penjelasan yang jelas, demonstrasi langsung, serta latihan terbimbing, membuat pemain mampu melakukan latihan secara mandiri, keistimewaan *direct instruction* terdapat pada kemampuannya dalam mengubah keterampilan yang rumit menjadi tahapan-tahapan yang jelas dan mudah dimengerti (Lusiana, 2025).

Pendekatan ini memudahkan pengelolaan, meningkatkan konsentrasi siswa, dan mendukung pengembangan kompetensi melalui penyampaian pengetahuan dan keterampilan secara langsung dan terarah (Dariyah et al., 2026).

Latihan yang dilakukan secara terstruktur dan berulang berperan penting dalam meningkatkan keterampilan motorik pemain pemula Elang Emas Club untuk melakukan akurasi passing atas.

Dalam hal latihan fisik, "Terstruktur" berarti aktivitas tersebut dirancang untuk membantu mencapai tujuan tertentu, seperti menjadi lebih kuat, lebih fleksibel, atau lebih baik dalam keseimbangan dan kecepatan (Dewangga, 2023). Pengarahan ini dapat mencakup latihan berulang-ulang untuk mengembangkan kepercayaan diri dan keterampilan motorik halus (Hudain et al., 2025).

Melalui pendekatan ini pemain mendapatkan bimbingan latihan secara maksimal terhadap kemampuan dengan konsentrasi tinggi seperti pada akurasi passing atas dalam voli.

Olahraga yang berkelanjutan dapat meningkatkan kemampuan untuk mengatur gerakan selama pelatihan, dan merangsang pengembangan kapasitas otot secara spesifik yang dibutuhkan dalam

olahraga tertentu, sehingga berkontribusi pada peningkatan kinerja secara lebih baik (Safari & Saptani, 2019).

Pengarahan yang dilakukan pada pemain pemula Elang Emas Club mengenai akurasi passing atas bola voli pada saat latihan sangat penting dalam memastikan pemahaman pemain terkait mekanika gerak yang benar.

Melalui demonstrasi langsung pemain dapat dengan mudah diarahkan untuk menunjukkan bagaimana gerakan yang tepat seperti posisi tubuh, bentuk lengan, serta gerakan mendorong lengan pada saat bola dipantulkan. Hal tersebut tidak terlepas pula pada konsistensi dan kedisiplinan pemain dalam berlatih.

Keberhasilan suatu program latihan sangat dipengaruhi oleh kedisiplinan dan konsistensi pemain dalam mengikuti latihan. Disiplin merupakan salah satu nilai inti yang perlu dikembangkan dan menjadi landasan proses dalam setiap sesi latihan, disiplin dalam latihan dapat meningkatkan kualitas fisik, teknis, dan mental sehingga menciptakan potensi maksimal selama latihan (Sin, 2017).

KESIMPULAN

Hasil penelitian serta analisis data dapat dinyatakan bahwa penerapan model latihan *direct instruction* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat akurasi passing atas pada pemain pemula Elang Emas Club.

Hal ini dibuktikan oleh hasil uji *paired sample T-test* dengan nilai Sig. sebesar 0,013 ($p < 0,05$) yang mengindikasikan adanya pengaruh model latihan *direct instruction* terhadap kemampuan akurasi passing atas pada pemain pemula tersebut. Selain itu, ditunjukkan pula pada nilai R-square 17,7% yang mencerminkan adanya peningkatan akurasi passing atas.

Dengan demikian, model latihan *direct instruction* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternative metode latihan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar

khususnya pada akurasi passing atas terhadap pemain pemula bola voli.

Implikasi praktis bagi pelatih, hasil penelitian ini menyatakan bahwa penerapan model latihan *direct instruction* dapat dijadikan sebagai acuan dalam perencanaan program latihan yang lebih terstruktur, sistematis, dan berorientasi pada penguasaan teknik dasar secara bertahap.

Pelatih diharapkan mampu memberikan instruksi yang jelas, demonstrasi yang tepat, serta umpan balik yang berkelanjutan guna membantu pemain dalam memahami dan menguasai teknik passing atas secara optimal.

