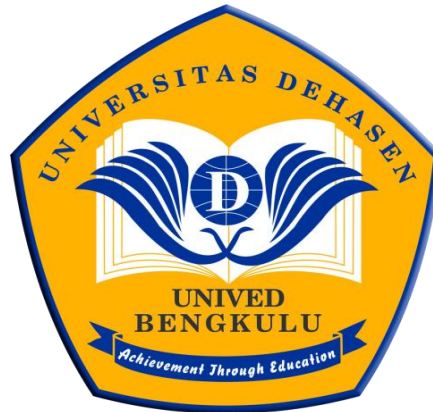


**ANALISIS KETERAMPILAN DASAR BOLA VOLI ATLET  
SMA NEGERI 6 BENGKULU TENGAH**

**SKRIPSI**



*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Menyelesaikan*

*Program Studi Pendidikan Jasmani*

*Memperoleh Gelar Strata 1*

**OLEH :**

**TOMI PEBRIANSYAH**

**NPM. 19190003**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**ANALISIS KETERAMPILAN DASAR BOLA VOLI ATLET**  
**SMA NEGERI 6 BENGKULU TENGAH**  
**SKRIPSI**

**OLEH**

**TOMI PEBRIANSYAH**

**NPM. 19190003**

**Pembimbing 1,**



**Feby Elra Perdima, M.Pd., AIFO**  
**NIDN. 0227079001**

**Pembimbing 2,**



**Dra. Asnawati, M.Kom**  
**NIDN. 0221066601**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani**  
**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)**  
**Universitas Dehasen Bengkulu**



**Martiani, M.TPd**  
**NIK. 1703153**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**ANALISIS KETERAMPILAN DASAR BOLA VOLI ATLET**  
**SMA NEGERI 6 BENGKULU TENGAH**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**TOMI PEBRIANSYAH**

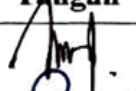
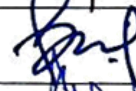
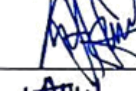

**NPM. 19190003**

*Telah disahkan Oleh Dosen Pembimbing dan Penguji Skripsi:*

Hari : Senin

Tanggal : 8 Mey 2023

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

| No | Kedudukan  | Nama                           | NIDN       | Tanda Tangan  | Tanggal |
|----|------------|--------------------------------|------------|---|---------|
| 1  | Ketua      | Feby Elra Perdima, M.Pd., AIFO | 0220079001 |  | 23-5-23 |
| 2  | Sekretaris | Dra. Asnawati, M.Kom           | 0221066601 |  | 25-5-23 |
| 3  | Penguji I  | Ajis Sumantri, M.Pd., AIFO     | 0202018604 |  | 23-5-23 |
| 4  | Penguji II | Mariska Febrianti, S.S., M.Pd  | 0206029201 |  | 22-5-23 |

Bengkulu,

2023

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Pendidikan (FKIP)  
Universitas Dehasen Bengkulu

  
  
**Dra. Asnawati S.Kom., M.Kom**  
NIK. 1703007

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tomi Pebriansyah

NPM : 19190003

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah di tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apa bila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 2023

Yang membuat pernyataan



*Tomi Pebriansyah*  
Tomi Pebriansyah

NPM.19190003

## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Tomi Pebriansyah

NPM : 19190003

Tempat/Tanggal Lahir : Muara Rungah,  
18 Februari 2001

Agama : Islam

Alamat :Pagar Dewa, Jln. Sungai Rupert, RT. 40/ RW 08

Nama Orang Tua :

Ayah : Rusdi

Ibu : Bainil

Alamat : Desa Muara Rungah. Kec.  
Pasemah Air Keru, Kab.Empat  
Lawang

Riwayat Pendidikan :

- ✓ SD Negeri 02 Paiker
- ✓ SMP Negeri 02 Paiker
- ✓ SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah
- ✓ S1 Pendidikan Jasmani UNIVED Bengkulu

## **ABSTRAK**

### **ANALISIS KETERAMPILAN DASAR BOLA VOLI ATLET SMA NEGERI 6 BENGKULU TENGAH**

**Oleh:  
Tomi Pebriansyah  
Feby Elra Perdima  
Asnawati**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *Passing* Bawah, Pasing atas , dan servis bawah Bola Voli pada atlet di SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif, sementara metode dalam penelitian yang digunakan adalah metode Tes Keterampilan dasar bola voli dan menganalisis dengan teknis tes dan pengukuran. Populasi penelitian ini atlet ekstrakurikuler di SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah dengan jumlah sampel sebanyak 39 orang yang terdiri dari 31 putra dan 8 putri dengan menggunakan teknik *Purposive sampling* sehingga sampel berjumlah 31 putra. Pengambilan data menggunakan tes *passing* bawah, Passing atas, servis bawah dan teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dengan frekuensi dan persentase melalui pengkategorian. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan diperoleh hasil bahwa keterampilan teknik dasar keseluruhan atlet siswa SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah berjumlah 31 siswa laki – laki yang mengikuti tes. Keterampilan dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu tengah. hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah dengan 31 orang pada kategori “ Baik Sekali” dengan skor “13.07”.

Kata Kunci : Keterampilan Dasar Passing Bawah, Passing Atas, dan Servis Bawah. Bola Volly.



**ABSTRACT**

**AN ANALYSIS OF VOLLEYBALL BASIC SKILLS OF ATHLETES AT SMA  
NEGERI 6 IN CENTRAL BENGKULU**

**By:**  
**Tomii Pebriansyah**  
**Feby Elra Perdana**  
**Asnawati**

*This study aims to determine the skill of underhand dan overhand pass, and underhand serves in volleyball of athletes at SMA Negeri 6, Central Bengkulu. This research method is descriptive research, while the method used in this research is the volleyball basic skills test method and analyzed with technical tests and measurements. The population of this study was extracurricular athletes at SMA Negeri 6 Central Bengkulu with a total sample of 39 people consisting of 31 boys and 8 girls using a purposive sampling technique so that the sample totaled 31 boys. Retrieval of data was done using the underhand pass and overhand pass test, as well as the underhand serves test, the data analysis technique used is descriptive statistical technique with frequency and percentage through categorization. Based on the results of the research and data analysis conducted, it was found that the overall basic technical skills of the athletes of SMA Negeri 6 Central Bengkulu totaled 31 male students who took the test. The basic volleyball skills of athletes at SMA Negeri 6 Central Bengkulu. The results of this study can be concluded that the basic volleyball skills of athletes at SMA Negeri 6 Central Bengkulu with 31 people are in the "Very Good" category with a score of "13.07".*

**Keywords: Basic Skills, Underhand Pass, Overhand Pass, and Underhand Serves, Volley ball**

JULY 1, 2023



## **MOTTO**

*“Jangan takut gagal, karena belajar dari kegagalan adalah hal yang bijak”*

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan Alhamdulillah setitik keberhasilan dan cita-cita telah saya raih. Namun perjalanan masih sangatlah panjang. Karena satu jalan telah ku lalui namun hal ini tidak membuatku menjadi tinggi, dan sepenggal dari tanda baktiku kepada orang tua ku, mereka tidak peduli hujan badai maupun panas, dan tak pernah lelah dalam bekerja. Karena kalian berdua, hidup terasa begitu mudah dan penuh kebahagiaan. Terima kasih karena selalu menjaga saya dalam doa-doa ayah dan ibu serta selalu membiarkan saya mengejar impian saya apa pun itu.

Maka dari itu Skripsi ini aku persembahkan untuk:

- ❖ Skripsi ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terima kasih atas semua cinta yang telah ayah dan ibu berikan kepada saya.
- ❖ Untuk kawan-kawan angkatan 2019 Penjas Dehasen terima kasih atas motivasi dan semangatnya.
- ❖ Seluruh kerabat dan family yang memberikan motivasinya.
- ❖ Almamaterku yang tercinta.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran ALLAH SWT. Karena dengan rahmat dan hidayah-Nya, penulis mampu menyelesaikan Skripsi ini sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan UNIVED Bengkulu dengan judul : **Analisis Keterampilan Dasar Bola Voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah**. Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini masih terdapat kekurangan di dalamnya. Karena itu, segala saran dan kritik yang sifatnya konstruktif sangat penulis harapkan.

Dalam penyusunan Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan. Bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis ucapkan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Husaini, SE., M.Si., AK, CA, CRP selaku Rektor Universitas Dehasen Bengkulu yang telah memberikan penulis kesempatan untuk menempuh pendidikan diperguruan tinggi.
2. Dra Asnawati, S.Kom., M.Kom, selaku Dekan FKIP UNIVED Bengkulu atas semua kebijakannya. Dan sekaligus sebagai pembimbing II yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, saran dan dorongan moril sejak penyusunan skripsi ini.
3. Martiani, S.Pd., M.Pd. selaku ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani
4. Feby Elra Perdima, M.Pd., AIFO selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, saran dan dorongan moril sejak penyusunan Skripsi ini.

