



Studi Motivasi Dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli SMAN 3 Kota Padang Panjang Tahun 2023

Samudra Brata Dirgantara¹, Nurul Ihsan², Sepriadi, Haripah Lawanis

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

samudrabrata0108@gmail.com, nurul_ihsan@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.6.2025.180>

Kata Kunci : Motivasi, Keterampilan, Bola, Voli

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah masih rendahnya motivasi dan keterampilan teknik dasar atlet Bola voli dimana seorang atlet bola voli harus menguasai Teknik dasar bolavoli, mempunyai kemauan dan motivasi yang tinggi. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk : (1) mengetahui motivasi atlet bola voli, (2) mengetahui keterampilan tehknik dasar (*Passing dan Servis*) atlet bola voli. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei yang dilaksanakan pada bulan Januari 2023 di SMAN 3 Kota Padang Panjang. Populasi dalam penelitian ini adalah semua atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang yang berjumlah 12 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan tehknik *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah berupa angket dan lembar observasi. Hasil penelitian dianalisis menggunakan statistic deskriptif. Hasil dari penelitian yaitu : (1) Motivasi atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam bermain voli termasuk dalam kategori tinggi dengan jumlah prentase 66,67%, (2) Keterampilan tehknik dasar atlet bola voli terbagi atas passing atas dengan hasil baik sekali 33%, passing bawah baik sekali (83%), servis atas baik 59% dan servis bawah baik sekali (75%). Kesimpulan dari penelitian ini didapatkan bahwa atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang memiliki keterampilan bermain bola voli yang sangat baik sekali.

Keyowrds : *Motivation, Skills, Ball, Volly*

Abstract : *The problem in this study is the low motivation and basic technical skills of volleyball athletes where a volleyball athlete must master basic volleyball techniques, have high will and motivation. The objectives of this study are to: (1) determine the motivation of volleyball athletes, (2) determine the basic technical skills (Passing and Serving) of volleyball athletes. This type of research is descriptive research using a survey method which was conducted in January 2023 at SMAN 3 Padang Panjang City. The population in this study were all volleyball athletes of SMAN 3 Padang Panjang City totaling 12 people. The sample in this study was taken using the Total Sampling technique. The instruments used were in the form of questionnaires and observation sheets. The results of the study were analyzed using descriptive statistics. The results of the study are: (1) The motivation of volleyball athletes of SMAN 3 Padang Panjang City in playing volleyball is included in the high category with a percentage of 66.67%, (2) The basic technical skills of volleyball athletes are divided into upper passing with very good results 33%, lower passing is very good (83%), upper service is good 59% and lower service is very good (75%). The conclusion of this study was that volleyball athletes of SMAN 3 Padang Panjang City have very good volleyball playing skills.*

PENDAHULUAN

Upaya untuk mengubah atau mematangkan sumber daya manusia salah satunya yaitu melalui pembinaan dengan kegiatan olahraga pada generasi muda (Astuti, Y, 2017)

Dalam kehidupan manusia gerak merupakan suatu kebutuhan dan mempunyai nilai yang sangat strategis bagi manusia dalam kehidupannya (Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M, 2018)

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Olahraga merupakan suatu wadah dalam meningkatkan sumber daya manusia, bagi sebagian banyak orang berolahraga secara rutin dan teratur bisa meningkatkan kualitas fisik dan mental seseorang.

Secara umum olahraga mempunyai fungsi untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mental, dan rohani serta ditujukan untuk membentuk sikap, kepribadian, disiplin, dan sportifitas tinggi. Sedangkan secara khusus olahraga mempunyai tujuan untuk mencapai prestasi (Darmawan, 2016).

Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan. Kegiatan olahraga bukan hanya sekedar untuk menyehatkan jasmani semata, namun banyak manfaat yang didapat jika melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian

sebuah prestasi baik secara individu maupun kelompok. (Febrio, D., Sepriadi, S., Zulman, Z., & Lawanis, H. 2023).

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang banyak dilakukan oleh masyarakat Keberadaannya saat ini tidak lagi dianggap remeh namun sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Marta, I. A., & Neldi, H., 2023).

Olahraga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, sejahtera, dan demokratis.