Bagi pemain terutama pemain pemula, dengan penerapan model latihan ini dapat membantu meningkatkan pemahaman terhadap teknik passing atas melalui proses latihan yang terarah dan berulang. Pemain diharapkan mampu mengikuti setiap tahapan latihan dengan lebih disiplin serta memanfaatkan umpan balik yang diberikan pelatih sebagai sarana evaluasi diri.

Dengan latihan yang konsisten dan terstruktur, pemain dapat mengembangkan koordinasi gerak, control bola, serta meningkatkan akurasi passing atas secara lebih optimal dalam permainan bola voli. Meskipun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan-keterbatasan selama proses penelitian berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, asri ikhwan. (2016). Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Model Pembelajaran Langsung (Direct Instructions) Pada Siswa Kelas V Sdn No Asri, Ikhwan Abduh Pesaku Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi. *E- Journal Physical Education, Health And Recreation*, 4(1), 1–15.
- Adhi, B. P., Marsini, M., Nevitaningrum, N., & Rohmad, R. (2023). Hubungan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Passing Atas Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(2), 548–553.
- Aini, K., Asmawi, M., Pelana, R., Tangkudung, J., & Muslimin. (2021). The effect of target and netting games on overhead pass volleyball accuracy. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(2), 224–230. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.09.0209>
- Aldi Agustin, Didi Muhtarom, & Boby Agustan. (2024). Pengaruh Direct Teaching Instruction dalam Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Bola Voli Kelas VIII-A di MTs Ciniru. *Edukasi Elita : Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), 382–392. <https://doi.org/10.62383/edukasi.v1i4.727>
- Ariana, L., & Novitawati, N. (2023). Mengembangkan Kemampuan Anak Dalam Mengontrol Gerakan Tangan Menggunakan Otot Halus Melalui Kombinasi Model Project Based Learning Dan Model Direct Instructions Pada Kegiatan Mozaik. *Jurnal Inovasi, Kreativitas Anak Usia Dini (JIKAD)*, 3(3), 32–41.
- Arif Al Ardha, M., Muflihah, L., Lorry Juniarisca, D., Fathur Rohman, M., & Sawa Bikalawan, S. (2024). The Influence Of The Direct Instruction Learning Model On Learning Outcomes For Basketball Dribble Skills. *International Journal of Educational Technology and Society*, 2, 89–99. <https://doi.org/10.61132/ijets.v1i2.52>
- Asyiqin, S., Iyzlan, M., & Zaim, M. I. (2024). The Influence of Audio Visual Based Direct Instruction Learning Model on Understanding Skills Play Sepak Takraw. *Journal of Physical Education For Secondary Schools*, 4(1), 325–332. <https://doi.org/10.17509/jpess.v4i1.82679>
- Budiana, A. (2023). Pengaruh Metode Latihan Kekuatan Lengan Terhadap Akurasi Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli. *Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(1), 17–20. <https://doi.org/10.33222/jpess.v5i1.2>



