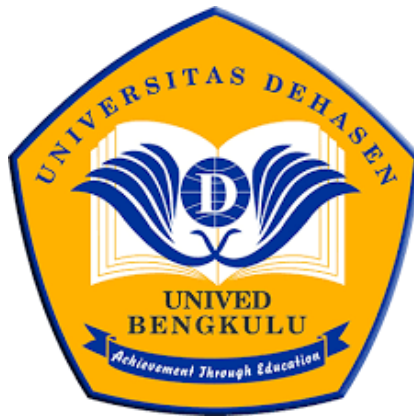


**ANALISIS GERAK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA
SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 02 LEBONG**

SKRIPSI



OLEH :

ROYENDI
NPM : 19190046

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU**

2023

**ANALISIS GERAK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA
SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 02 LEBONG**

SKRIPSI



Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menulis Skripsi

OLEH :

ROYENDI
NPM : 19190046

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN
ANALISIS GERAK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA
SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 02 LEBONG

SKRIPSI

OLEH

ROYENDI
NPM : 19190046

Telah disetujui Oleh Dosen Pembimbing Untuk diseminarkan

Pembimbing 1



Dr. Citra Dewi, M.Pd
NIDN. 02.040480.05

Pembimbing 2



Feby Elra Perdima, M.Pd
NIDN. 02.270790.01

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Dehasen Bengkulu



Martiani, M.TPD
NIK. 1703153

LEMBAR PENGESAHAN
ANALISIS GERAK *PASSING* BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA
KELAS VII DI SMP NEGERI 02 LEBONG

SKRIPSI

OLEH :

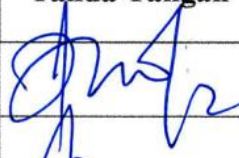



ROYENDI
NPM.19190046

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Lulus pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 8 Juni 2023

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

No	Kedudukan	Nama	NIDN	Tanda Tangan	Tanggal
1	Ketua	Dr. Citra Dewi, M.Pd	0204048005		24/6-23
2	Sekretaris	Feby Elra Perdima, M.Pd.AIFO	0227079001		24/6-23
3	Penguji I	Roni Syaputra, S.Pd., M.Pd	0217099401		22/6-23
4	Penguji II	Martiani, M.TPd	0202039202		23/6-23

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Dehasen Bengkulu


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

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Royendi
NPM : 19190046
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Judul Penelitian : Analisis Gerak *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa
Kelas VII SMP N 02 Lebong

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, Mei 2023

Yang Menyatakan

Royendi

19190046

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

- ❖ "Belajar dari kegagalan adalah hal yang bijak."
- ❖ "Berbuat baiklah tanpa perlu alasan."
- ❖ "Disiplin diri adalah sebenar-benarnya wujud kebebasan yang hakiki."
- ❖ "Genggamlah dunia sebelum dunia menggenggammu."

Persembahan :

Dengan mengucap Alhamdulillah atas semua limpahan rahmat dan kasih sayang-Nya dengan tulus Kupersembahkan Tugas Akhir Ku ini untuk orang – orang yang aku cintai sepenuh hati :

- ❖ Pada Allah SWT Terima Kasih atas segala rahmat dan hidayah-nya, Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
- ❖ Kedua Orang Tua Ku tersayang, Bapak dan Emak yang senantiasa mendo'akan yang terbaik, sehingga dapat terselesaikan Tugas Akhir Ku ini, Terima Kasih
- ❖ Untuk Kakak dan Orang Spesial di dalam hidupku, Terima kasih atas segala bentuk support dan do'anya sehingga Tugas Akhir Ku ini dapat terselesaikan dengan baik.
- ❖ Teman-teman Penjas yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, saya ucapkan Terima Kasih
- ❖ Terima Kasih buat yang sudah mendo'akan ku untuk kelancaran dan kemudahan semua urusan yang aku lalui.

Terima kasih ya Allah karena engkau telah memberikan anugerah terbesar dan terindah dalam hidupku.....

ABSTRAK

ANALISIS GERAK PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 02 LEBONG

Royendi¹⁾
Citra Dewi²⁾
Feby Elra Perdima²⁾

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gerak *passing* bawah bola voli pada siswa SMP N 02 Lebong. Masalah dalam penelitian ini adalah terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi gerak passing siswa yang gagal melakukan permainan. Penelitian ini menggunakan metode analisis. Dengan sampel sebanyak 20 orang siswa. Penelitian ini dilakukan di Lapangan bola voli SMP N 02 Lebong. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tingkat kemampuan passing bawah bolavoli Siswa Kelas VII SMP N 2 Lebong dalam kategori kurang baik. Ada siswa yang sudah dapat melakukan *passing* dengan baik, tetapi masih banyak siswa yang salah dalam melakukan teknik passing bawah. Siswa tidak mengetahui teknik passing bawah yang baik dan benar.