Olahraga pada saat sekarang ini dapat dikatakan sebagai suatu kebutuhan yang merupakan kegiatan yang dilakukan manusia yang ingin sehat baik jasmani maupun rohaninya (Rosmawati, 2016).

Olahraga ini terdiri dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi, olahraga amatir, olahraga profesional dan olahraga penyandang cacat (Astuti, Y, 2018).

“Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional” (Nur, Madri & Zalfendi, 2018).

Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa.

Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu

pengetahuan dan teknologi olahraga” (Sari, Wulandari, & Hardiansyah, 2020).

Secara umum kebugaran jasmani dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luang. (Sari, Dessi Novita, 2020)

“Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali, 2017).

Pengembangan dan pembinaan olahraga dapat dilakukan dalam berbagai kegiatan keolahragaan secara aktif yang dilaksanakan oleh masyarakat, baik atas dorongan masyarakat itu sendiri maupun pemerintah daerah (Yulifri & Sepriadi, 2018).

Pendidikan jasmani olahraga kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Yessi, Arie Asnaldi, Hendri Neldi, Sepriadi, Edwarsyah, 2023).

Idealnya motivasi akan membuat siswa menjadi senang dan gembira serta dapat mengikuti kegiatan olahraga di sekolah dengan baik, karena di samping dapat menyehatkan tubuh, siswa juga dapat bermain sambil berolahraga yang di minatnya.

Sehingga dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk terus melatih kemampuannya dalam menguasai teknik-teknik dalam olahraga. Dengan adanya bakat yang di miliki siswa terhadap olahraga yang di minatnya, maka akan menimbulkan motivasi yang tinggi dalam menekuni

olahraga tersebut.

Motivasi yang tinggi akan membuat siswa menjadi bersungguhsungguh dalam mengikuti semua kegiatan olahraga yang mereka minati dengan tujuan untuk mencapai prestasi di dalam olahraga.

Salah satu cabang olahraga permainan yang masuk ke dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah adalah bolavoli.

Untuk bermain bolavoli harus ditunjang juga dengan memiliki teknik dasar bermain bolavoli. Teknik dasar permainan bola voli terdiri dari beberapa teknik dasar seperti teknik dasar passing bawah, passing atas, smash, servis bawah, servis atas dan bendungan.

Perkembangan dunia olahraga khususnya bola voli pada masa sekarang mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal ini terbukti dengan adanya banyak event yang diselenggarakan baik bersifat daerah, nasional, regional, maupun internasional.

Di Indonesia olahraga bola voli berkembang sangat pesat, hal ini terbukti dengan banyak diadakannya kompetisi bola voli secara regular yang dilakanakan setiap tahun yang bertujuan unukk mencari bibit pemain yang nantinya akan dijadiakn pemain nasional. Kompetisi-kompetisi itu antara lain kejuaraan nasional antar klub, liga voli Indonesia dan lain sebagainya.

Kemampuan tehnik dan keterampilan yang dimiliki merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam permainan bola voli. Teknik adalah suatu proses melakukan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli.

Pada dasarnya seseorang melakukan aktivitas kegiatan atau tingkah laku selalu didasari dengan adanya motivasi. Semakin

besar motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas atau tingkah laku, maka semakin besar pula kemungkinan orang tersebut mencapai keberhasilan dan kesuksesan.

Sebaliknya semakin kecil motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas atau tingkah laku, maka semakin kecil pula kemungkinan untuk meraih keberhasilan dan juga kesuksesan. Jadi, motivasi diperlukan untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan terutama kegiatan olahraga di sekolah guna mencapai prestasi.

Dinegara-negara yang sudah maju dalam olahraga, latihan-latihan untuk menuju prestasi yang tinggi sudah dilakukan sedini mungkin, sejak anak berumur muda sudah mengikuti program-program yang teratur dan meningkat secara bertahap dalam jangka panjang.

Untuk menjadi seorang pemain bola voli yang baik dibutuhkan latihan yang teratur dan terprogram serta dibawah bimbingan pelatih yang menguasai teknik dasar bola voli dan pengetahuan tentang metode latihan bola voli.

Melalui latihan yang teratur dan terprogram diharapkan akan lahir pemain-pemain yang menguasai semua bagian dan macam-macam teknik dasar serta keterampilan bermain bola voli.