5. Ajis Sumantri, M.Pd., AIFOSelaku penguji I yang senantiasa memberikan memotivasi, masukan dan arahan dalam menyelesaikan Proposal ini.
6. Mariska Febrianti, M.Pd Selaku penguji II yang senantiasa memberikan memotivasi, masukan dan arahan dalam menyelesaikan Proposal ini.
7. Terima kasih Bapak kepala sekolah SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah yang telah memberikan izin untuk penelitian disekolah.
8. Seluruh guru dan staf SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah yang telah memberikan semangat, motivasi dan kelancaran saat penilitian disekolah.
9. Seluruh Dosen Program Studi S1 Penjas FKIP UNVED Bengkulu yang telah memberikan ilmu dan informasi sehingga memberikan sumbangan pengayaan teori dalam penulisan Skripsi ini.
10. Seluruh staf administrasi FKIP UNIVED Bengkulu yang telah bersusah payah memberikan pelayanan kepada mahasiswa demi untuk kelancaran dalam penyusunan Skripsi ini.
11. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi S1 Penjas FKIP UNIVED Bengkulu angkatan 2019 yang telah membantu, berupa motivasi dan doa.

Atas segalanya semoga semua amalnya bernilai ibadah di sisi Allah SWT.

Dan semoga karya ini bermanfaat bagi para pembaca. Aamiin.

Bengkulu, Januari 2023



TOMI PEBRIANSYAH

## DAFTAR ISI

|   |                              |
|---|------------------------------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                                    | i                            |
| <b><u>LEMBAR PERSETUJUAN</u></b> .....                        | ii                           |
| <b><u>LEMBAR PENGESAHAN</u></b> .....                         | iii                          |
| <b><u>PERNYATAAN KEASLIAN</u></b> .....                       | Error! Bookmark not defined. |
| <b><u>RIWAYAT HIDUP PENULIS</u></b> .....                     | Error! Bookmark not defined. |
| <b><u>ABSTRAK</u></b> .....                                   | vi                           |
| <b><u>MOTTO</u></b> .....                                     | viii                         |
| <b><u>PERSEMBAHAN</u></b> .....                               | viii                         |
| <b><u>KATA PENGANTAR</u></b> .....                            | ix                           |
| <b><u>DAFTAR ISI</u></b> .....                                | xi                           |
| <b><u>DAFTAR TABEL</u></b> .....                              | xiii                         |
| <b><u>DAFTAR GAMBAR</u></b> .....                             | xiv                          |
| <b><u>DAFTAR LAMPIRAN</u></b> .....                           | xv                           |
| <b><u>BAB I</u></b> .....                                     | 1                            |
| <b><u>PENDAHULUAN</u></b> .....                               | 1                            |
| <b><u>A. Latar Belakang Masalah</u></b> .....                 | 1                            |
| <b><u>B. Identifikasi Masalah</u></b> .....                   | 7                            |
| <b><u>C. Pembatasan Masalah</u></b> .....                     | 8                            |
| <b><u>D. Rumusan Masalah</u></b> .....                        | 8                            |
| <b><u>E. Tujuan Penelitian</u></b> .....                      | 8                            |
| <b><u>F. Manfaat Penelitian</u></b> .....                     | 8                            |
| <b><u>BAB II</u></b> .....                                    | 9                            |
| <b><u>LANDASAN TEORI</u></b> .....                            | 9                            |
| <b><u>A. Kajian Teori</u></b> .....                           | 9                            |
| <b><u>B. Penelitian Relavan</u></b> .....                     | 31                           |
| <b><u>C. Kerangka Berfikir</u></b> .....                      | 32                           |
| <b><u>BAB III</u></b> .....                                   | 34                           |
| <b><u>METODOLOGI PENELITIAN</u></b> .....                     | 34                           |
| <b><u>A. Jenis Penelitian</u></b> .....                       | 34                           |
| <b><u>B. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian</u></b> ..... | 34                           |

|  |                              |
|--|------------------------------|
| <u>C. Populasi dan Sampel</u> .....                                      | 34                           |
| <u>D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data</u> .....                    | 35                           |
| <u>E. Teknik Analisa Data</u> .....                                      | 41                           |
| <u>BAB IV</u> .....  | Error! Bookmark not defined. |
| <u>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</u> ..                                | Error! Bookmark not defined. |
| <u>A. Deskripsi Data Penelitian</u> .....                                | Error! Bookmark not defined. |
| <u>B. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Katagori atau Normas Tes</u> .... | Error! Bookmark not defined. |
| <u>C. Pembahasan</u> .....   | Error! Bookmark not defined. |
| <u>BAB V</u> .....   | Error! Bookmark not defined. |
| <u>KESIMPULAN DAN SARAN</u> .....  | Error! Bookmark not defined. |
| <u>A. Kesimpulan</u> .....   | Error! Bookmark not defined. |
| <u>B. Saran – saran</u> .....  | Error! Bookmark not defined. |
| <b>LAMPIRAN</b>  |                              |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>  |                              |

## **DAFTAR TABEL**

|   |    |
|---|----|
| 3.1 Tabel Nilai Butir Tes.....                              | 38 |
| 3.2 Tabel Norma Tes.....                                    | 38 |
| 4.1 Tabel Norma Tes Keterampilan Dasar Bola Voli .....      | 40 |
| 4.2 Tabel Hasil Analisi Tes Keterampilan Servis Bawah.....  | 33 |
| 4.3 Tabel Hasil Analisis Tes Kerampilan passing Bawah ..... | 43 |
| 4.4 Tabel Hasil Analisi Tes Kerampilan Passing Atas .....   | 44 |
| 4.5 Tabel Nilai Butir Tes.....                              | 45 |
| 4.6 Tabel Norma Tes.....                                    | 46 |
| 4.7 Tabel Skor Penilaian .....                              | 46 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Gambar Gerakan Spike .....                                     | 29 |
| 3.1 Gambar Tes Passing Bawah.....                                  | 35 |
| 3.2 Gambar Tes Servis Bawah .....                                  | 38 |
| 4.1 Gambar Diagram Histrogram Tes Keterampilan Servis Bawah .....  | 42 |
| 4.2 Gambar Diagram Histrogram Tes Keterampilan Passing Bawah ..... | 43 |
| 4.3 Gambar Diagram Histrogram Tes Keterampilan Passing Atas.....   | 45 |
| 4.4 Gambar Diagram Batang Penilaian.....                           | 46 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Tabel Hasil Data Penilaian Servis Bawah
2. Tabel Hasil Data Penilaian Passing Bawah
3. Tabel Hasil Data Penilaian Passing Atas
4. Foto 1 Pengarahan kepada siswa
5. Foto 2 Lapangan Bola Voli
6. Foto 3 Pengambilan Waktu Tes
7. Foto 4 Tes Keterampilan Servis Bawah
8. Foto 5 Tes Keterampilan Passing Atas
9. Foto 6 Tes Keterampilan Passing Atas



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan di jalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan, dan juga dunia pendidikan merupakan suatu aspek yang sangat mempengaruhi pembangunan yang direncanakan oleh pemerintah. Dari dunia pendidikan diharapkan mampu menghasilkan tenaga-tenaga profesional yang dibutuhkan untuk melaksanakan pembangunan tersebut. Dalam dunia pendidikan tersebut salah satunya termasuk di bidang Pendidikan Jasmani dan olahraga.