Kata Kunci : Gerak, Passing bawah, Bolavoli

- 1) Mahasiswa
- 2) Pembimbing

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 Gerak *Passing* Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 02 Lebong”** Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini masih terdapat kekurangan di dalamnya. Karena itu, segala saran dan kritik yang sifatnya konstruktif sangat penulis harapkan.

Dalam penulisan 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 UNVED Bengkulu atas semua kebijakannya.
3. Martiani, M.Pd. selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani (PENJAS) dan Penguji I yang senantiasa memberikan memotivasi, masukan dan arahan dalam penyelesaian Skripsi ini.
4. Dr. Citra Dewi, M.Pd, selaku Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, saran dan dorongan moril sejak penyusunan Skripsi ini.
5. Feby Elra Perdima, M.Pd, selaku Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan, saran dan dorongan moral sejak

penyusunan Skripsi ini.

6. Roni Syaputra, S.Pd.,M.Pd, selaku Penguji II yang senantiasa memberikan memotivasi, masukan dan arahan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Program Studi S1 PENJAS FKIP UNIVED Bengkulu yang telah memberikan ilmu dan informasi sehingga memberikan sumbangan pengayaan teori dalam penulisan skripsi ini.
8. Seluruh staff administrasi FKIP UNIVED Bengkulu yang telah bersusah payah memberikan pelayanan kepada Mahasiswa demi untuk kelancaran dalam penyusunan Skripsi ini.
9. 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 disisi Allah SWT, dan semoga karya ini bermanfaat bagi pembaca. Amin.

Penulis

Royendi
NPM : 19190046

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii

LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
1.5 Definisi Operasional.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Deskripsi Konseptual	6
2.1.1 Hakikat Permainan Bola Voli	6
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan.....	19
2.3 Kerangka Berpikir.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Deskripsi Lokasi Penelitian.....	22
3.2 Tempat, Lokasi, dan Waktu Penelitian	
3.2.1 Tempat Penelitian	23
3.2.2 Lokasi Penelitian.....	23
3.2.3 Waktu Penelitian.....	23
3.3 Metode dan Prosedur Penelitian.....	23
3.4 Kehadiran Peneliti	23
3.5 Data Dan Sumber Data.....	24
3.6 Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	24

3.7 Teknik Analisis Data.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Penelitian.....	27
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	28
BAB V PENUTUP	
5.1 Deskripsi Penelitian.....	29
5.2 Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN.....	33

DAFTAR TABEL

Tabel

3.1 Gerak <i>Passing</i> Bawah	25
3.2 Interval	26
4.1 Nilai Tahap Persiapan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Siswa	27
4.2 Nilai Tahap Gerak <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Siswa	28
4.3 Nilai Tahap Lanjutan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Siswa	28
4.4 Nilai Keseluruhan Analisis Penilaian <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar

1 Teknik Servis Atas	12
2 Teknik Servis Bawah	13
3 Teknik Passing Bawah	15
4 Teknik Smash	17
5 Teknik Block	18
6 Lokasi Penelitian	23
7 Nilai Tahap Persiapan <i>Passing</i> Bawah	27
8 Nilai Gerak <i>Passing</i> Bawah	28
9 Nilai Tahap Lanjutan <i>Passing</i> Bawah	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1 Penilaian <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Siswa.....	34
2 Nilai Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Tahap Persiapan	37
3 Nilai Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Tahap Gerak	38
4 Nilai Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli Tahap Lanjutan.....	39
5 Data Mentah Hasil Penelitian	40
6 Dokumentasi	41

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga merupakan bagian pendidikan secara keseluruhan. Bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalaan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis .

Pembaharuan di bidang pendidikan harus terus menerus dilaksanakan sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Dengan demikian, menuntut para pendidik untuk menyesuaikan pengajarannya pada perkembangan tersebut. Untuk keberhasilan pembelajaran guru harus kembali pada pemikiran bahwa siswa akan belajar lebih baik jika lingkungan belajar diciptakan secara alamiah. Belajar akan lebih baik bermakna jika siswa mengalami apa yang dipelajari agar siswa memiliki kompetensi yang diharapkan. Bukan sekedar mengetahui saja. Pembelajaran yang berorientasikan pada keterampilan proses ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pada materi pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa yang memaksakan kehendak, melainkan guru adalah pembimbing siswa agar mereka dapat belajar sesuai dengan tahap perkembangannya. Dalam upaya meningkatkan minat belajar bagi siswa dan menanamkan kebiasaan belajar sendiri dengan

bakat dan pengembangannya, diperlukan upaya yang terus menerus dan berkesinambungan dari para pelaku didik agar peningkatan minat belajar siswa dapat di tumbuh kembangkan secara mantap. Siswa memiliki kecenderungan untuk belajar hal-hal yang kemampuan belajar seseorang akan dipengaruhi oleh tingkat perkembangan dan keluasan pengalaman yang dimilikinya.