Dilihat dari uraian diatas bahwa untuk menguasai teknik dasar bermain bola voli yang baik, seorang pemain harus mempunyai kemauan yang besar untuk menguasai teknik dasar bermain bolavoli. Karena teknik dasar bermain bola voli merupakan faktor penting dan mendasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain.

Salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). PJOK merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain

untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Menurut Arie (2015) Peran guru Penjaskes dalam memberikan motivasi pada siswa sangat mendukung siswa dalam proses belajarnya. PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, penalaran,

stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan 2 pendidikan nasional (Depdiknas, 2003).

Menurut Rasyid, W., Emral, & Arsil. (2003) dalam mencapai tujuan mata kuliah penjas disusun program satuan perkuliahan yang dituangkan dalam silabus mata kuliah yang berisi: manfaat olahraga terhadap kesehatan, kebugaran jasmani dan latihannya, cedera olahraga, praktek kebugaran jasmaniantara lain: Bola Voli, Bola Basket, Bola Kaki, senam Kondisidan Atletik.

. Bentuk aktivitas fisik tidak harus berolahraga, kegiatan seperti berolahraga bermain, menari, berkebun, dan bahkan membersihkan rumah dan membawa belanjaan berat adalah bagian dari aktif secara fisik. (WHO,2020).

Minat belajar dapat diukur melalui 4 indikator sebagaimana yang disebutkan oleh Slameto dalam Nurhasanah, A. Sobandi (2016) ketertarikan untuk belajar, perhatian dalam belajar, motivasi belajar dan pengetahuan.

Menurut Sepriadi (2021) Dalam proses pembelajaran, minat merupakan salah satu dari dalam diri peserta didik sebagai awal

penggerakan untuk siswa dalam belajar dapat digunakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Ketertarikan untuk belajar diartikan apabila seseorang yang berminat terhadap suatu pelajaran maka ia akan memiliki perasaan ketertarikan terhadap pelajaran tersebut.

Ia akan rajin belajar dan terus memahami semua ilmu yang berhubungan dengan bidang tersebut, ia akan mengikuti pelajaran dengan penuh antusias dan tanpa ada beban dalam dirinya. Perhatian merupakan konsentrasi atau aktivitas jiwa seseorang terhadap pengamatan, pengertian ataupun yang lainnya dengan mengesampingkan hal lain dari pada itu.

Menurut Hasriwandi, dkk (2018) Minat sangat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa maka siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik tersendiri baginya. Sehingga siswa malas untuk belajar, siswa tidak memperoleh kepuasan dari pelajaran itu.

Menurut Damrah, (2018) Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan.

Pengertian ini didukung oleh adanya pernyataan pemahaman bahwa: "Manakalah pikiran (mental) dan tubuh disebut sebagai dua unsur yang terpisah, pendidikan, pendidikan jasmani yang menekankan Pendidikan fisik.

Melalui pemahaman sisi kealamian fitrah manusia Ketika sisi keutuhan individu adalah suatu fakta yang tidak dapat

dipungkiri, pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui fisik. Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motoric, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap mental emosional spiritual social), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Menurut Zulbahri, Z & Astuti Y,(2000) menyatakan bahwa dalam pelaksanaan disekolah maupun di perkuliahan, pembelajaran dikembangkan dengan beberapa cabang ilmu pengetahuan sesuai dengan tujuan dan hasil yang akan dicapai melalui pembelajaran tersebut, diantaranya yaitu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan sebagai bagian dari pendidikan umum disekolah yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani,

keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan.

Menurut (Erianti,2004) Permainan bolavoli merupakan permainan yang dimainkan sebanyak 6 (enam) orang dalam 1 regu, setiap regu berusaha bermain sebaik mungkin dan berusaha bermain sebaik mungkin dan dapat menyerang, mematikan bola ke daerah lawan serta bertahan di daerah lapangan sendiri.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa pemain dalam suatu regu harus dapat menyerang untuk mendapatkan angka dan bertahan di daerah sendiri.

Tamat dan Mirman (Dalam Deswandi, F. U., Ihsan, N, 2018:50) mengemukakan bahwa "Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan usaha untuk mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak kearah kehidupan yang sehat jasmani dan rohani.

"Usaha tersebut berupa kegiatan jasmani atau fisik yang diprogram kan secara ilmiah, terarah, dan sistimatis, yang disusun oleh Lembaga pendidikan yang kompeten.

