

Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli

Malla Risma Diyanti , Jonni , Sepriadi, Yuni Astuti

^{1,2}Pendidikan Olahraga, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri padang, Indonesia

mallarismadiyanti@gmail.com , jonni@fik.unp.ac.id , Sepriadi@fik.unp.ac.id , yuniastuti@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli

Abstrak : Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko. Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko yang berjumlah sebanyak 30 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *total sampling* dimana dalam penelitian ini hanya atlet putri saja yaitu berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan data adalah tes kemampuan bolavoli dengan teknik dasar yaitu, *passing* bawah, *passing* atas, *service* atas, dan kemampuan *smash*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$. Hasil penelitian Kemampuan teknik dasar bola voli atlet putri SMK Negeri 6 Muko Muko pada kategori cukup.

Keywords : *Basic Volleyball Skills*

Abstract : *The purpose of this study was to determine the basic technical skills of volleyball at SMK Negeri 6 MukoMuko. This research belongs to the type of descriptive research. The population in this study was the basic technique of volleyball at SMK Negeri 6 MukoMuko, totaling 30 people. The sample was drawn using a total sampling technique, where in this study only female athletes were 30 people. The data collection technique is a volleyball skill test with basic techniques, namely, bottom passing, top passing, top service, and smash ability. Analysis of research data using a frequency distribution technique with the calculation of the percentage of $P = F/N \times 100\%$. The results of the study The basic technical skills of female athletes at SMK Negeri 6 Muko Muko were in the sufficient category.*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan kegiatan yang bermanfaat dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani (Zulman, 2018). Melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta sportif yang tinggi dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Perkembangan olahraga di Indonesia sekarang ini terasa semakin maju, hal ini tidak terlepas dari peran serta masyarakat yang semakin sadar dan mengerti arti penting fungsi olahraga itu sendiri, di samping adanya perhatian serta dukungan pemerintah juga menunjang perkembangan olahraga di Indonesia.

Peningkatan prestasi olahraga bagi bangsa dan negara merupakan alasan yang tepat untuk meningkatkan pembangunan di bidang olahraga, khususnya olahraga bolavoli. Melalui prestasi olahraga, negara-negara di dunia akan dapat mengetahui bahwa bangsa Indonesia sebagai negara yang berkembang juga mampu berprestasi seperti negara-negara berkembang lainnya.

Tujuan dari pembinaan dan pengembangan olahraga bolavoli di Indonesia adalah untuk meningkatkan prestasi. Prestasi yang akan diraih tidak luput dari dukungan keluarga seperti yang dijelaskan dalam UU. RI No. V tahun 2022 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 4 ayat 8 menyatakan bahwa: keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai mental dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, memperkokoh pertahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat bangsa.

Berdasarkan kutipan di atas dapat dikemukakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga khususnya olahraga bolavoli sudah menjadi tanggung jawab bersama mulai dari keluarga, masyarakat maupun pemerintah. Melalui induk organisasi yang ada di pusat dan daerah maka diharapkan adanya pembinaan yang baik. Di Indonesia olahraga bolavoli dikelola oleh induk organisasi Pengurus Besar Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PB.PBVSI). Kemudian pada masing-masing daerah dikenal dengan Pengurus Provinsi (PENGPROV) PBVSI. Masing-masing PENGPROV PBVSI terus berupaya meningkatkan prestasi bolavoli dengan mengadakan berbagai kompetisi secara bertahap dan berjenjang seperti Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV).

Menurut Waluyo (2012) permainan bolavoli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna, seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar, yaitu: *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan suatu prasyarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko. Dimana hal ini sangat menentukan sampai dimana seorang pemain club Srikandi Kecamatan Padang Jaya dapat meningkatkan mutu permainannya. Selain itu, penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, pemain dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah karena pemain tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri cukup tinggi dan setiap keterampilan yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu.

