

## Studi Kemampuan Smash Pemain Bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto

Roni Ardi Wiguna<sup>1</sup>, John Arwandi<sup>2</sup>

Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[roniaw30011995@gmail.com](mailto:roniaw30011995@gmail.com), [arwandijohn@yahoo.co.id](mailto:arwandijohn@yahoo.co.id)

Kata kunci: Studi Kemampuan

**Abstrak:** Masalah dalam penelitian ini berawal, masih belum begitu baik kemampuan smash secara keseluruhan pemain bola Delta Harapan Kota Sawahlunto. Populasi penelitian ini adalah 20 pemain dalam pemain bola voli Delta Harapan di Kota Sawahlunto. Sampel dari penelitian ini adalah 20 pemain dari pemain bola voli Harapan di Kota Sawahlunto. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling Metode yang digunakan adalah teknik tes. kemampuan smash. Metode manajemen data menggunakan analisis statistik deskriptif persentase. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa kemampuan smash, 3 pemain termasuk dalam kategori kurang, diikuti oleh 11 pemain termasuk dalam kategori cukup. Kemudian 4 pemain kategori baik. Selanjutnya, 2 pemain kategori sangat baik. Dan rata-rata smash terendahnya adalah 38, sedangkan yang tertinggi adalah 85. T smash rata-rata 20 pemain bola voli adalah 1175. Secara keseluruhan sebagian besar pemain bola voli Delta Harapan di Sawahlunto cukup atau sedang.

**Keywords:** *Capability Studies*

**Abstract:** *The problem in this study begins, there is still not so good overall smash ability of Delta Harapan City soccer players in Sawahlunto. City. The population of this research is 20 players in Delta Harapan volleyball players in Sawahlunto City. The sample of this study was 20 players from Harapan Harapan volleyball players in Sawahlunto City. Sampling using purposive sampling technique The method used is a test technique. smash ability. Data management methods use percentage descriptive statistical analysis. Based on the results of the study, it is known that smash ability, 3 players included in the less category, followed by 11 players included in the category enough. Then 4 players are in a good category. Furthermore, 2 players are in a very good category. And the lowest average smash is 38, while the highest is 85. The average T smash of 20 volleyball players is 1175. Overall most of the Harapan Harapan volleyball players in Sawahlunto are sufficient or moderate.*

### PENDAHULUAN

Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi yang optimal pada cabang-cabang olahraga tertentu. Seperti yang tercantum pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu "Sistem keolahragaan Nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, berjenjang, sistematis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan,

pengembangan dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional".

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kualitas hidup manusia, baik secara jasmania maupun rohania. Di samping itu melalui pembinaan olahraga dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem keolahragaan nasional

Pembinaan olahraga prestasi merupakan pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga. Menurut Syafruddin (2014) menyatakan bahwa: "olahraga bolavoli merupakan olahraga permainan yang membutuhkan latihan-latihan yang terarah dan sistematis seperti faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan psikis. Kerjasama ke empat faktor ini menentukan prestasi atau kemampuan dalam pertandingan.

Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang sudah berkembang pesat di Indonesia dan cukup populer sampai ke pelosok daerah. Hal ini terbukti dari banyaknya pertandingan-pertandingan mulai dari tingkat desa, kecamatan, kabupaten, provinsi, dan nasional bahkan kejuaraan pada tingkat internasional, dan juga banyak yang menyenangi olahraga bolavoli baik dari kalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa putra ataupun putri. Untuk dapat meraih prestasi yang optimal dalam olahraga bolavoli dapat ditentukan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penguasaan teknik.

Menurut Erianti, (2011:142) "Penguasaan teknik dalam permainan bolavoli sangatlah penting, karena seni dalam permainan bolavoli terlihat dalam pemain yang sudah menguasai teknik tinggi hingga menyerupai akrobatik dengan pukulan-pukulan dan tipu muslihat yang akan membuat penonton terpesona dalam menyaksikannya". Dengan demikian dapat dikatakan atau dapat diartikan teknik sebagai fundamental dalam suatu cabang olahraga, begitu juga dalam cabang olahraga permainan bolavoli.