Dalam kaitannya dengan PJOK, yang baik saat proses pembelajaran, guru PJOK perlu mengupayakan peningkatan dalam kualitas pembelajaran dan efektivitas model pembelajaran terutama materi bola voli untuk siswa sekolah menengah pertama kelas VIII.

Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan potensi dasar manusia yang berkualitas, memiliki daya saing dan kemampuan menghadapi perubahan yang sangat pesat, untuk itu pendidikan harus berorientasi ke masa yang depan yang memperhatikan tuntutan kemampuan zaman seutuhnya (Nur, Nirwandi, & Asmi 2018).

Mata pelajaran yang diajarkan disemua jenjang sekolah adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehaan, yang merupakan salah satu sarana untuk mencapai tujuan pendidikan nasional (Ihsan, Wahyuri, & Aripin. 2017)

PP No 19 tahun 2005 memdefinisikan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan keterampilan motoric, pengetahuan, dan perilaku pokok bahasan, program mingguan, dan harian, pengayaan dan remedial, serta program bimbingan dan konseling.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei, artinya memperoleh data dengan teknik menilai / tes. Agar diperoleh tujuan yang sesuai dengan yang diharapkan, maka penggunaan metode penelitian harus tepat dan mengarah pada tujuan penelitian.

Dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah studi motivasi dan keterampilan teknik dasar atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang. Variabel penelitian ini adalah motivasi dan teknik dasar (passing dan servis) atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang.

Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet bola voli di SMAN 3 Kota Padang Panjang yang berjumlah 12 orang dan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Total Sampling, yaitu seluruh atlit bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang yang berjumlah 12 orang.

Instrumen penelitian menggunakan Angket untuk mengukur motivasi dan lembar observasi unuk menilai keterampilan Teknik dasarbola voli diantaranya.

- a. *Passing Atas dan Bawah (Brady Wall Volley Tes)*



Gambar 1. Passing atas dan passing bawah
 Sumber: dokumentasi penelitian

Testi memvoli ke tembok sasaran yang berukuran lebar 152 cm dan tinggi dari lantai 2,60 meter. Setelah aba-aba dari petugas, testi memvoli bola sebanyak mungkin dalam satu menit jika bola sulit dikuasai boleh ditangkap dan diteruskan kembali sampai ada aba-aba berhenti dari petugas

b. servis



Gambar 1. Servis

Sumber: dokumentasi penelitian

Testi berada dalam daerah servis dan melakukan servis yang sah sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk servis. Testi dapat menggunakan tipe servis apapun dengan peraturan yang berlaku

Analisa data penelitian ini menggunakan Teknik analisis statistic deskriptif.

HASIL

1. Motivasi Atlet Bola Voli

Dari hasil pengolahan data maka dapat dijelaskan melalui tabel frekuensi didapatkan dari 12 orang sampel yang diteliti, nilai minimum adalah 131 poin, sedangkan nilai maksimum adalah 158 point. Nilai tengah (mean) dari seluruh point yaitu 148,5 poin.

Jika dikelompokkan menjadi kategori motivasi tinggi dan kategori motivasi rendah, didapatkan hasil yang memiliki motivasi

belajar yang tinggi dengan persentase 66,67% dengan nilai minimum 149, dan nilai maksimum 158 poin. Sedangkan kelompok yang memiliki motivasi belajar rendah memiliki persentase 33,33% dengan nilai minimum 131 dan nilai maksimum 147 poin.

Untuk lebih jelasnya mengenai hasil pengolahan data tersebut, dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar

No	Hasil	Kategori	Kelompok	Frekuensi (%)
1	158	Tinggi	Motivasi Belajar Tinggi	66,67
2	155	Tinggi		
3	154	Tinggi		
4	153	Tinggi		
5	151	Tinggi		
6	150	Tinggi		
7	150	Tinggi		
8	149	Tinggi		
9	147	Rendah	Motivasi Belajar Rendah	33,33
10	146	Rendah		
11	138	Rendah		
12	131	Rendah		

Sumber : Data Penelitian

2. Keterampilan Teknik Dasar

a. Passing Atas

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Passing Atas Atlet Bola Voli