Salah satu sektor obyek pembangunan adalah di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, yang berusaha menciptakan manusia seutuhnya dengan pembinaan generasi muda. Hal ini di nyatakan dalam UU RI no 3 (2005:8) tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan :

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas, disiplin, menanamkan nilai moral dan akhlak manusia, sportivitas, membina dan mempererat persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Dalam kutipan di atas terlihat bahwa tujuan dari keolahragaan nasional itu tidak hanya untuk meningkatkan kesehatan, namun juga untuk

membina dan mempererat persatuan dan kesatuan bangsa yang nantinya akan sangat berpengaruh terhadap pelaksanaan pembangunan nasional

Selain itu juga pendidikan memegang peranan penting dalam membangun kecerdasan, keterampilan, dan akhlak mulia yang bermula pada kemajuan suatu bangsa, dengan demikian akan mengalami kemajuan terutama sumber daya manusianya. Sumber daya manusia (SDM) yang handal dan mampu bersaing hanya bisa diperoleh melalui pendidikan. Pendidikan di sekolah memiliki banyak komponen. Komponen yang terkandung di dalam pendidikan antara lain; guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, proses belajar mengajar dan lingkungan. Diantara komponen-komponen pendidikan yang paling utama salah satunya adalah komponen kurikulum. Kurikulum adalah pengalaman-pengalaman dan kegiatan-kegiatan yang direncanakan oleh sekolah dengan tujuan untuk memperbaiki perilaku siswa menuju perilaku yang diharapkan. Kurikulum pendidikan jasmani merupakan bagian dari kurikulum sekolah secara keseluruhan yang memberikan sumbangan bagi filosofi, tujuan dan sejarah pendidikan

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan kebugaran para siswa. Pembelajaran olahraga dan kesehatan ini diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk dapat beraktivitas olahraga agar tercipta generasi yang sehat dan kuat. Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menitik beratkan kepada aktivitas jasmani kepada para siswa. Aktivitas

jasmani yang rutin dan baik yang dilakukan oleh siswa diharapkan mampu menjaga dan meningkatkan kebugaran siswa itu sendiri. Aktivitas jasmani yang baik akan mampu mengembangkan psikomotorik siswa dan dengan sikap sportivitas yang ditanamkan dalam pendidikan jasmani akan mampu mengembangkan sikap afektif siswa.

Pengalaman belajar tidak hanya didapat saat dalam proses belajar mengajar saja, tetapi juga bisa didapatkan pada kegiatan diluar jam pelajaran yang biasa disebut dengan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler berfungsi sebagai wahana untuk menampung, menyalurkan, dan membina minat serta kegemaran siswa dalam berbagai bidang. Kegiatan ekstrakurikuler yang dijalankan oleh sekolah sangat bervariasi, mulai dari bakat seni, olahraga dan tentunya dalam bidang-bidang lainnya yang tergantung dari kebijakan dan kemampuan sekolah dalam menangkap minat dan bakat siswanya. Kegiatan ekstrakurikuler dibidang olahraga merupakan wadah atau tempat pembinaan peserta didik dalam sebuah lembaga pendidikan atau sekolah yang salah satunya bertujuan untuk menciptakan generasi muda yang cinta olahraga serta menghargai arti pentingnya berolahraga dan tentunya dalam kesehatan jasmani dan rohaninya. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar akademik. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat masing-masing

Pembinaan olahraga yang memfokuskan salah satu faktor atau hanya memberikan perhatian khusus pada faktor - faktor tertentu, tidak akan menghasilkan prestasi yang optimal, begitu juga pada cabang olahraga bola voli. Permainan bola voli merupakan olahraga yang sangat populer saat ini. Permainan bola voli pertama kali diperkenalkan pada tahun 1895 oleh seorang Pembina pendidikan jasmani Young Man Christian Association (YMCA) bernama William G. Morgan. Dalam perkembangannya permainan bolavoli mengalami perubahan yang sangat pesat kearah yang lebih baik, dimana permainan bola voli tidak hanya bertujuan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang namun sekarang sudah menjadi bagian dari sebuah industry olahraga dimana prestasi menjadi tujuan utama. Permainan bola voli mengapa sangat populer saat ini, dikarenakan permainan ini sangat sederhana sekali, baik anak-anak sampai orang dewasa baik wanita maupun pria dapat dengan mudah untuk memainkannya. Namun berbeda dengan permainan bola voli yang dikompetisikan, maka prestasilah tujuan utamanya yang akan di capai. Dengan demikian pola pembinaan menentukan keberhasilan sebuah prestasi. Hal ini di dukung oleh pendapatnya Bomp (2000:3) dikatakan bahwa *“age to begin practicing the sport for volleyball is 10-12 year, age to start specialization for volleybal 15-16 year and age to reach high performance 22-26 year*

Di Indonesia olahraga bola voli merupakan olahraga prestasi yang mampu membawa bangsa Indonesia ke prestasi tingkat internasional, terbukti dari laga-laga Indonensia melawan negara lain di pertandingan

internasional, bola voli sudah mengharumkan nama Indonesia di kancah internasional dari dahulu sampai sekarang. Pembinaan agar mencapai hasil yang optimal harus ditunjang oleh disiplin ilmu dan teori pendukung yang diaplikasikan dalam bentuk latihan yang sesuai dengan teori penunjang tersebut. Pembinaan merupakan dasar pembentukan prestasi dan dalam pencapaian prestasi diperlukan target dan tujuan yang jelas.

Prestasi olahraga bukan hanya merupakan kumpulan setiap faktor atau komponen, melainkan juga hasil koordinasi gerak yang optimal setiap komponen tersebut. Struktur prestasi olahraga sangat berbeda dan tergantung dari tingkat kesulitan dan kekomplekan sebuah cabang olahraga. Sehingga dapat dipahami bahwa prestasi merupakan tolak ukur pelaksanaan sebuah latihan dalam olahraga.

Berdasarkan data observasi tersebut dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah masih jauh dari standar. Hal ini terbukti dengan jumlah bola yang ada tidak sebanding dengan jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Dalam pelaksanaannya masih sering dijumpai siswa mengantri dalam melaksanakan tugas yang diinstruksikan oleh pelatih. Dengan adanya siswa yang mengantri untuk melaksanakan instruksi dari pelatih tersebut, tentunya akan banyak waktu yang terbuang hanya untuk mengantri. Banyak waktu efektif yang terbuang pada saat siswa mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah. Ketersediaan sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor pendukung

yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan kegiatan ekstrakurikuler.

Minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini dapat dikategorikan tinggi. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli mulai dari kelas X sampai dengan kelas XII, baik siswa putra maupun siswa putri. Setiap mengikuti latihan mereka melakukan dengan penuh semangat. Gerak dasar dalam permainan bola voli merupakan faktor yang sangat penting untuk dikuasai setiap pemain bola voli. Penguasaan tehnik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan kalah dan menangnya tim dalam suatu pertandingan disamping unsur kondisi fisik, taktik, dan mental, (Syafuruddin, 2007: 34). Menurut pendapat dari Arsil (2001: 16) menyatakan bahwa taktik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Banyak prestasi yang pernah diraih SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah dalam bidang olahraga bola voli ini, mulai dari tingkat Kabupaten sampai level Nasionalpun pernah diraih. Berdasarkan hasil pengamatan dapat dilihat bahwa masih ada beberapa siswa belum bisa melakukan passing bawah dengan baik. Dalam melakukan gerakan passing bawah, saat perkenaan dengan bola tangan siswa ditekuk sehingga arah bola sulit untuk dikontrol. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa ada 3 orang siswa yang belum maksimal dalam

penguasaan teknik dasar bermain bola voli. 3 siswa tersebut berlatih hanya saat kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, dan hanya beberapa siswa yang tergabung di salah satu club bola voli. Oleh karena itu, peneliti mengangkat peserta ekstrakurikuler bola voli siswa sebagai obyek dalam penelitian ini dengan judul “ Tingkat keterampilan dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang masalah di atas maka berikut akan diuraikan identifikasi Masalah sebagai berikut

1. Ketersediaan sarana dan prasarana yang digunakan masih banyak kekurangan.
2. Masih banyak siswa yang belum bisa melakukan teknik dasar bola voli dengan baik.
3. Kurangnya motivasi dan minat latihan Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah.
4. Kurangnya peran dan dukungan dari orang tua terkait prestasi bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah.
5. Kurang nya peran pelatih terkait dengan keterampilan bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah.
6. Belum diketahui seberapa baik tingkat keterampilan dasar bola voli pada siswa di SMA Negeri 6 Bengkulu tengah, tahun ajaran 2023



### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, Penelitian ini dibatasi dengan melihat tingkat keterampilan *passing* atas, *passing* bawah dan *servis* bawah dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, untuk lebih terfokusnya masalah yang akan diteliti, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu Bagaimanakah tingkat keterampilan dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah?

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan pokok permasalahan yang akan diteliti maka tujuan penelitian ini adalah untuk melihat tingkat keterampilan dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan berguna untuk menambah wawasan pembinaan prestasi olahraga yang ditujukan pada:

1. Para pemain bola voli sebagai acuan untuk intropeksi atau penilaian diri dalam rangka meningkatkan proses latihan, sebagai upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli untuk mendapatkan prestasi gemilang.
2. Para guru, pelatih dan pengurus bola voli sebagai bahan rujukan teori dan masukan dalam meningkatkan keterampilan bermain bola voli.
3. Peneliti dapat memperkaya ilmu pengetahuan tentang cara meningkatkan keterampilan bermain bola voli.