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang begitu populer di masyarakat, sehingga sangat diminati pula oleh anak-anak sekolah dalam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. Gerakan dalam permainan bola voli membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh, dan power/tenaga yang kuat, serta teknik yang benar. Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 regu yang berlawanan yang masing-masing regu mempunyai anggota 6 orang, cara bermainnya dengan cara memvoli bola diatas net dengan maksud dan tujuan berusaha menjatuhkan bola kepetak/lapangan lawan dan mencari kemenangan dalam bermain. Adapun teknik dasar bola voli yang dapat dipelajari diantaranya adalah teknik dasar servis, pas (*passing*), umpan (*setuper*), smash, dan bendungan (*block*).

Dalam permainan bola voli kemampuan *passing* bawah sangat menentukan menang kalahnya dalam bermain. Banyak sekali manfaat *passing* bawah, oleh sebab itu setiap anak wajib menguasai *passing* bawah. Adapun manfaat *passing* bawah antara lain menahan smesh, menerima bola dari bawah dan menerima spike, mengoper bola ke pengumpan/*tosser*. Begitu banyak manfaatnya *passing* bawah sehingga dapat menentukan untuk dapat melakukan serangan ke daerah lawan. Penggunaan pendekatan pembelajaran yang tepat bagi siswa yang sedang belajar *passing* akan memudahkan pelaksanaan proses belajar mengajar guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Dari pendekatan pembelajaran tersebut diharapkan bisa meningkatkan hasil belajar voli terutama *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa siswa di SMP N 2 Kabupaten Lebong. Untuk mengetahui hal tersebut perlu dibuktikan melalui penelitian. Selama ini pembelajaran pada siswa siswa di SMP N 2 Kabupaten Lebong saat belajar permainan bola voli masih mengalami kesulitan. Kesulitan yang diamati adalah ketika peneliti melihat proses pembelajaran *passing* bawah banyak siswa belum bisa, kurang antusias, selain itu siswa mengeluh tangan sakit saat menerima bola. Ini menggambarkan rendahnya tingkat kemampuan siswa pada siswa tersebut.

Salah satunya penyediaan fasilitas dengan memberi alat bantu yang dimodifikasi sedemikian rupa agar menarik dan memudahkan siswa. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tindakan pada siswa siswa dalam upaya peningkatan *passing* bawah melalui pendekatan bermain dengan judul penelitian “**Analisis Gerak Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 02 Lebong**”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah yang dianalisis dalam penelitian ini dirumuskan yaitu :

Bagaimana analisis gerak *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VII di SMP N 2 Kabupaten Lebong ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VII di SMP N 2 Kabupaten Lebong.

1.4 Mafaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1.4.1 Manfaat Teoritis

1.4.1.1 Penelitian ini dapat memberikan tambahan pengetahuan tentang penelitian gerak *passing* bawah bola voli siswa kelas VII khususnya pada bola voli.

1.4.1.2 Penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian ilmiah pada pengembangan pendidikan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi siswa dapat meningkatkan gerak *passing* bawah permainan bola voli.

1.4.2.2 Bagi guru sebagai masukan untuk dijadikan pedoman guru Penjasorkes SMP N 2 Lebong akan pentingnya meningkatkan gerak *passing* bawah bola voli siswa.

1.4.2.3 Bagi sekolah menambah wawasan dan pengetahuan bagi penelitian tentang karya ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.

1.5 Definisi Operasional

Variabel dalam penelitian ini adalah analisis gerak *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VII di SMP N 2 Kabupaten Lebong. Definisi operasional variabelnya adalah meningkatkan gerak .

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Deskripsi Konseptual

2.1.1 Hakikat Permainan Bola Voli

2.1.1.1 Pengertian Permainan Bola Voli

Bola voli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing- masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring (Barbara L. Viera, 2004:2). Tujuan dari permainan ini adalah setiap regu yang bermain berusaha melewati bola secara baik melalui net di antara dua antena (*rod*) 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 15 lengan depan kepada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan (Barbara L. Viera, 2000:2) Tiap kelompok harus berusaha memukul bola sampai melewati net dan akan mendapat poin 1 jika bola berhasil jatuh ke petak lawan (*rally point*), permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka. Menurut Machfud Irsyada (dalam Agus Dwijatmiko, 2011: 12) permainan bola voli masing-masing yang dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri. Menurut Machfud Irsyada (dalam Agus Dwijatmiko, 2011: 12) permainan bola voli masing-masing yang dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Menurut Suharno H.P. (2018: 4), dalam bermain bola voli harus menganut beberapa prinsip:

- 2.1.1.1.1 Memvolley bola melewati net agar dapat jatuh di dalam lapangan lawan untuk mencari kemenangan.
- 2.1.1.1.2 Memvolley memantulkan bola di udara harus mempergunakan bagian tubuh pinggang ke atas serta bersih pantulannya.
- 2.1.1.1.3 Satu regu enam orang paling banyak dapat memainkan bola di lapangan sendiri tiga kali
- 2.1.1.1.4 Sajian bola pertama (servis) harus dilakukan pada petak serve dengan pukulan

lengan bawah

2.1.1.1.5 Bermain bola volley harus mendatangkan kesenangan dari tiap individu yang melakukannya, dll.

Bermain bola voli terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi permainan bola voli, diantaranya: (a) kondisi fisik pemain, (b) penguasaan teknik dasar bermain bola voli, (c) penggunaan taktik yang tepat, (d) mental pemain. Faktor tersebut harus dimiliki oleh setiap pemain bola voli. Faktor tersebut merupakan faktor menjadi pemain bola voli yang baik.

2.1.1.2 Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Pemain bola voli dapat dikatakan terampil jika dapat menguasai dan melakukan berbagai unsur gerakan dalam bola voli dengan baik, cermat, dan efektif dan efisien, sesuai aturan yang berlaku. Untuk dapat bermain bola voli dengan baik siswa dituntut untuk dapat menguasai teknik dasar gerakan bola voli yang benar. Teknik dasar dapat diartikan sebagai proses gerak sebagai pondasi dengan tuntutan kondisi gerak sederhana dan mudah.

Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli. Dalam mempertinggi prestasi bola voli, teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik, taktik, dan mental.

Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, antara lain:

1) Teknik Servis

Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli adalah servis. Teknik dasar servis sendiri ada beberapa macam, yaitu servis bawah, servis atas dan jump service. Pada umumnya servis hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan yang sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini bukan hanya sebagai permulaan permainan, tapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapatkan nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Penguasaan teknik servis ini sangat penting, karena jika terjadi kesalahan dalam melakukannya maka merugikan regu sendiri karena tim lawan akan mendapatkan angka sesuai dengan sistem rallypoint yang berlaku sekarang.

Servis atas merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Perlu syarat tertentu untuk dapat melakukan servis atas dengan baik yaitu memiliki kondisi fisik yang memadai berupa kekuatan dan koordinasi mata tangan. Servis atas bola voli termasuk gerak dasar keterampilan untuk pengaturan benda (bola) dengan diberi tenaga gerak dengan cara pukulan ke arah bola tersebut. Hal ini merupakan kombinasi gerak otot bahu.

Menurut Nuril Ahmadi, (2007:20) “servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan”. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Kerena pukulan servis berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan servis harus meyakinkan, terarah, keras, dan menyulitkan lawan.

Menurut Suharno H.P. (1979: 25) ada beberapa macam atas dalam permainan bola voli,

diantaranya :

a) *Teknis Service*

- 1) Sikap permulaan:
 - a. Ambil sikap berdiri dengan kaki kiri berada lebih ke depan daripada kaki kanan, kedua lutut ditekuk
 - b. Tangan kiri dan kanan bersama-sama memegang bola.
 - c. Tangan kiri menyangga bola sedangkan tangan kanan memegang bagian atas bola.
 - d. Bola dilambungkan dengan tangan kiri ke atas sampai ketinggian kurang lebih setengah meter di atas kepala.
 - e. Tangan kanan segera ditarik ke belakang atas kepala, dengan telapak tangan kanan menghadap ke depan.
- 2) Sikap saat perkenaan:
 - a. Setelah tangan kanan berada di atas belakang kepala dan bola berada sejangkauan tangan maka segera bola dipukul dengan cara memukul seperti pada smash.
 - b. Setelah bola dipukul bola akan menjadi top spin selama melewati lintasannya.

b) *Servis Floating/ mengapung*

- 1) Sikap permulaan:
 - a. Berdiri dalam petak servis dengan posisi kaki seperti tersebut di dalam sikap persiapan tenis servis.
 - b. Bola dipegang dengan tangan kiri, tangan kanan berada di samping atas setinggi pelipis.
- 2) Sikap saat perkenaan:
 - a. Bola dilambungkan dengan tangan sedikit ke samping atas kanan depan tidak terlalu tinggi
 - Setelah bola melambung ke atas setinggi kepala maka segera tangan kanan memukul bagian tengah belakang bagian bola.
 - Gerakan memukul diikuti gerakan pergelangan tangan agar menghasilkan bola yang float.