No	Interval	Kategori	Frek	(%)
1	86 – 100 %	Istimewa	1	9
2	69 – 85 %	Baik Sekali	4	33
3	52 – 68 %	Baik	4	33
4	35 – 51 %	Sedang	3	25
5	18 – 34 %	Kurang	0	0
6	0 – 17 %	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			12	100

Sumber : Data penelitian

Terlihat dalam tabel 2 bahwa kemampuan atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam *Passing Atas* adalah sebagai berikut : untuk kategori istimewa sebanyak 9%, kategori baik sekali sebanyak 33%, kategori

baik 33%, kategori sedang 25%, kategori kurang 0%, dan kategori kurang sekali 0%.

b. Passing Bawah

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Passing Bawah

No	Interval	Kategori	Frek	(%)
1	86 – 100 %	Istimewa	2	17
2	69 – 85 %	Baik Sekali	10	83
3	52 – 68 %	Baik	0	0
4	35 – 51 %	Sedang	0	0
5	18 – 34 %	Kurang	0	0
6	0 – 17 %	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			12	100

Sumber : Data penelitian

Terlihat dalam tabel 3 bahwa kemampuan atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam *Passing Bawah* adalah sebagai berikut : untuk kategori istimewa sebanyak 17%, kategori baik sekali sebanyak 83%, kategori baik 0%, kategori sedang 0%, kategori kurang 0%, dan kategori kurang sekali 0%.

c. Servis Atas

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Servis Atas

No	Interval	Kategori	Frek	(%)
1	86 – 100 %	Istimewa	1	8
2	69 – 85 %	Baik Sekali	3	25
3	52 – 68 %	Baik	7	59
4	35 – 51 %	Sedang	1	8
5	18 – 34 %	Kurang	0	0
6	0 – 17 %	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			12	100

Sumber : Data penelitian

Terlihat dalam tabel 4 bahwa kemampuan atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam *Servis Atas* adalah sebagai berikut : untuk kategori istimewa sebanyak 8%, kategori baik sekali sebanyak 25%, kategori baik 59%, kategori sedang 8%, kategori kurang 0%, dan kategori kurang sekali 0%.

d. Servis Bawah

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Servis Bawah

No	Interval	Kategori	Frek	(%)
1	86 – 100 %	Istimewa	0	0
2	69 – 85 %	Baik Sekali	9	75
3	52 – 68 %	Baik	3	25
4	35 – 51 %	Sedang	0	0
5	18 – 34 %	Kurang	0	0
6	0 – 17 %	Kurang Sekali	0	0
Jumlah			12	100

Sumber : Data Olahan Penelitian 2023

Terlihat dalam tabel 5 bahwa kemampuan atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam *Servis Bawah* adalah sebagai berikut : untuk kategori istimewa sebanyak 0%, kategori baik sekali sebanyak 75%, kategori baik 25%, kategori sedang 0%, kategori kurang 0%, dan kategori kurang sekali 0%.

PEMBAHASAN

Dari analisis data yang telah dikemukakan sebelumnya, didapatkan tingginya motivasi atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam bermain voli, serta pada keterampilannya passing atas baik sekali, passing bawah baik sekali, servis atas baik dan servis bawah baik sekali.

Jadi dapat disimpulkan bahwa atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang memiliki Motivasi yang tinggi serta mempunyai keterampilan bermain bola voli yang sangat baik sekali.

Menurut Nursalim dalam Wulandari (2014:600) mengatakan bahwa “ Motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif atau motif-motif menjadi tindakan atau perilaku untuk memenuhi kebutuhan dalam mencapai tujuan.”

Dalam hasil penelitian tersebut juga diketahui bahwa nilai korelasi hanya berada pada tingkat "cukup" dengan nilai korelasi sebesar 0,371 dan ini bukanlah angka yang menunjukkan bahwa seratus persen hanya motivasi belajar saja yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mendapatkan nilai hasil belajar yang memuaskan.

Kemampuan teknik dan keterampilan yang dimiliki merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam permainan bola voli. Teknik adalah suatu proses melakukan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli.

Pada dasarnya seseorang melakukan aktivitas kegiatan atau tingkah laku selalu didasari dengan adanya motivasi. Semakin besar motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas atau tingkah laku, maka semakin besar pula kemungkinan orang tersebut mencapai keberhasilan dan kesuksesan.