4. Perpustakaan sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan pengetahuan
5. Peneliti lain, memberikan motivasi untuk mengembangkan hasil penelitian ini.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu kegiatan, (Depdiknas, 1999: 4). Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sugiyono (2003: 8), yang menyatakan bahwa keterampilan bisa diartikan sebagai kemampuan untuk tugas-tugas tertentu dengan baik. Semakin baik penguasaan keterampilan, maka pelaksanaannya akan semakin efisien. Keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam pencapaian suatu tujuan dengan efektif dan efisien. Menurut pendapat dari Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 57), menyatakan bahwa:

“Terampil juga diartikan sebagai perbuatan atau tugas dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Sebagai indikator dari tingkat kemahiran, maka keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan sebuah tugas yang berkaitan dengan pencapaian tujuan tertentu”

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah suatu perbuatan atau tugas sebagai indikator tingkat keterampilan seseorang untuk mencapai tujuan tertentu secara baik dan benar.

## 2. Hakikat Permainan Bola voli

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang digemari dan disukai berbagai kalangan dari usia anak-anak sampai dewasa. Permainan ini dapat dimainkan oleh enam orang dan dapat divariasikan dengan jumlah pemain per-grupnya (Lestari, 2020)

Menurut Nugraha (2010: 21) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan masing-masing grup memiliki enam orang pemain”. Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayah sendiri. Sedangkan (Pardijono, 2011:1) menyatakan Permainan Bola Voli adalah permainan lempar bola dari tim satu ke tim lawan dan begitupun untuk tim lawan juga harus melempar bola yang datang lewat net ke tim lawan. Sedangkan (Pardijono, 2011:1) menyatakan Permainan Bola Voli adalah permainan lempar bola dari tim satu ke tim lawan dan begitupun untuk tim lawan juga harus melempar bola yang datang lewat net ke tim lawan.

Tujuan dari permainan bola voli adalah setiap regu yang bermain berusaha untuk melewati bola secara baik melalui net sampai bola tersebut menyentuh lantai atau tanah di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai atau tanah dalam lapangan sendiri. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang terdiri dari operan lengan depan pada pengumpan, yang selanjutnya diumpangkan kepada penyerang, dan

sebuah spike yang diarahkan ke bidang lapangan lawan (Viera, 2000:2).

Jadi dapat di artikan Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan yang baik, olahraga ini tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia baik yang bertempat tinggal dikota maupun di pedesaan, permainan ini tidak mengenal usia, lapisan sosial masyarakat, dari orang dewasa maupun remaja bahkan sampai pada anak usia sekolah dasar. Dalam permainan bola voli terdiri atas beberapa teknik, diantaranya teknik dengan menggunakan bola yang merupakan teknik dasar dalam bermain bola voli meliputi service atas, service bawah, passing atas, passing bawah, spike, dan block (Anton, 2010: 20). Penguasaan teknik dasar sangat penting agar bias bermain bola voli. Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan dari tingkat dasar dan sampai benar-benar menguasai

Aturan dalam permainan bola voli dimainkan dengan cara memainkan bola dengan seluruh ujung jari ataupun dengan lengan, memukul bola yang melewati jarring atau net. Dimainkan dilapangan yang berukuran 16 x 8 meter pada bahagian tengahnya dibatasi dengan net/jarring dengan ketinggian 2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri. Lapangan dibagi dalam dua daerah, yang masing-masing daerah di tempati oleh satu tim yang berjumlah 2 orang pemain.

Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain servis, passing, smash, dan block

(Kardiyanto & Sunardi, 2020). 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. Sehingga seorang atlet tidak akan maksimal saat melakukan teknik dasar bola voli saat bermain atau bertanding, hal ini akan menghambat prestasi atlet untuk berkembang

Permainan bola voli berlangsung saat bola pertama atau *service* dilakukan pemain yang berada di daerah *service*, setelah/juri wasit meniup peluit untuk memulai permainan. Ditengah-tengah permainan disaat bola mati (*time out*), dapat dilakukan pertukaran pemain dengan pemain cadangan yang berjumlah antara 2 orang pemain sesuai dengan peraturan yang disepakati. Suatu regu dinyatakan menang atau satu set apabila regu yang pertama mendapatkan angka 25 dengan selisih minimal 2 angka. Pertandingan dapat dimenangkan oleh satu regu apabila telah memenangkan 3 set. Permainan dapat berlangsung sampai dengan 5 set, namun pada set 5 dimainkan dengan angka 15 dengan selisih angka minimal 2 angka.

Istilah keterampilan sendiri memiliki berbagai pengertian yang dipakai dalam beberapa versi dalam literatur tentang perilaku gerak. Keterampilan menurut Lutan (1988:95) dapat dipahami sebagai indikator tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. Jika dicermati berdasarkan pemaparan di atas ternyata penguasaan suatu keterampilan gerak merupakan sebuah proses dimana seseorang

mengembangkan seperangkat respon kedalam suatu pola gerak yang terkoordinasi dan terpadu sehingga setiap keterampilan gerak membutuhkan pengorganisasian gerakan otot yang baik.

Kiram (1992:11) mengatakan bahwa keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas gerak yang harus dipelajari agar mendapatkan bentuk gerakan yang benar. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan berkaitan dengan bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar yang ditampilkan dalam bentuk nyata. Maksudnya, bagaimana kualitas gerak yang ditampilkan si anak, apakah sudah tepat, efektif, efisien, lancar dan sebagainya.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan yang baik, olahraga ini tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia baik yang bertempat tinggal dikota maupun di pedesaan, permainan ini tidak mengenal usia, lapisan sosial masyarakat, dari orang dewasa maupun remaja bahkan sampai pada anak usia sekolah dasar.

Keterampilan dasar permainan bola voli adalah kemampuan penguasaan teknik dasar bola voli meliputi *passing* atas, *passing* bawah dan *service*". Bola voli adalah sebuah permainan yang menggunakan bola, permainan dengan menggunakan bola yang dimainkan dengan cara memainkan bola dengan seluruh ujung jari ataupun dengan lengan, memukul bola yang melewati jarring atau net. Dimainkan dilapangan yang berukuran 16 x 8 meter pada bahagian tengahnya dibatasi dengan net/jarring dengan ketinggian 2,43 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk



putri. Lapangan dibagi dalam dua daerah, yang masing-masing daerah di tempati oleh satu tim yang berjumlah 2 orang pemain.

Permainan bola voli berlangsung saat bola pertama atau *service* dilakukan pemain yang berada di daerah *service*, setelah/juri wasit meniup peluit untuk memulai permainan. Ditengah-tengah permainan disaat bola mati (*time out*), dapat dilakukan pertukaran pemain dengan pemain cadangan yang berjumlah antara 4-6 orang pemain sesuai dengan peraturan yang disepakati. Suatu regu dinyatakan menang atau satu set apabila regu yang pertama mendapatkan angka 25 dengan selisih minimal 2 angka. Pertandingan dapat dimenangkan oleh satu regu apabila telah memenangkan 3 set. Permainan dapat berlangsung sampai dengan 5 set, namun pada set 5 dimainkan dengan angka 15 dengan selisih angka minimal 2 angka.

Permainan akan lebih menarik apabila pemain menguasai keterampilan dasar bola voli, seperti *passing* atas, *passing* bawah dan *service*. *Passing* merupakan salah satu usaha seorang pemain untuk menerima bola, mengoper bola, menahan bola dari serangan lawan serta dapat mematikan bola dengan cara mengecoh lawan pada daerah sasaran yang luput dari pantauan pemain lawan. Sedangkan *service* merupakan keterampilan teknik untuk memulai permainan yang dilakukan dengan cara *service* atas dan *service* bawah. *Service* juga dapat berfungsi untuk mematikan bola ke daerah lawan apabila dilakukan dengan baik. Dalam menguasai teknik permainan bola voli pada Hakekatnya siswa harus

mempelajari gerak-gerak dasar untuk menuju keterampilan yang lebih baik.

Anton, 2010: 130 menyimpulkan gerak dasar sebagai berikut:

Komponen gerak dasar dalam permainan bola voli terutama meliputi *service* menerima bola atau mengumpan *passing atas* dan *passing bawah*. Pada gerakan menyerang yang diawali dari gerak awal bertumpu dan mengayunkan tangan untuk memukul keras. Hal ini diperlukan koordinasi yang tinggi serta timing (ketepatan waktu) memukul dilakukan secara tepat sehingga dapat dihasilkan serangan maksimal.

Keterampilan dasar permainan bola voli adalah bagian dari keterampilan motorik yang di arahkan pada berbagai bentuk gerak sehingga tercipta gerakan-gerakan gabungan antara satu komponen gerak dengan komponen gerak yang lain. Dalam permainan bola voli dapat dilihat terjadi proses gerak yang cukup banyak dari gerakan yang kecil sampai pada gerakan yang cukup berat terjadi ketika seseorang akan mengambil bola dengan *passing* bawah yang datangnya keras dan melebar ke samping, sehingga perlu koordinasi gerak secara tiba-tiba.