222

- Creswell, J. W. (2019). *Research Design* (edisi 4). Pustaka Pelajar.
- Dariyah, T., Azizah, A. N., Choiriyah, J., Sangadah, H., & Wijayanto, D. I. (2026). Model Direct Interaction Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *An Najah (Jurnal Pendidikan Islam Dan Sosial Keagamaan)*, 5(1), 794–799.
- Dewangga, M. W. (2023). Analisis Konsep: Aktivitas Fisik dan Latihan Fisik. *SENRIABDI*, 89–95.
- Fitriani, F. (2016). Meningkatkan Kemampuan Lempar Tangkap Dalam Permainanbola Kasti Melalui Model Pembelajaran Inkuiri Padasiswa Kelas Iv Sdn Bobo Kecamatan Palolo. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical*.
- Harsono. (1998). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikolog Dalam Coaching*. C.V. Tambak Kusuma.
- Hernanda, Y., Kaporina, A., & Nurlaily, D. (2023). AnalisisTingkat Pengangguran Provinsi Kalimantan Timur Menggunakan Sign Test, Wilcoxon Test Dan Paired Sample t-Test. *Seminar Nasional Teknologi Informasi Dan Matematika (SEMIOTIKA)*, 2(1), 94–102.
- Hudain, M. A., Adil, A., Kasmad, M. R., & Arga, A. (2025). Pelatihan terstruktur di SDN Paccinangan tentang dribbling bola basket. *LITERA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 88–95.
- Lengkana, A. S., & Sofyan, D. (2025). Pengaruh Media Visual Interaktif Dalam Pembelajaran Teknik Dasar Bola Voli Terhadap Minat Belajar Siswa. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 5(1), 94–107.
- Lusiana, L. (2025). Direct Instruction: Pembelajaran Terstruktur Untuk Peningkatan Kompetensi Guling Depan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 12(1), 11–22.
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya uji asumsi klasik pada analisis regresi linier berganda (studi kasus penyusunan persamaan allometrik kenari muda [canarium indicum l.]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333–342.
- Mawaddah, M., Nur, J., Ahmad, A. K., & Indahwaty, I. (2023). Efektivitas model pembelajaran direct instruction terhadap hasil belajar matematika siswa. *Griya Journal of Mathematics Education and Application*, 3(1), 97–106.
- Mawarti, S. (2009). Permainan Bola Voli mini untuk anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 67–72.
- Nugroho, W. A., Umar, F., & Iwandana, D. T. (2021). Peningkatan Kecepatan Renang 100 Meter Gaya Bebas Melalui Latihan Interval Akuatik Pada Atlet Para-Renang. *Jurnal Mensana*, 6(1), 56–65.
- Oktavia, M., Prasasty, A. T., & Isroyati, I. (2019). Uji normalitas gain untuk pemantapan dan modul dengan one group pre and post test. *Simposium Nasional Ilmiah & Call for Paper Unindra (Simponi)*, 1(1).
- Ozawa, Y., Uchiyama, S., Ogawara, K., Kanosue, K., & Yamada, H. (2021). Biomechanical analysis of volleyball overhead pass. *Sports Biomechanics*.
- Prakosa Gempur Pamungkas, Eko Sudarmanto, Nurhidayat, N., Nur Subekti, N. S., & Hadiono, H. (2024). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing Ditinjau Dari Karakteristik Usia (Studi Kasus Pada Pemain Bola Voli Padepokan Ngawi Junior). *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 3(1), 254–265.
<https://doi.org/10.31316/ijst.v3i1.6017>
- Rachmalia, D. S., & Lengkana, A. S. (2022). Profil Kondisi Fisik Atlet Bola Voli Pada Klub Tectona Kota

- Bandung. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 6(2), 91–100.
- Safari, I., & Saptani, E. (2019). Metode latihan dan koordinasi mata tangan meningkatkan akurasi forehand sidespin service tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 174–181.
- Setiawan, W. A., Festiawan, R., Heza, F. N., Kusuma, I. J., Hidayat, R., & Khurrohman, M. F. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Futsal Melalui Metode Latihan Passing Aktif dan Pasif. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 270–278.
- Sin, T. H. (2017). Disiplin atlet dalam latihan. *Jurnal Sporta Sainatika*, 2(1), 240–251.
- Siregar, F. S., Sembiring, M. M., & Siregar, A. (2021). Analisis Perbedaan Kontribusi Variasi Latihan Passing Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(2), 102–108.
- Sistiasih, V. S., & Pradana, S. R. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580.
- Yaghmour, K. S., & Obaidat, L. T. (2022). The effectiveness of using direct instruction in teaching comprehension skill of third-grade students. *International Journal of Instruction*, 15(2), 373–392.
- Yono, T., & Sodikin, F. A. (2020). Modifikasi Bola Plastik sebagai Media Pembelajaran Bola Voli. *Sport, Pedagogik, Recreation and Technology: Jurnal Ilmu Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan Dan Rekreasi (Sparta)*, 2(2), 26–31.