Berpedoman pada kutipan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diartikan bahwa dalam memainkan permainan bolavoli, tentunya teknik yang ada di dalamnya perlu dikuasai, seperti; *servis*, *passing (pas atas dan pas bawah)*, *umpan*, *smash*, dan *block*. Kelima teknik dasar tersebut semuanya saling berkaitan dan saling menunjang. Sebab, jika salah satu diantaranya tidak dimiliki oleh seorang atlet maka permainan bolavoli tidak akan menarik dan tidak mencapai hasil yang optimal. Jadi, kualitas permainan bolavoli sangat tergantung pada penguasaan teknik dasarnya. Atlet atau pemain yang menguasai teknik dasar dengan baik akan dapat menampilkan permainan dengan terampil.

Kemampuan *smash* dibutuhkan oleh pemain atau atlet setiap saat dan berulang kali untuk mencapai poin penuh atau perolehan angka demi angka. Oleh sebab itu dalam melakukan *smash* untuk berulang-ulang kali sangat dibutuhkan daya tahan pemain khususnya daya tahan kekuatan. Dalam hal ini, daya tahan kekuatan berperan dalam melakukan lompatan tinggi. Apabila lompatan sudah tinggi, hal ini memudahkan untuk melakukan kemampuan *smash*.

Untuk menghasilkan *smash* yang kuat dan akurat, tentu tidak terlepas dari kekutan yang diberikan oleh otot tungkai dan otot lengan sehingga nantinya diharapkan dengan *smash* yang kuat dan akurat bisa menghasilkan angka dengan matinya bola dipihak lawan. Karena *smash* salah satu serangan untuk mematikan bola dipihak lawan, atau supaya lawan tidak dapat menahan bola dengan baik. Untuk melakukan penyerangan tentu *smash* memiliki kedudukan yang sangat penting dalam menentukan sebuah kemenangan. Oleh sebab itu para pelatih bolavoli selalu berusaha untuk menciptakan bentuk-bentuk teknik *smash* yang dapat menyulitkan lawan untuk mendapatkan angka agar memperoleh kemenangan dalam satu permainan atau pertandingan.

Factor pendukung lainnya yang juga sangat menentukan keberhasilan *smash* adalah bola umpan. Yunus (1992) mengemukakan bahwa: "umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat di sarangkan ke daerah lawan dalam bentuk *smash*". Dari pendapat ahli di atas terlihat betapa pentingnya umpan dalam pelaksanaan *smash*. Seorang *smasher* akan lebih mudah melakukan *smash* bila pengumpan dapat menyajikan bola umpan dengan baik.

Posisi tubuh di udara juga merupakan faktor pendukung dalam pelaksanaan *smash*. Menurut Suharno (1993:34) bahwa: "setelah *smasher* di udara dan lengan sudah terangkat ke atas di lanjutkan gerakan memukul bola dan hasil pukulan akan lebih sempurna apabila *smasher* menggunakan lecutan tangan, lengan dan membungkukkan badan merupakan kesatuan gerak harmonis". Dari pendapat ahli di atas terlihat bahwa perpaduan antara lecutan tangan dan membungkukkan badan di udara pada saat

melakukan *smash* akan menentukan hasil pukulan yang dilakukan *smasher*.

Proses pelaksanaan *smash* juga di dukung oleh koordinasi mata-tangan yang tak kalah penting dari faktor lainnya. Sebelum melakukan *smash* terlebih dahulu seorang *smasher* harus memperhatikan daerah sasaran yang akan menjadi tujuan *smash*nya. Setelah mengetahui daerah yang akan di tuju barulah *smasher* melakukan *smash*. Koordinasi mata-tangan sangat menentukan keefektifan suatu serangan dalam permainan bolavoli. Dengan adanya koordinasi mata-tangan seorang *smasher* bisa memilih daerah tujuan *smash* yang membuat lawan kesulitan untuk mengembalikan bola sehingga bisa menghasilkan point.