Syarifudin (2007:6) menyimpulkan, dalam belajar keterampilan gerak terjadi tahapan-tahapan sebagai berikut: (a) tahap kognisi, (b) tahap fiksasi, (c) tahap otomatisasi". Tahapan-tahapan pembelajaran perlu dijelaskan untuk mencapai tujuan pelajaran. Tahap kognisi merupakan tahap dimana siswa sedang mendapat informasi tentang bentuk keterampilan gerak yang kelak harus dilakukan. Dalam tahap ini ada tiga aspek, yaitu tujuan tugas, gerakan-gerakan yang diinginkan.

Tahap fiksasi adalah dimana siswa sedang merealisasikan pola gerak yang telah terbentuk dalam memorinya. Siswa harus dapat mempratekkannya dengan baik dan sungguh-sungguh dengan meletakkan penekanan untuk mengulang-ulang pola tersebut. Pada tahap ini, kegiatan praktik menyita waktu yang cukup lama. Waktu yang ditentukan melalui analisis tentang kemampuan, perhatian, keinginan, serta keuletan siswa untuk menghasilkan kebiasaan menyelesaikan tugas yang diberikan. Tahap ini menekankan kebenaran gerakan serta perhatian pada perbaikan keterampilan. Kemampuan untuk mengoreksi kesalahan dalam pengulangan gerakan pada berbagai rangkaian latihan sangat diperlukan, sehingga dapat menghasilkan koordinasi gerakan yang benar dan akhirnya menguasai keterampilan gerak yang dipelajari.

Tahap otomatisasi adalah perkembangan gerakan yang menuju kepada gerakan yang otomatis gerakan tersebut adalah gerakan yang tidak lagi membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi. Secara langsung siswa mampu melakukan seluruh rencana program pelaksanaan gerakan dengan hampir tidak menyadarinya. Kehalusan dan ketepatan gerakan akan makin berkembang melalui latihan yang berulang-ulang dan akhirnya dapat melakukan seluruh pola gerakan secara otomatis dengan hasil yang memuaskan.

Berdasarkan beberapa tahapan di atas jika di kaitan dengan penguasaan keterampilan dasar permainan bola voli maka penjelasan tentang teknik-teknik bermain bola voli dan gerakan-gerakan perlu dilakukan agar siswa paham terhadap kemampuan dirinya bahwa siswa itu sanggup melakukannya dan mengerti tujuan serta manfaatnya dalam

permainan bola voli. Dengan demikian akan muncul minat dan dorongan dari dalam dirinya untuk menguasai gerakan dasar permainan bola voli. Keterampilan gerak permainan bola voli bila dihubungkan dengan komponen gerak, maka dapat dikategorikan menjadi: (1) keterampilan gerak simplek, (2) keterampilan gerak kompleks, dan (3) keterampilan gerak multiflek.

Keterampilan gerak simplek merupakan keterampilan yang memiliki komponen gerak yang sederhana. Biasanya hanya terdiri atas satu atau dua komponen, seperti mengangkat kedua tangan ke atas. Keterampilan kompleks merupakan keterampilan gerak yang terdiri atas beberapa komponen gerak. Sebelum dapat melakukan keterampilan gerak ini, seseorang dituntut untuk menguasai komponen-komponen keterampilan yang membentuk keterampilan gerak tersebut, seperti menguasai *service*, *passing* atas, *passing* bawah. Keterampilan gerak multiflek merupakan keterampilan gerak yang memiliki komponen gerak yang lebih rumit dari pada keterampilan gerak kompleks. Dalam proses pembelajarannya, untuk menguasai keterampilan gerak multiflek relative lebih sulit dibandingkan dengan keterampilan gerak simpleks dan kompleks, seperti kelincahan menggabungkan gerak *passing* atas, *passing* bawah yang dimulai dari tahap awal sampai akhir.

Kiram (2001:170) dalam kesimpulannya membagi tahap belajar keterampilan dalam beberapa tahap, yaitu: (a) tahap pembentukan rencana, (b) tahap latihan dan, (c) tahap pelaksanaan. Pada tahap pembentukan rencana, siswa harus memahami sesuatu yang diperlukan untuk melakukan keterampilan seperti sifat dan tujuan dari keterampilan tersebut. Setelah

mempunyai konsep verbal yang cukup siswa sudah memahami keterampilan yang akan dilakukan. Perencanaan proses pembentukan gerakan juga harus memahami urutan komponen-komponen gerakan. Demonstrasi gerakan guru pada tahap ini sangat membantu siswa dalam memahami sifat dan tujuan serta urutan dan bagian-bagian keterampilan pada permainan bola voli dapat dilakukan pembagian atau sub-sub gerakan.

Belajar keterampilan gerak menurut Sayuti (2009:62) "Pembelajaran keseluruhan dan bagian diartikan sebagai tindakan atau pembelajaran keterampilan gerak secara utuh atau dalam bentuk bagian-bagian gerak, yang selanjutnya digabungkan menjadi keterampilan yang lebih sulit". Keterampilan gerak dalam permainan bola voli sangat bervariasi, ada gerakan yang mudah dan ada gerakan yang paling sulit dilakukan. Oleh karena itu dapat dilakukan latihan dengan menguasai bagian-bagian dari gerakan yang mudah terlebih dahulu.

Adang (2001:75), menyatakan bahwa:

Keterampilan bila ditinjau dari aspek prestasi belajar, terdapat dua jenis keterampilan. Pertama, keterampilan gerak tertutup, keterampilan tertutup adalah keterampilan yang dilaksanakan dalam lingkungan yang menetap. Ketika melakukan gerak tertutup, siswa dapat berkonsentrasi pada gerakannya sendiri dan mengatur temponya sendiri pada saat permainan bola voli berlangsung. Kedua, keterampilan terbuka ditampilkan dalam lingkungan yang berubah-ubah selama penampilannya. Pada saat keterampilan terbuka ini siswa yang terampil dapat memahami

kondisi lingkungan dan dapat menyesuaikan keterampilan permainan bola voli pada kondisi yang berubah-ubah.

Permainan bola voli termasuk olahraga yang mempunyai banyak gerakan dan banyak terjadi pada gerakan *service*, *passing* atas, *passing* bawah. Setiap saat gerakan berubah-ubah sesuai menurut datangnya arah bola. Keterampilan tertutup dan terbuka apabila sudah sering dilakukan pengulangan maka akan menuju ke otomatisasi yang sesuai dengan perbuatan dan materi yang telah dipelajari. Pada akhirnya keterampilan gerak terbuka dan tertutup pada permainan bola voli menjadi gerak-gerak otomatisasi yang multiplek dan cepat ketika digabungkan pada seluruh teknik permainan, sehingga menjadi ciri-ciri permainan bola voli modern.

Menurut Syafruddin (2006:19) bahwa:

Perpindahan bola dalam pertandingan bola voli modern yang berlangsung dengan sangat cepat baik dari seorang pemain ke pemain lainnya dalam satu regu maupun perpindahan ke daerah lawan, menjadi permainan bola voli sebagai gerak cepat dan penuh tenaga. Kekuatan loncatan dan pukulan serta kecepatan bergerak tubuh maupun kaki dan tangan merupakan ciri gerakan dalam permainan boalvoli. Kecepatan bergerak tubuh bagian tubuh dan kecepatan memindahkan bola dalam permainan bola voli tidak hanya dilihat sebatas menggerakkan atau memindahkan dalam ruang.

Dengan demikian keterampilan gerak dalam permainan bola voli dapat dikatakan merupakan hasil dari latihan keterampilan gerak dasar

yang direncanakan untuk menuju pada tingkat keterampilan yang matang dengan kecepatan tinggi. Artinya keterampilan tersebut menjadi keterampilan gerak cepat yang reflek, dimana siswa tidak perlu memikirkan rencana kombinasi gerakan atau tahapan gerakan, namun gerakan terjadi secara otomatis untuk penguasaan *teknik service* dan *passing*.

Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ma'mun dan subroto (2001:53) bahwa teknik dasar dalam permainan bola voli yaitu (1) *service*, (2) *Passing*, (3) *Umpan*, (4) *Smash*, (5) *block (bendungan)*. Terkait dalam penelitian ini akan dikaji 3 item keterampilan yaitu *Service bawah, passing bawah dan passing atas*

### **3. Teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli**

Menurut pendapat dari Witrasah, 2011: 20 bahwa "Teknik adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Pendapat lainnya mengatakan bahwa, "Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli. Teknik adalah prosedur yang telah ditetapkan berdasarkan praktek, dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna, , mengatakan bahwa "Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian dalam praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan bola voli. Teknik dasar dalam permainan bola

voli yang harus dimiliki dan dikuasai antara lain adalah passing bawah, passing atas, servis, smash, dan block

a. *Service*

Pendapat dari Nenden (2009: 3) mengatakan bahwa “Pukulan pembukaan saat bermain voli dinamakan service. Pendapat lainnya mengatakan bahwa servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan, (Nuril Ahmadi, 2007: 20). Pukulan servis adalah pukulan yang mengawali rentetan bolak-baliknya bola dalam permainan. Apabila pukulan servis tidak dapat dikembalikan oleh lawan, maka regu servis akan mendapatkan satu nilai kemenangan. Oleh sebab itu regu servis (server) selalu berusaha agar servisnya sulit atau tidak dapat dikembalikan oleh lawan. Anton, 2010: 23 mengatakan bahwa, “Servis adalah teknik dalam bola voli dimana anda mengontrol sepenuhnya tindakan anda; hanya anda sendiri yang bertanggungjawab atas tindakan anda. Kesalahan dalam servis adalah biasanya dilakukan secara tidak sengaja dan lebih dikarenakan faktor mental daripada faktor fisik”.

Pada awalnya servis hanya digunakan sebagai pukulan pembuka permainan akan tetapi sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini sudah merupakan suatu serangan pada awal permainan bola voli hal ini sependapat dengan (Yunus, 1992:69) “teknik servis saat ini hanya sebagai pembuka permainan, tetapi ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar sesuatu regu berhasil meraih kemenangan”. Servis merupakan serangan awal oleh



karena itu servis merupakan dasar untuk memperoleh angka atau poin. Servis harus dipukul sebaik mungkin, sehingga menyulitkan bagi lawan untuk membangun serangan. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa servis adalah pukulan yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan disetiap permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan.

Syafruddin (2004:85) secara taktis servis yang di pukul betul sebagai berikut

- 1) Servis kearah pemain lawan yang lemah menerima servis.
- 2) Servis dengan jarak jauh dari penyerangan utama.
- 3) Jauhkan servis dari penerima servis terbaik pihak lawan.
- 4) Servis kearah pemain lawan yang melakukan pertukaran posisi
- 5) Servis yang sulit bagi lawan bila lawan tidak mampu melakukan serangan yang membahayakan.,

Suharno (2001:67) mengkategorikan servis menjadi empat, yaitu: (a) *servis tangan bawah*, (b) *tennis servis*, (c) *floating*, (d) *cekis*.

Selanjutnya Gerhard (1990:105) membagi servis menjadi dua bagian, yaitu: (a) servis tangan bawah, (b) servis tangan samping. Kedua servis ini dinamakan servis untuk anak sekolah disarankan untuk pemain pemula karena masih mudah memulai belajar servis dengan menggunakan servis tangan bawah.

Berdasarkan uraian di atas, menurut pertumbuhan dan perkembangan *service* yang lebih baik untuk dipelajari lebih dahulu adalah

*service* tangan bawah, karena teknik pelaksanaan *service* tangan bawah tidak begitu sulit. Namun dalam penelitian ini yang dibahas hanya meliputi tiga teknik dasar saja yaitu:

1) Servis Tangan Bawah (*Underhand Service*)

Servis ini adalah servis yang sangat mudah untuk dilakukan dan diajarkan terutama untuk pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar.

Teknik pelaksanaan servis Tangan Bawah adalah sebagai berikut:

- a) **Sikap permulaan**, Berdiri didaerah servis menghadap ke lapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri berada di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang dengan tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada ditengah.
- b) **Gerakan pelaksanaan**, Bola dilambungkan di depan pundak kanan, setinggi 10-20 cm, pada saat yang bersamaan tangan kanan ditarik kebelakang, kemudian diayunkan ke arah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola. Lengan diluruskan dan telapak tangan atau genggam tangan ditegangkan.
- c) **Gerakan lanjutan**, Setelah memukul diikuti dengan memindahkan berat badan kedepan, dengan melangkahkan kaki kanan kedepan dan segera masuk kelapangan untuk mengambil posisi dengan sikap siap normal, siap untuk menerima pengembalian atau serangan dari pihak lawan. Teknik urutan gerak servis tangan bawah.

b. *Passing*

1) *Passing* Bawah

*Passing* bawah digunakan untuk menerima servis, *spike* yang diarahkan dengan keras (*hard driven*) bola-bola jauh, dan bola yang mengarah ke jaring. Selain itu, di tingkat remaja (dan dalam situasi darurat disemua tingkat), *passing bawah* bisa digunakan untuk memberikan umpan ke penyerang. Khususnya ketika *passing* ke pengumpan terlalu rendah untuk diumpankan dengan menggunakan *passing* atas. Menurut Lestari (2008:82) “*Passing* bawah merupakan jenis *passing* umum yang digunakan dalam permainan bola voli, dan semua pemain harus mempelajari cara melakukan *passing* bawah karena mereka akan berotasi melewati semua posisi dilapangan”. Elemen dasar bagi pelaksanaan *passing* bawah adalah gerakan mengambil bola, mengatur posisi tubuh memukul bola dan mengarahkan bola ke sasaran..

Menurut Yunus (2000:79) *passing bawah* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri *dalam* satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Selanjutnya Yunus (2000:79) mengungkapkan pelaksanaan teknik *passing* bawah secara normal adalah sebagai berikut:

- a) **Sikap permulaan**, Ambil sikap siap normal dalam permainan bola voli yaitu: kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibengkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar lebih mudah dan lebih cepat bergerak kesegala arah. Kedua tangan saling berpegangan yaitu:

punggung tangan kanan diletakkan diatas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.

- b) Gerak pelaksanaan,** Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada proximal dari lengan diatas dari pergelangan tangan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.
- c) Gerak lanjutan,** Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk passing bawah kedepan tidak melebihi sudut 90 derajat dengan bahu/badan. Urutan gerak passing bawah Menurut Durracther (2001:54) kesalahan yang sering terjadi dalam melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:

- a) Bola dipukul keatas dengan gerakan lengan terayun
- b) Lengan bengkok karena siku ditekuk, lengan bawah terlalu renggang. Tubuh atas membungkuk kedepan, punggung melengkung
- c) Lengan sudah dirapatkan dalam sikap siaga
- d) Start dengan sikap tubuh tegak dan lengan tergantung ke bawah, dengan sikap kaki dirapatkan atau mengangkang terlalu lebar.

Beberapa bentuk latihan dalam meningkatkan kemampuan passing bawah, yaitu: “1) melakukan operan tanpa bergerak, 2) operan dari kawan, 3) memukul bola secara terus menerus, 4) mengoper kearah sasaran, 5) mengoper dan bergerak, 6) keakuratan operan lengan depan”.

Pada saat melakukan *passing* bawah dalam situasi permainan, jarak bola dengan lengan tidak selalu dalam keadaan ideal untuk dapat melakukan *passing* bawah dengan posisi normal, oleh karena itu menurut Yunus (1992:79) berpendapat secara garis besar variasi *passing* terdiri dari: a) *Passing* bawah ke depan pada bola rendah, b) *Passing* bawah bergeser diagonal 45 derajat kedepan, c) *Passing* bawah pada bola jauh di samping badan, d) *Passing* bawah dengan bergerak mundur, e) *Passing* bawah dengan bergerak mundur diagonal 45 derajat, f) *Passing* bawah kebelakang.

## 2) *Passing* atas

Sama halnya dengan *passing* bawah dalam permainan bola voli *passing* atas memiliki peran dalam mengumpan bola kepada spiker, bila dibandingkan dengan *passing* bawah, *passing* atas lebih efektif dalam memberikan umpan kepada spiker. Dalam bukunya Yunus (2000:79) mengungkapkan pelaksanaan teknik *passing* atas secara normal adalah sebagai berikut:

- a) **Sikap permulaan**, Ambil posisi sikap siap normal yaitu: kedua kaki berdiri selebar dada, berat badan menumpu pada kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua tangan di angkat lebih tinggi dari dahi dan jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran bola.
- b) **Gerakan pelaksanaan**, Tepat bola berada di atas dan sedikit di depan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong

bola. Perkenaan bola pada permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua, dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan, kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik.

- c) **Gerak lanjutan**, Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan kedepan atas sebagai suatu gerakan lanjutan, diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkahkan kaki belakang ke depan dan segera mengambil sikap siap dalam posisi normal kembali.