3) Sikap akhir :

- a. Setelah memukul bola dilanjutkan dengan melangkah ke depan.

c) Servis Cekis

1) Sikap permulaan:

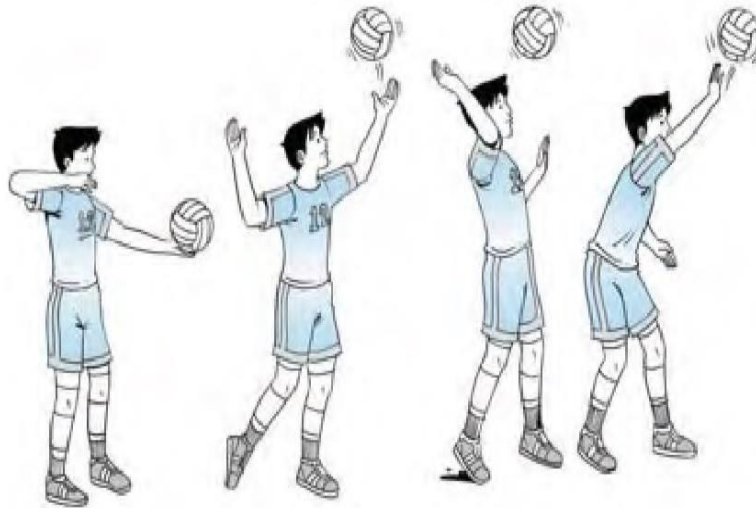
- a. Ambil sikap berdiri menyamping dengan tubuh bagian kiri berada lebih dekat kepada jaring.
- b. Tangan kiri dan kanan bersama-sama memegang bola.
- c. Kedua tangan dijulurkan kearah samping bawah kanan masih dalam keadaan memegang bola.
- d. Bola dilambungkan keatas kepala agak tinggi dengan kedua tangan.
- e. Setelah bola lepas dari tangan maka tangan kanan ditarik ke samping kanan bawah, badan dalam keadaan meliuk kesamping kanan, berat badan berada di kaki kanan, telapak tangan menghadap ke atas.
- f. Bila bola sudah setinggi jangkauan tangan kanan maka secepatnya badan bersama-samalengan kanan dibawa meliuk ke samping kiri.

2) Sikap saat perkenaan:

- a. Perkenaan bola berada dibagian bawah belakang bola.
- b. Pukulan tangan pada bola dibantu dengan liukan badan, lecutan lengan dan gerakan pergelangan tangan sedemikian hingga bola setelah dipukul mental dengan keras dan top spin.
- c. Pada saat tangan mengenai bola berat badan terletak pada kedua kaki.

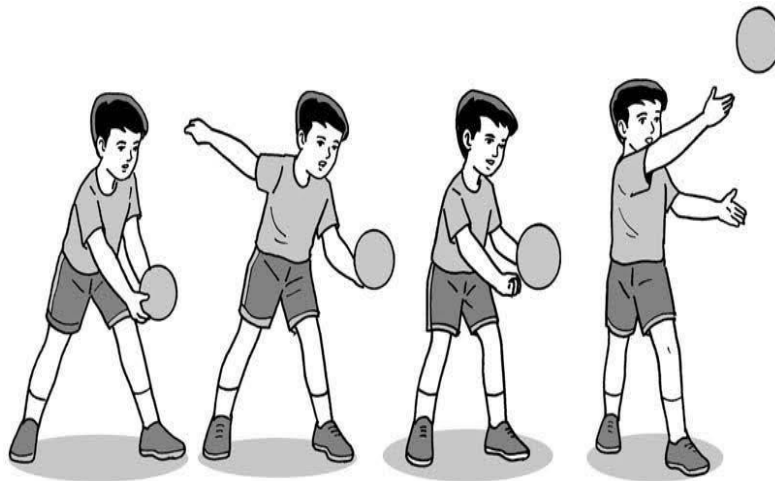
3) Sikap akhir:

- a. Setelah bola dipukul berat badan dipindahkan kekaki kiri dan terus diikuti dengan gerakan maju masuk ke dalam lapangan permainan.



Gambar 1. Teknis Servis Atas

Nuril Ahmadi (2007: 20) mengemukakan bahwa servis adalah pukulan yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan.



Gambar 2. Teknik Servis Bawah

Menurut Suharno H.P, (2019: 17) kesalahan-kesalahan umum dalam melakukan servis atas:

- a. Kurang konsentrasi dan kesadaran pentingnya servis atas sebelum menjalankannya.

- b. Lambungan bola terlalu jauh dan terlalu tinggi dari kepala, sehingga pukulan tidak tepat dalam pelaksanaannya.
- c. Kurang pemikiran arah, sasaran dan arti dari servis.
- d. Lambat masuk lapangan untuk siap bermain setelah melakukan servis.
- e. Gerakan tangan, tubuh, kaki kurang lentuk dalam melaksanakan servis secara luwes.
- f. Kurang memperhatikan peraturan-peraturan servis yang berlaku di dalam pertandingan.
- g. Tangan pemukul terlalu lurus sehingga pukulan tidak merupakan cambukan serta kaku gerakannya.
- h. Saat memukul bola kaki kanan di depan kaki kiri sehingga ada gerakan tubuh yang berlawanan dengan sasaran servis.