Dari uraian di atas, untuk meningkatkan prestasi permainan bolavoli yaitu dengan

menguasai teknik dasar dari permainan bolavoli itu sendiri yaitu: *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. Namun sangat disayangkan, pemain bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko tidak banyak memiliki pemain bolavoli yang dapat diandalkan, hal ini terbukti dari hasil setiap kejuaraan open turnamen, belum pernah mendapatkan prestasi puncak. Artinya, pemain club Srikandi Kecamatan Padang Jaya belum berhasil memperoleh prestasi maksimal. Perolehan angka di dalam permainan bolavoli diperoleh dari hasil kerjasama pemain dalam usaha mematikan bola di daerah lawan dan tim yang melakukan berbagai gerakan keterampilan seperti; servis, *passing* atas, *passing* bawah, dan *smash* merupakan pondasi atau dasar bagi seseorang untuk dapat bermain bolavoli dengan baik. Untuk dapat bermain permainan dan olahraga bolavoli dengan optimal seorang pemain harus mengetahui dan mempraktekkan teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini. Beberapa teknik dasar itu antara lain memasing bola, mensmes bola, membendung bola, dan menservis bola. Keempat teknik dasar ini harus dikuasai dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan, teknik mempunyai fungsi penting dalam bermain bolavoli. Untuk dapat menghasilkan kemampuan bermain yang baik, dibutuhkan suatu keterampilan yang baik dari seorang pemain bolavoli. siswa ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko rutin melakukan latihan. Namun sangat disayangkan prestasi yang dihasilkan belum memuaskan meskipun sudah melakukan pelatihan.

Berdasarkan pemantauan peneliti pada tanggal 8 Februari 2022 dari fenomena yang terjadi di lapangan peneliti menduga

kemampuan bermain siswa ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko masih jauh dari yang diharapkan, hal ini terbukti dari menurunnya penampilan pemain dalam melakukan keterampilan seperti saat melakukan *passing* bawah, *passing* atas, servis, dan *smash*. Peneliti melihat beberapa kesalahan yang dilakukan oleh pemain, antara lain: 1) pada saat melakukan smash atau servis bola terlihat lemah dan gampang diterima oleh lawan lapangan serta tidak terarah, bahkan pada saat servis bola sering menyangkut atau keluar dari lapangan dan tidak sampai ke lapangan lawan karena terlalu lemah. 2) pada saat pemain mengejar bola pantulan *passing* yang tidak sempurna atau bola tidak terkontrol pada saat *passing* bawah dan *passing* atas, 3) pada saat melakukan servis terburu-buru dan bola tidak terarah dengan baik, saat datangnya bola dengan *passing* atas bola sering lepas dari tangan. 4) pada saat smash pukulan dilakukan dengan tangan bengkok/ sikut ditekuk 6) langkah awalan tidak sesuai 7) kurang fokus terhadap permainan.

METODE

Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk membuat penyanderaan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi tertentu (Rika Sepriani, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko yang berjumlah sebanyak 30 orang, penarikan sampel ini dilakukan dengan teknik *total sampling* dimana dalam penelitian ini hanya atlet putri saja yaitu berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan data adalah tes kemampuan bolavoli dengan teknik dasar yaitu, *passing* bawah, *passing* atas, *service* atas, dan kemampuan *smash*. Analisis data

penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase $P = F/N \times 100\%$.

HASIL

1. Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Bawah

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik dasar *passing* bawah diperoleh skor maksimum adalah 32 dan skor minimum 3. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 14 dan standar deviasi = 6,10. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar *passing* bawah dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Bawah

Kelas Interval	Frekuensi Absolte	Frekuensi Relatif	Kategori
>23	1	3.33	Baik Sekali
17 – 22	7	23.33	Baik
11 – 16	14	46.67	Cukup
5 – 10	7	23.33	Kurang
<4	1	3.33	Kurang Sekali
Jumlah	30	100	

Berdasarkan tabel di atas dari 30 orang sampel, 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bawah berkisar antara >23 dengan kategori baik sekali, 7 orang (23,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bawah berkisar antara 17-22 dengan kategori baik, 14 orang (46,67%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bawah berkisar antara

11-16 dengan kategori cukup, 7 orang (23,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bawah berkisar antara 5-10 dengan kategori kurang dan 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* bawah berkisar antara <4 dengan kategori kurang sekali.

2. Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Atas

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik dasar *passing* atas diperoleh skor maksimum adalah 23 dan skor minimum 2. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 11 dan standar deviasi = 5,18. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar *passing* atas dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Atas.

Kelas Interval	Frekuensi Absolte	Frekuensi Relatif	Kategori
>19	3	10.00	Baik Sekali
14 – 18	6	20.00	Baik
9 – 13	13	43.33	Cukup
3 – 8	7	23.33	Kurang
<2	1	3.33	Kurang Sekali
Jumlah	30	100	

Berdasarkan tabel di atas dari 30 orang sampel, 3 orang (10,00%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas berkisar antara >19 dengan kategori baik sekali, 6 orang (20,00%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas berkisar antara 14 – 18 dengan kategori baik,

13 orang (43,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas berkisar antara 9 – 13 dengan kategori cukup, 7 orang (23,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas berkisar antara 3 - 8 dengan kategori kurang dan 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas berkisar antara <2 dengan kategori kurang sekali.