Sama halnya dalam melakukan passing bawah, posisi dan jarak bola *dengan* badan tidak selalu dalam keadaan yang ideal untuk melakukan *passing* atas dengan posisi normal. Dalam Yunus (2000:92) dari situasi bola yang bermacam-macam passing atas dapat dibagi sebagai berikut:

- a) *Passing* atas pada bola rendah
- b) *Passing* atas dengan bola disamping badan
- c) *Passing* atas dengan bergeser mundur
- d) *Passing* atas dengan bergerak mundur diagonal 45 derajat
- e) *Passing* atas dengan meloncat
- f) *Passing* atas kebelakang
- g) *Passing* atas kebelakang dengan berputar 180 derajat

Dalam Viera dan Fergusson (2001:55) ada bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas yaitu:

- a) Oper–Memantul-oper
- b) Rekan mengumpul dan melakukan operan
- c) Operan bola bebas

- d) Operan pendek, operan belakang, operan panjang
- e) Oper, oper, bergerak
- f) Mengoper berputar dan kembali
- g) Umpan tinggi di luar
- h) Umpan tinggi ke belakang
- i) Umpan cepat

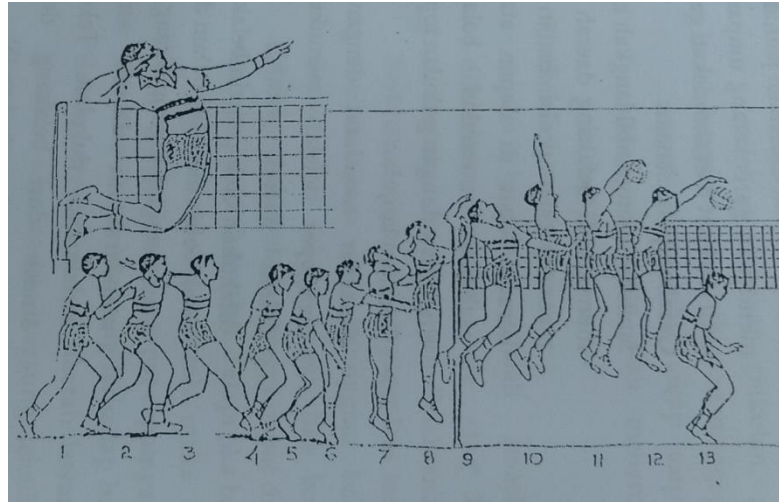
Dengan demikian keterampilan dalam bermain bola voli yang baik dan benar, maka bola akan sulit untuk mati di dalam daerah sendiri dan bola akan mudah dimatikan di daerah lawan. Karena pada prinsipnya *passing* bawah tidak hanya digunakan untuk mengumpan bola kearah teman akan tetapi dapat digunakan sebagai pertahanan (*drigging*). Kemampuan *passing* bawah yang baik dapat dengan mudah mengantisipasi serangan dari daerah lawan baik itu berupa servis atas atau pukulan spike yang laju bolanya sangat cepat dan tajam menusuk ke daerah sendiri. Dengan demikian, skor lawan dalam permainan tidak dapat bertambah. Dengan adanya kemampuan servis dan smash yang baik akan memudahkan dalam mematikan bola di daerah lawan

### c. *Smash*

*Smash* adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang baik dalam melakukan *spike* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan dalam lompatan.

Adapun *smash* menurut macamnya umpan menurut Yunan (2009:97-103) terdiri dari: a) *smash normal (open smash)*, b) *smash semi*, c) *smash semi jalanan*, d) *smash push*, e) *smash pull (quick)*, f)

*smash pull* jalan, g) *smash pul lstraight*, h) *smash ceklis (drive smash)*, i) *smash* langsung, j) *smash* dari belakang, k) *smash* silang dan *smash* lurus.



**Gambar 2.1 Gerakan *Spike***

**Sumber : Erianti (2011:206)**

Berdasarkan dari beberapa penjelasan para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa *spike* merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain baik dalam lompatan yang tinggi maupun pukulan yang kuat dan keras, keahlian seorang pemain yang memiliki pukulan utama dalam usaha penyerangan untuk mencapai keberhasilan serta kemenangan di dalam suatu pertandingan. Teknik dasar bolavoli merupakan faktor utama yang harus dikembangkan khususnya teknik *spike*, melalui latihan yang baik dan teratur untuk ke depannya agar mendapatkan hasil yang baik dan sesuai dengan apa yang diharapkan.



#### D.Blocking

Blocking adalah teknik bertahan dengan menghalau serangan smash lawan supaya tidak melewati net sekaligus mengembalikan bola ke dalam lapangan lawan.

Teknik ini hanya boleh dilakukan oleh pemain pada posisi depan garis serang, dan jika pemain belakang garis serang melakukan blocking, dianggap sebuah pelanggaran.

Teknik blocking ini biasanya dilakukan oleh pemain-pemain depan dengan postur tubuh yang lebih tinggi, agar memudahkan pemain melakukan teknik ini dengan optimal

#### **4. Hakikat Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam sekolah oleh sekolah guna meningkatkan potensi peserta didik. Pengertian ekstrakurikuler pendidikan jasmani sesuai yang tercantum didalam petunjuk pelaksanaan proses ekstrakurikuler Depdikbud (1994: 6), menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pendidikan jasmani yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah untuk lebih memperluas wawasan atau kemampuan, peningkatan dan penerapan nilai pengetahuan dan kemampuan olahraga. Program ekstrakurikuler diperuntukan bagi siswa yang ingin mengembangkan bakat, dan kegemaran dalam cabang olahraga serta membiasakan hidup sehat. Menurut Depdiknas (2003: 16), menjelaskan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan

bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan. Kegiatan ekstrakurikuler dapat berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan-kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program ekstrakurikuler atau kunjungan studi ke tempat-tempat tertentu yang berkaitan dengan kebutuhan materi pelajaran tertentu. Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam efektif sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi peserta didik dibidang-bidang tertentu sesuai dengan minat dan bakat masing-masing

## **B. Penelitian Relevan**

Persamaan dari penelitian yang akan dilaksanakan sama-sama membahas mengenai teknik dasar permainan bola voli. Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai bahan acuan agar penelitian yang akan dilakukan menjadi lebih jelas. Penelitian yang berkaitan dengan tingkat keterampilan dasar permainan bola voli terdahulu yaitu:

1. Endang Susanti (2015), yang berjudul “Analisi Keterampilan Passing atas Peserta Ekstrakurikuler Bola voli di Smp Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang Tahun 2014/2015”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa keterampilan passing atas peserta ekstrakurikuler bolavoli di Smp Negeri Ngablak Kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang tahun 2014/2015 berada pada kategori “sangat baik” sebesar 10% (2 siswa), kategori “baik” sebesar 25% (5 siswa), kategori “cukup” sebesar 25% (5 siswa), kategori “kurang” sebesar 40% (8 siswa), “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa).

2. Indra Pergiyanto (2013), yang berjudul “Analisis Keterampilan Service Bawah dan Passing Bawah Bola voli Mini Siswa Peserta Ekstrakurikuler Kelas VII SMP Negeri Caturtunggal 7 Depok Sleman Yogyakarta Tahun Pelajaran 2012/2013” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Passing bawah siswa putra dan putri kelas VII SMP Negeri Catur Tunggal 7, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta berada pada kategori “Baik sekali” sebesar 7,69% (2 siswa), kategori “baik” sebesar 23,08% (6 siswa), kategori “sedang” sebesar 38,46% (10 siswa), kategori “kurang” sebesar 26,92% (7 siswa), dan kategori “kurang sekali” sebesar 3,85% (1 siswa). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 9,08, passing bawah siswa kelas VII SMP Negeri Catur Tunggal 7, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta masuk dalam kategori sedang. (2) Servis bawah siswa kelas VII SMP Negeri Catur Tunggal 7, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” sebesar 7,69% (2 siswa), kategori “baik” sebesar 30,77% (8 siswa), kategori “sedang” sebesar 30,77% (8 siswa), kategori “kurang” sebesar 23,08% (6 siswa), dan kategori “kurang sekali” sebesar 7,69% (2 siswa). Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 20,38, servis bawah siswa kelas VII SMP Negeri Catur Tunggal 7, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Yogyakarta masuk dalam kategori sedang.

### **C. Kerangka Berfikir**

Berdasarkan teori dan pendapat di atas tentang keterampilan dasar atlet bola voli SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah merupakan hal penting yang harus ditindak lanjuti mengenai keterampilan dasar dalam olahraga

bola voli. Hal ini dapat dilihat dari permainan bola voli yang ditunjukkan SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah. Untuk mencapai suatu prestasi, maka lebih ditekankan pada keterampilan dasar Bola voli yang diberikan kepada atlet tersebut.

Dengan adanya penelitian mengenai analisis keterampilan dasar bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah ini para pelatih dapat mendapatkan data mengenai tingkatan atau katagori atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah dalam cabang olahraga prestasi yaitu olahraga bola voli.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini termasuk dalam kategori adalah deskriptif Kuantitatif, tujuannya adalah untuk melihat atau menganalisis tingkatan keterampilan dasar bola voli Atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah.