2) Teknik Passing

Nuril Ahmadi (2007: 22) mengatakan bahwa “*passing*” adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri”.

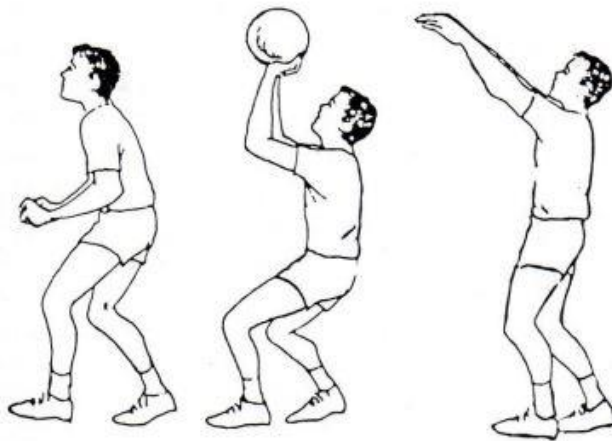
Suharno HP. (2019: 15) berpendapat bahwa passing adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Dalam permainan bola voli, passing dapat dilakukan dengan cara:

- a) Passing atas

Passing atas yaitu memassing bola menggunakan jari dan ibu jari dua-duanya pada saat bola berada di atas dahi depan. Passing atas merupakan salah satu teknik yang sering digunakan sebagai umpan untuk menjangkakan bola dalam melakukan smash. Agar teman seregu dapat memainkan atau melakukan serangan dengan baik terhadap lawannya, maka teknik passing atas tersebut harus dilakukan dengan baik dan tepat.

Cara melakukan teknik passing atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan kurang lebih 45 derajat. bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari-jari tidak berubah (Nuril Ahmadi, 2007: 25).



Gambar 3. Teknik *Passing Atas*

Barbara L. Viera (dalam Maharani Kirana P,2013: 19), mengatakan bahwa “Operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima spike memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola terpantul di net”.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah (passing bawah) merupakan teknik bermain yang cukup penting. Kegunaan teknik lengan bawah antara lain:

- (1) Untuk penerimaan bola servis
- (2) Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan atau smash
- (3) Untuk pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net
- (4) Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan
- (5) Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Langkah-langkah saat passing bawah menurut M. Yunus (dalam Widy Asih Sulastri, 2011: 9-10), yaitu:

(1) Sikap Permulaan

Ambil sikap normal permainan voli, yaitu: kedua lutut ditekuk dengan sedikit dibongkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar dapat memudahkan dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri saling berpegangan.

(2) Gerakan Pelaksanaan

Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada bagian proximal, dari lengan di atas pergelangan tangan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45^o dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.

(3) Gerakan Lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk passing bawah ke depan tidak melebihi 90o dengan lengan bahu atau badan.

3) Teknik Smash

Pukulan keras atau smash, disebut juga spike, merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan smash banyak macam variasinya. Smash adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalannya bola menukik (Nuril Ahmadi, 2007: 31). Macam-macam pukulan di dalam smash, antara lain sebagai berikut:

a) Pukulan serangan frontal

Arah pukulan bola atau jalannya bola sebagian besar searah dengan arah awalan.

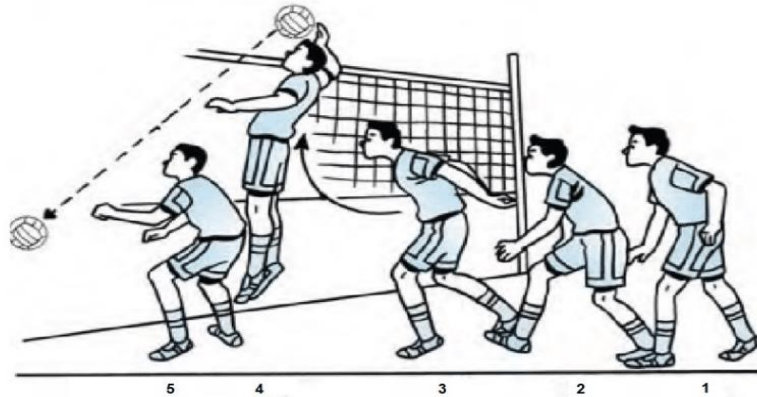
b) Pukulan berputar

Arah awalan dan arah pukulan saling membentuk sudut.

c) Pukulan serangan melalui sisi badan

Sisi badan menghadap jaring serta arah awalan dan arah pukulan juga saling membentuk sudut.

d) Pukulan dengan gerakan sendi pergelangan tangan yang dapat diarahkan ke segala arah. Pukulan ini dalam pelaksanaannya dapat dengan putaran tubuh atau tanpa putaran tubuh.



Gambar 4. Teknik Smash

4) Block atau bendungan

Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, block bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun, persentase keberhasilan suatu block relatif kecil karena arah bola smash yang akan diblock, dikendalikan oleh lawan.