3. Kemampuan Servis Atas

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik dasar *service* atas diperoleh skor maksimum adalah 20 dan skor minimum 0. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 4 dan standar deviasi = 4,15. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar *service atas* dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Servis Atas

Kelas Interval	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif	Kategori
>11	1	3.33	Baik Sekali
6 – 10	6	20.00	Baik
2 – 5	16	53.33	Cukup
-2 – 1	7	23.33	Kurang
<-3	0	0	Kurang Sekali
Jumlah	30	100	

Berdasarkan tabel di atas dari 30 orang sampel, 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *service* atas berkisar antara >11 dengan kategori baik sekali, 6 orang (20,00%) memiliki kemampuan teknik dasar *service* atas berkisar antara 6 – 10

dengan kategori baik, 16 orang (53,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *service* atas berkisar antara 2 – 5 dengan kategori cukup, 7 orang (23,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *service* atas berkisar antara -2 – 1 dengan kategori kurang.

4. Kemampuan Teknik Dasar Smash

Berdasarkan hasil tes kemampuan teknik dasar *smash* diperoleh skor maksimum adalah 9 dan skor minimum 0. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 4 dan standar deviasi = 1,74. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar *smash* dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Smash

Kelas Interval	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif	Kategori
>7	1	3.33	Baik Sekali
5 – 8	9	30.00	Baik
3 – 4	17	56.67	Cukup
1 – 2	1	3.33	Kurang
<0	2	6.67	Kurang Sekali
Jumlah	30	100	

Berdasarkan tabel di atas dari 30 orang sampel, 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar *smash* berkisar antara >7 dengan kategori baik sekali, 9 orang (30,00%) memiliki kemampuan teknik dasar *smash* berkisar antara 5 – 8 dengan kategori baik, 17 orang (56,67%) memiliki kemampuan teknik dasar *smash* berkisar antara 3 – 4 dengan kategori cukup, 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar

smash berkisar antara 1 – 2 dengan kategori kurang dan 2 orang (6,67%) memiliki kemampuan teknik dasar *smash* berkisar antara <0 dengan kategori kurang sekali.

5. Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli

Berdasarkan hasil kemampuan teknik dasar bolavoli dengan T score diperoleh skor maksimum adalah 65,49 dan skor minimum 40,38. Disamping itu diperoleh nilai mean (rata-rata) = 50 dan standar deviasi = 5,55. Agar lebih jelasnya deskripsi data kemampuan teknik dasar bola voli dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli

Kelas Interval	Frekuensi Absolute	Frekuensi Relatif	Kategori
>58.32	2	6.67	Baik Sekali
52.77-58.31	6	20.00	Baik
47.23-52.76	10	33.33	Cukup
41.68-47.22	11	36.67	Kurang
<41.67	1	3.33	Kurang Sekali
Jumlah	30	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 30 orang sampel, 2 orang (6,67%) memiliki kemampuan teknik dasar bolavoli berkisar antara >58,32 dengan kategori baik sekali, 6 orang (20,00%) memiliki kemampuan teknik dasar bolavoli berkisar antara 52,77–58,31 dengan kategori baik, 10 orang (33,33%) memiliki kemampuan teknik dasar bolavoli

berkisar antara 47,23–52,76 dengan kategori cukup, 11 orang (36,67%) memiliki kemampuan teknik dasar bolavoli berkisar antara 41,68–47,22 dengan kategori kurang dan 1 orang (3,33%) memiliki kemampuan teknik dasar bolavoli berkisar antara <41,67 dengan kategori kurang sekali.

PEMBAHASAN

1. Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Bawah

Dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan teknik dasar *passing* bawah bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko nilai 14 pada kategori cukup. hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: posisi kaki kurang seimbang sehingga arah bola tidak sempurna, perkenaan bola yang tidak tepat misalnya pada ujung tangan sehingga pantulan bola tidak sempurna yang menyebabkan pantulan bola cenderung liar sehingga sulit dijangkau. *Passing* bawah adalah memainkan bola dengan sisi lengan bawah (Oktayona, R., & Aziz, I, 2019).

2. Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Atas

Dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan teknik dasar *passing* atas bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko nilai 11 pada kategori cukup, dikarenakan gerakan *passing* atas merupakan gerakan paling mudah dilakukan dan tidak banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor kesulitan dari luar. Hal ini berbeda dengan memukul *smash* yang sangat dipengaruhi oleh variasi lambungan bola yang akan dipukul. *Passing* atas bisa dilakukan untuk memberikan operan kepada teman untuk melakukan serangan, (Rizal, 2011).