Sebaliknya semakin kecil motivasi seseorang dalam melakukan aktivitas atau tingkah laku, maka semakin kecil pula kemungkinan untuk meraih keberhasilan dan juga kesuksesan. Jadi, motivasi diperlukan untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan terutama kegiatan olahraga di sekolah guna mencapai prestasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa Motivasi atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang dalam bermain voli termasuk dalam kategori motivasi belajar tinggi dengan jumlah persentase 66,67%,

Sedangkan keterampilan teknik dasar atlet bola voli SMAN 3 Kota Padang Panjang memiliki keterampilan bermain bola voli yang

sangat baik sekali.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2010. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktis. Jakarta. Rineka cipta
- Arikunto. 2014. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktis. Jakarta. Rineka cipta
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4(1), 17-29.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 160-175.
- Astuti, Y., Erianti, E., Zulfahri, Z., Pitnawati, P., & Arsil, A. (2020). Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 9(2), 83-91.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16-27.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini (studi eksperimen pada siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak

- Kecamatan Koto Tengah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 01-16.
- Astuti, Y. (2018). Pengaruh metode drill terhadap keterampilan bermain bolavoli mini pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Curricula*, 3(1), 53-71.
- Aziz, ishak. 2016. Dasar-dasar penelitian olahraga. Jakarta: Kencana
- Damrah,(2018).bahan ajar dasar dasar Ilmu pendidikan jasmani. Padang:FIK UNP
- Darmawan, A. (2016). Analisis Swot Pembinaan Prestasi Di Pgsi (Persatuan Gulat Seluruh Indonesia) Kabupaten Lamongan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 43–52.
- Depdiknas. (2003). Standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani.
- Erianti (2020). *BOLA VOLI*. Padang. SUKABINA Press.Erianti & Yuni Astuti. (2019). *BOLA VOLI*. Padang. SUKABINA Press.
- Febrio, D., Sepriadi, S., Zulman, Z., & Lawanis, H. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola Voli
- Ikhsan, N. 2017. Hubungan Motivasi Kerja Dengan Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Pengelolaan Pembelajaran. *Jurnal MensSana*, 2(1), 55-64
- Nur, Madri & Zalfendi, "Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang", *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76, Jun. 2018
- Nur, H., Nirwandi, & Asmi, A. (2018). Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar. *Menssana*, 3, 4.
- Nurhasanah, S. (n.d.).
- Nur, H. W., Nirwandi, N., & Asmi, A. 2018. Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal MensSana*, 3(2), 93-101.
- Marta, I. A., & Neldi, H. (2023). Hand Eye Coordination and Explosive Power of Limb Muscles for Under Ring Ability in playing Basketball. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(1), 1-14.
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- Rasyid, W., Emral, & Arsil. (2003). *PROFIL KESEGERAN JASMANI MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI PADANG DITINJAU DARI ASPEK SIKAP MAHASISWA TERHADAP OLAHRAGA*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Rosmawati, F. U. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Club

Futsal Sekolah Menengah Kejuruan
Nusatama Padang. *Jurnal Menssana*,
1(2), 11-19.

Sari, Dessi Novita. "Tinjauan kebugaran
jasmani siswa sekolah dasar." *Jurnal
Sporta Sainatika* 5.2 (2020): 133-138.

Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah,
S. (2020, August). Contributions of Arm
Muscle Strength Against Forehand
Drive Skills for Table Tennis Athletes.
In *1st International Conference of Physical
Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123).
Atlantis Press.

Sepriadi. (2021). Minat Siswa SMP Terhadap
Pembelajaran PJOK Secara Daring Pada
Masa New Normal. *urnal Physical
Activity Journal (PAJU)*, 2, 4.

Sugiyono (2018). Metode Penelitian
Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.
Bandung : Alfabeta.

Yessi, Arie Asnaldi, Hendri Neldi, Sepriadi,
Edwarsyah, 2023 pelaksanaan
pembelajaran pendidikan jasmani
olahraga dan kesehatan

Yulifri & Sepriadi. (2018). Hubungan daya
ledak otot tungkai dan otot lengan
dengan ketepatan smash atlet bolavoli
gempar Kabupaten Pasaman Barat.
Jurnal Menssana, 3(1), 19-32.