Keberhasilan block ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan. Block dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan block tangan digerakkan ke kanan maupun ke kiri) atau juga pasif (tangan pemain hanya dijulurkan ke atas tanpa digerakkan). Block dapat dilakukan oleh satu, dua, dan tiga pemain (Nuril Ahmadi, 2007: 30).

Blocking merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, block bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun, presentase keberhasilan block relative kecil karena arah bola smash yang akan diblock, dikendalikan lawan. Keberhasilan block ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan.



Gambar 5. Teknik Block

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teori. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Agus Susanto (2010), yang berjudul “Upaya Meningkatkan Pembelajaran Bola voli Melalui Pendekatan Bermain dengan Bola Plastik pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Rogojati Kecamatan Sokoharjo Kabupaten Wonosobo”. Metode yang digunakan penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian ini menggunakan instrument yaitu, melalui lembar observasi, wawancara, RPP, dan tes hasil belajar permainan bola voli. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan bermain pada proses pembelajaran bola voli dengan bola plastic dapat memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 2 Rogojati Kecamatan Sokoharjo Kabupaten Wonosobo berdasarkan hasil nilai rata-rata kelas, siklus I 70,95 dan siklus II 73,85 sehingga besar kenaikan nilai rata-rata kelas adalah 2,9

serta dapat dilihat dari peningkatan presentase ketuntasan belajar pada siklus I 65% dan siklus II 80% jadi besar presentase ketuntasan belajarnya adalah 15%.

2. Penelitian yang dilakukan Dhewa Leo Pramana (2013) yang berjudul “Penyusunan Instrumen Penilaian Unjuk Kerja Passing Bawah Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri Playen V Tahun Pelajaran 2012/ 2013”. Subjek dari penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri Playen V tahun pelajaran 2012/ 2013, sejumlah 20 responden. Dalam penelitian ini penulis mengadopsi prosedur penyusunan tes yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2006: 209), yang meliputi perencanaan, penyusunan, pengadaan uji coba hingga merevisi. Tempat pengambilan data untuk menghitung reliabilitas dilakukan di SDN Playen V. Pengambilan data menggunakan survei, dengan instrumen berupa tes yang telah disusun dan divalidasi. Teknik analisis data, untuk validitas instrumen menggunakan validitas isi dengan 3 (tiga) validator, dan reliabilitas yang dicari adalah reliabilitas antar rater karena dalam penelitian ini menggunakan 3 (tiga) orang judge, Hasil penelitian ini menunjukkan lembar tes yang dibuat valid dan reliabel. Diperoleh reliabilitas antar rater sebesar 0,997. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa lembar penilaian tes unjuk kerja teknik passing bawah pada permainan bolavoli ini dinyatakan valid dan reliabel.
3. Penelitian yang dilakukan Sukarti (2010), yang berjudul “Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola voli dengan Modifikasi Bola Pada Siswa Kelas IV SD Kadisobo 2 Sleman”. Penelitian tersebut merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, panduan observasi dan angket tanggapan siswa. Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa (1) Dengan adanya modifikasi bola motifasi siswa meningkat, hal

ini ditunjukkan dengan adanya antusias dan semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran, (2) Efektifitas pembelajaran bola voli semakin meningkat 85% hal ini ditunjukkan dengan adanya kemauan siswa yang terdorong untuk bisa bermain bola voli, (3) hasil belajar yang dicapai siswa meningkat ditunjukkan dengan motivasi yang tinggi dan siswa senang selama pembelajaran sehingga tujuan dari pembelajaran akan tercapai.

2.3 Kerangka Berpikir

Permainan bola voli termasuk salah satu olahraga yang digemari oleh siswa pada umumnya, dibandingkan materi pembelajaran yang lain seperti: senam lantai dan atletik. Akan tetapi, pada kenyataannya permainan bola voli di SMP N 2 Kabupaten Lebong khususnya siswa kelas VII dirasa kurang mendapat respon yang aktif dari siswa. Kebanyakan siswa cenderung pasif saat bermain bola voli dan permainan hanya didominasi oleh beberapa siswa saja.

Salah satu upaya untuk meningkatkan penguasaan passing bawah khususnya perlu meningkatkan gerak *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Berdasarkan pemikiran tersebut peneliti merancang pelaksanaan pembelajaran yang akan dibutuhkan sebagai pengamatan dalam mengetahui tingkat perkembangan dan keberhasilan dari metode yang diterapkan. Yang mana pembukuan tersebut adalah perwujudan penulis penelitian deskriptif yang penulis lakukan dalam rangka meningkatkan keterampilan siswa kelas VII di SMP N 2 Kabupaten Lebong.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Lebong adalah sebuah wilayah kabupaten di Provinsi Bengkulu, Ibu kotanya adalah kecamatan Tubei. Kabupaten ini merupakan kabupaten pemekaran dari kabupaten [Rejang Lebong](#), dengan dasar hukum UU No. 39 Tahun 2003. Secara administratif terdiri atas 12 [Kecamatan](#) dengan 11 kelurahan dan 100 desa. Padang Bano yang bersengketa dengan kabupaten Bengkulu Utara dalam beberapa kesempatan dianggap sebagai kecamatan ketiga belas.