#### **B. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian dilaksanakan dilapangan voli SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah pada tanggal 10 Maret- 15 Maret 2023

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2009 : 117) “Populasi adalah wilayah *generalisasi* yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi penelitian ini adalah atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah berjumlah 31 Orang Putera dan 8 Orang Putri

##### **2. Sampel**

Untuk menentukan besarnya sampel Arikunto (1998:112) mengemukakan “Populasi yang kurang dari seratus lebih baik diambil semuanya menjadi sample sehingga penelitiannya berupa populasi. Berdasarkan dari gambaran populasi yang telah dikemukakan, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, dimana teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan didasarkan ketentuan tertentu, untuk itulah maka dalam penelitian ini penulis hanya mengambil sampel atlet bola basket putera saja. Ini didasarkan dengan pertimbangan

adanya perbedaan kemampuan fisik antara atlet putera dengan atlet puteri. Sehingga diperoleh sampel dengan jumlah 31 orang pemain putera.

## **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen**

Instrumen penelitian untuk mengukur kemampuan keterampilan dasar bola voli adalah tes keterampilan bola voli yang mana di dalamnya sudah terkandung bentuk-bentuk latihan yang terdapat dalam tes keterampilan dasar bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah dengan sumber dari Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Kesegaran Jasmani Dan Rekreasi (1999). Kriteria dari pengukuran keterampilan bermain bola voli ini terdiri dari:

1) *Passing* bawah (Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi 1999)

#### a) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* bawah selama 60 detik.

#### b) Alat dan perlengkapan

- (1) Tiang berukuran 2,30 m
- (2) Bola voli
- (3) Stopwatch
- (4) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 x 4,5 m
- (5) Bangku/box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horizontal) dengan tinggi net.

## c) Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

## Petugas tes I

- (a) Berdiri bebas didekat area peserta tes.
- (b) Menghitung waktu selama 60 detik
- (c) Memberi aba-aba
- (d) Mengamati kaki peserta tes jika keluar area.
- (e) Petugas tes II
- (f) Berdiri diatas bangku/box
- (g) Menghitung *passing* bawah yang benar

## d) Pelaksanaan

- (1) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 x 4,5 m.
- (2) Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes, setelah mendengar aba-aba “ya”.
- (3) Setelah bola dilambungkan peserta tes melakukan passing bawah dengan ketinggian minimal 2,30 m.
- (4) Bila peserta gagal melakukan passing bawah dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing bawah kembali.
- (5) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada di luar area tidak dihitung.



**Gambar. 3.1 Pelaksanaan Tes *Passing* Bawah**  
**(sumber: Dediknas dalam Purbo Widiyanto, 2015:22)**

e) Pencatatan hasil

*Passing* bawah yang benar dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m dan dilakukan dalam area selama 60 detik. Skor *passing* bawah adalah jumlah melakukan *passing* bawah selama satu menit di dalam area dan batasan yang telah dilakukan.

2) *Passing* Atas (Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi 2000)

- a) Tujuan Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan *passing* atas selama 60 detik
- b) Alat dan perlengkapan terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:
  - (1) Petugas tes I
    - (a) Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
    - (b) Menghitung waktu selama 60 detik
    - (c) Memberi aba-aba
    - (d) Mengamati kaki peserta tes jika keluar area
  - (2) Petugas tes II
    - (a) Berdiri diatas bangku atau box



(b) Menghitung pass atas yang benar

c) Pelaksanaan Tes

- (1) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5x4,5 m
- (2) Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes setelah mendengar aba-aba “ya”
- (3) Setelah bola dilambungkan peserta tes melakukan passing atas, dengan ketinggian minimal 2,30 m.
- (4) Bila peserta tes gagal melakukan passing atas dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing atas kembali.
- (5) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area. Bola yang terpantul waktu kedua kaki berada diluar tidak di hitung.

d) Pencatatan hasil

*Passing* atas yang dianggap benar dan dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m dan dilakukan di dalam area selam 60 detik. Skor *passing* atas adalah jumlah melakukan *passing* atas selama satu menit di dalam area dan batasan yang telah ditentukan.

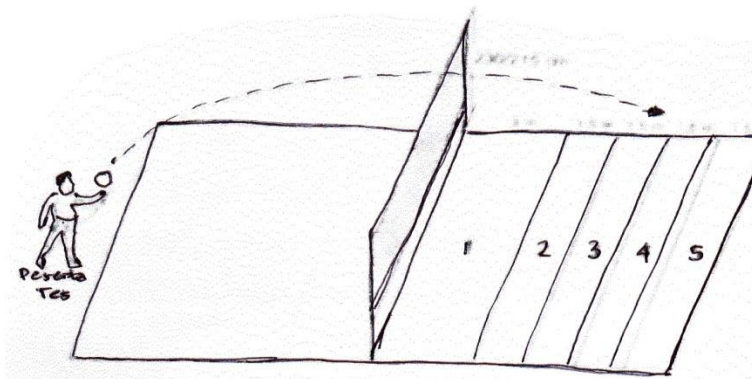
3) *Service* (Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi 1999)

a) Tujuan Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan service bawah

b) Alat dan perlengkapan

- (1) Lapangan bola voli ukuran normal lengkap dengan tiang dan net, dibuat garis-garis yang membatasi sasaran nilai.

- (2) Tinggi net 2,30 m.
  - (3) Bola voli
- c) Petugas tes, petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:
- (1) Petugas tes I
    - (a) Berdiri bebas dekat area peserta tes.
    - (b) Mengawasi pelaksanaan tes.
  - (2) Petugas tes II
    - (a) Berada tidak jauh dari area sasaran.
    - (b) Menghitung dan mencatat hasil tes
- d) Pelaksanaan tes
- (1) Peserta tes berdiri di daerah servis dan melakukan servis bawah sebanyak 6 kali.
  - (2) Peserta dianjurkan untuk mengarahkan bola pada area sasaran nilai tertinggi.



### Gambar 3.2. Tes Servis Bawah

sumber: Dediknas dalam Purbo Widiyanto

#### e) Pencatatan hasil

- (1) Nilai diberikan kepada pelaksanaan servis bawah yang benar.
- (2) Besarnya nilai sesuai dengan jatuhnya bola pada sasaran angka 1,2,3,4,dan 5
- (3) Bila bola yang jatuh digaris batas akan diberikan nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya antara angka 2 dan 3 maka dihitung dengan nilai 3. Skor service bawah adalah jumlah angka yang dikumpulkan dari enam kali melakukan service bawah ke area dan batasan yang telah ditentukan. Skor keterampilan dasar belajar bola voli adalah penjumlahan nilai dari *passing* bawah, *passing* atas, an *service* bawah.

#### a. Norma penilaian

Tabel nilai dan tabel norma Cara penilaian dimulai dengan tes dan pengukuran di lapangan dengan petunjuk pelaksanaan dan teknis, dan dinilai dengan tabel nilai dari masing-masing butir tes dan kemudian disesuaikan dengan tabel norma yang tersedia.

**Tabel 3.1 Nilai Butir Tes**

| No | Butir tes            | Skor      | Nilai |
|----|----------------------|-----------|-------|
| 1. | <i>Passing</i> bawah | $\geq 47$ | 5     |
|    |                      | 40-46     | 4     |
|    |                      | 27-39     | 3     |
|    |                      | 17-26     | 2     |
|    |                      | $\leq 16$ | 1     |
| 2. | <i>Passing</i> atas  | $\geq 56$ | 5     |
|    |                      | 43-55     | 4     |
|    |                      | 31-42     | 3     |

|    |                     |           |   |
|----|---------------------|-----------|---|
|    |                     | 20-30     | 2 |
|    |                     | $\leq 19$ | 1 |
| 3. | <i>Servis bawah</i> | $\geq 25$ | 5 |
|    |                     | 21-24     | 4 |
|    |                     | 15-20     | 3 |
|    |                     | 10-14     | 2 |
|    |                     | $\leq 9$  | 1 |

**Tabel 3.2. Norma tes**

| No | Klasifikasi   | Nilai |
|----|---------------|-------|
| 1  | Baik sekali   | 13-15 |
| 2  | Baik          | 10-12 |
| 3  | Sedang        | 7-9   |
| 4  | Kurang        | 4-6   |
| 5  | Kurang sekali | 0-3   |

(Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi 1999)

### **E. Teknik Analisa Data**

Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif, dimana tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat keterampilan dasar bola voli atlet SMA Negeri 6 Bengkulu Tengah. Data yang diperoleh merupakan data kasar dari hasil tes yang dicapai siswa, selanjutnya data kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara mengkonsultasikan data kasar yang dicapai siswa dengan kategori yang telah ditentukan pengkategorian dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang dan sangat kurang. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma.