3. Kemampuan Teknik Dasar *Service* Atas

Dapat disimpulkan bahwa rata-rata kemampuan *service* atas bolavoli SMK Negeri

6 MukoMuko nilai 4 pada kategori cukup. Ini disebabkan oleh banyak faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain kekuatan otot-otot lengan dan tangan. Hal ini juga dipengaruhi oleh pengambilan data yang hanya menggunakan tes servis atas. Jika dibandingkan servis atas, servis bawah lebih akurat untuk menempatkan pada posisi/kotak yang diinginkan.

Dalam Permainan bolavoli servis atas merupakan salah satu teknik penting yang harus dikuasai oleh pemain bolavoli, karena servis atas apabila dilakukan dengan teknik yang baik akan dapat menghasilkan poin untuk memperoleh kemenangan. Servis atas dalam permainan bolavoli merupakan salah satu teknik bolavoli yang bertujuan untuk mematikan bola dilapangan lawan untuk mendapatkan angka/poin (Yuni Astuti, 2020).

4. Kemampuan Teknik Dasar *Smash*

Dapat disimpulkan rata-rata bahwakemampuan *smash* bolavoli SMK Negeri 6 MukoMuko nilai 4 pada kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar atlet memiliki kemampuan yang belum baik dalam melakukan *smash*. Masih banyak pemain yang tergolong kurang baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa perlu adanya peningkatan latihan *smash* yang lebih baik lagi. Seseorang dalam melakukan gerakan *smash* ada beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain koordinasi antara syaraf mata dan syaraf pada kaki, tangan. Gerakan koordinasi pada gerakan *smash* sangat sulit dan perlu banyak latihan.

Smash adalah salah satu teknik andalan yang merupakan serangan utama dalam bolavoli, dengan melakukan *smash* yang baik dan akurat maka lawan akan sulit untuk mengembalikan bola (Yulifri, 2018).

Beutelstahl (2005), *smash* merupakan keahlian yang esensial, cara yang termudah untuk memenangkan angka. *Smash* merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh satu tim (Ahmadi 2007). Menurut Viva Pakarindo dalam Pranopik (2017) *smash* atau *spike* adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan ketika pertandingan sedang berlangsung.

SIMPULAN

1. Kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko pada indikator kemampuan *passing* bawah pada kategori cukup.
2. Kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko pada indikator kemampuan *passing* atas pada kategori cukup.
3. Kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko pada indikator kemampuan *servis* atas pada kategori cukup.
4. Kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko pada indikator kemampuan *smash* pada kategori cukup.
5. Kemampuan teknik dasar bola voli SMK Negeri 6 MukoMuko pada kategori cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Beutelstahl. 2005. *Belajar Permainan Bola Volley*. Bandung: CV Pionir Jaya.
- Oktayona, R., & Aziz, I. 2019. *Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bolavoli*. Jurnal Patriot, 1(3), 1259-1273.

- Pranopik, M. R. 2017. *Pengembangan Variasi Latihan Smash Bolavoli*. Jurnal Prestasi , 1 (1), 31-33.
- Rika Sepriani. 2019. *Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Sekolah Sepakbola Usia 14-16 Tahun*, jm, vol. 4, no. 1, pp. 53-57, May 2019.
- Rizal, Andi. 2011. "Kontribusi Daya ledak Otot Lengan dan Kontribusi Mata tangan terhadap Kemampuan Passing Atas Bolavoli Siswa SMA Negeri 3 Makassar". Jurnal Penelitian Pendidikan. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Vol II. No 2, September 2011. Hal 1-167.
- UU RI No.V Tahun 2022. *Tentang Sistem Keolahragaan*. Presiden Republik Indonesia; 2022.
- Waluyo.2012. *Cabang Olahraga Bola Voli*. Pelembang: Unsri Press.
- Yulifri and Wahyuri. 2018. *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Otot Lengan Dengan Ketepatan Smash Atlet Bolavoli Gempar Kabupaten Pasaman Barat*", jm, vol. 3, no. 1, pp. 19-32, Jun. 2018.
- Yuni Astuti. 2020. *Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli*. Jurnal Ilmu Kesehatan dan Olahraga. Vol 9 no 2.
- Zulman. 2018. *Hubungan Keseimbangan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Sepak Sila Pemain Sepaktakraw Smp Negeri 2 Batang Anai*. , jm, vol. 3, no. 1, pp. 77-88, Jun. 2018.