Kabupaten ini secara astronomis terletak pada 105°-108° Bujur Timur dan 02°,65'-03°,60' Lintang Selatan di sepanjang [Bukit Barisan](#) serta terklasifikasi sebagai daerah perbukitan dengan ketinggian 500-1.000 dpl. Ketampakan alam utama kabupaten ini adalah *luak Lebong*, sebuah lembah pada aliran [sungai Ketahun](#), sungai penting yang berhulu di daerah Topos dan mengalir ke barat hingga bermuara di daerah [Pasar Ketahun, Bengkulu Utara](#).

Luak Lebong dikelilingi oleh puncak-puncak Bukit Barisan di kedua sisinya, masing-masing memisahkan daerah ini dari dataran rendah di Bengkulu Utara dan Musi Rawas Utara. Pada tahun 2003, berdasarkan UU RI Nomor 39 Tahun 2003 yang ditetapkan pada tanggal 18 Desember 2003, Kabupaten Lebong dibentuk sebagai kabupaten pemekaran dari [Rejang Lebong](#). Wilayah Rejang Lebong yang dimekarkan adalah Kecamatan Lebong Utara dan Lebong Selatan. Dari dua kecamatan tersebut, Kabupaten Lebong resmi dibentuk

dengan lima kecamatan. Kecamatan Lebong Utara dibagi atas Lebong Utara, Lebong Atas, dan Lebong Tengah. Sementara Lebong Selatan dibagi menjadi dua kecamatan, Lebong Selatan dan Rimbo Pengadang.

3.2 Tempat, Waktu, dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini bertempat di Kabupaten Lebong. Waktu penelitian berkisar dari bulan Maret-April. Lokasi penelitian Lokasi penelitian ini dilakukan dilapangan SMP N 2 Kabupaten Lebong.



3.3 Metode dan Prosedur Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 234) penelitian deskriptif merupakan penelitian yang di maksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian di lakukan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi melalui pengamatan.

3.4 Kehadiran Peneliti

Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif. Dengan maksud, peneliti tidak melakukan penelitian sendiri, namun berkolaborasi atau bekerja sama dengan guru, guru olahraga dan teman sejawat.

3.5 Data dan Sumber data

Data dan Sumber data dalam penelitian ini adalah: tempat dan peristiwa atau kejadian, serta arsip, dan dokumen.

3.5.1 Tempat dan Peristiwa

Tempat dan peristiwa ini meliputi tempat penyelenggaraan kegiatan penelitian di lapangan sekolah, yakni SMP N 2 Kabupaten Lebong.

3.5.2 Arsip dan Dokumen

Arsip dan dokumen yang diteliti adalah arsip dan dokumen mengenai perangkat kegiatan pelatih dalam melaksanakan kegiatan siswa kelas VII di sekolah.

3.6 Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

3.6.1 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode pengamatan, yaitu atlet melakukan *passing* bahwa sebanyak 5 kali lemparan dengan bola dilempar oleh pelatih secara bergantian kemudian diamati dan dinilai.

3.6.2 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Sugiyono (2007: 97) adalah alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian yang diamati. Instrumen diperlukan agar pekerjaan yang dilakukan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga data lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi.

Variabel	Subyek	Indikator
Gerak <i>Passing</i> Bawah	Tahap Persiapan	a. Sikap Badan
		b. Sikap Kaki
		c. Sikap Tangan
	Tahap Gerak Dengan Bola	a. Sikap Lengan
		b. Sikap Siku
		c. Sikap Jari-Jari
	Tahap Lanjutan	a. Sikap Kaki
		b. Pergerakan
		c. Arah

3.7 Teknik Analisis Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey sedangkan teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran, adapun alat untuk pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur tes kemampuan bermain bolavoli. Data berupa angka akan dianalisis dengan analisis deskriptif komparatif. siswa SMP Negeri 2 Lebong menggunakan item tes yaitu tes passing bawah Depdiknas. Pengkategorian dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, dan sangat kurang sekali.

No	Interval	Kategori
1	91 – 100	Sangat Baik
2	80 – 90	Baik
3	70 – 79	Cukup Baik
4	60 – 69	Kurang Baik
5	Kurang dari 60	Kurang Sekali

Cara perhitungan analisis data mencari besarnya nilai persentase, dengan rumus sebagai berikut :

Skor

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Nilai Maksimal}}{\text{Nilai Maksimal}} \times 100\%$$