Tim bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto merupakan salah satu tim bolavoli yang ada di Kota Sawahlunto, tim ini sudah lama berdiri. Pada saat sekarang ini jumlah pemain yang aktif melakukan latihan adalah sebanyak 20 orang dan di ketuai oleh bapak hermi dan roma sebagai pelatih. Tim bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto merupakan tim unggulan yang di harapkan bisa meraih juara pada ajang-ajang turnamen tingkat kota Sawahlunto maupun sesumbar. setelah di amati pada saat latihan pemain bola voli Delta Harapan Kota Sawahlunto ini memiliki kemampuan *smash* yang masih cukup baik. Namun saat di latihan dan di lapangan tidak sesuai dengan yang di harapkan. Pada saat pertandingan *smash* yang diharapkan bisa mencari point untuk kemenangan tapi tidak bisa terlaksana dengan baik. Hal ini terlihat pada saat tim ini diturunkan pada acara open turnamen bolavoli sesumbar pada tahun 2016, 2017 dan berbagai turnamen yang ada di Kota Sawahlunto dan juga di luar Kota Sawahlunto. Akan tetapi tim ini tidak dapat meraih gelar juara, juga pada kejuaran PORKOT pertama kota sawahlunto yang diadakan tahun 2017 lalu. Ketika diamati langsung dari setiap kejuaran bolavoli, pada set pertama atlit bolavoli ini dapat melakukan *smash* dengan baik, namun setelah berlanjut ke set selanjutnya *smash* atlit sudah berkurang, hal ini terlihat dari bola yang dipukul sering keluar lapangan, membentur net, dan mudah diterima oleh lawan. Seharusnya bola dipukul dan diarahkan pada tempat atau daerah lapangan lawan yang kosong dan tidak terjaga serta sulit

dijangkau oleh pemain lawan. Maka dari pada itu saya ingin meninjau kemampuan *smash* pemain bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto seberapa baik kemampuan *smash* pemain bolavoli Delta Harapan dan seberapa rendah kemampuan *smash* pemain bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto.

Agar dapat lebih jauh mengetahui penyebab faktor-faktor yang mana mempengaruhi kemampuan *smash*, maka perlu dilakukan suatu penelitian. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis melakukan suatu penelitian dengan judul "Studi Terhadap Kemampuan *Smash* Pemain Bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto".

## METODE

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain bolavoli Delta Harapan yaitu yang berjumlah 20 orang atlet putra. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan mengambil sampel secara keseluruhan (*total sampling*). Teknik analisis data dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif yang akan dianalisis secara deskriptif persentase.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Tes Kemampuan *smash*

Dari data di sajikan berupa data yang di peroleh dari lapangan melalui tes *smash* bolavoli klub Delta Harapan Kota Sawahlunto. Data terdiri dari hasil kemampuan *smash* bolavoli yang di lakukan oleh pemain Delta Harapan sebanyak 30 kali tes *smash diagonal dan frontal*. Di mana distribusi data tersebut terdiri dari kemampuan *smash minimum, maaksimun, median, mean dan standar deviasi*.

Selanjutnya untuk mengetahui kemampuan *smash* bolavoli klub delta harapan Kota Sawahlunto, maka dapat di temukan hasil data kemampuan *smash* bolavoli dari 20 pemain klub Delta Harapan Kota Sawahlunto, nilai terendah adalah 38 dan nilai tertinggi 85. Distribusi skor menghasilkan rata-rata hitung (*mean*) 58,75, simpang baku (*standar deviasi*) 14.263959 dan nilai tengah (*median*)55.5.

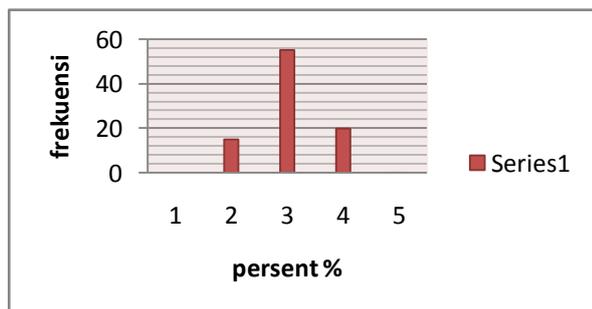
hasil tes kemampuan *smash* bolavoli yang telah di laksanakan dengan 30 kali tes *smash diagonal dan frontal* terhadap 20 pemain bolavoli Delta Harapan di peroleh nilai dari 38 sampai 85. Hasil *smash* terendah yaitu 38 dan hasil *smash*

tertinggi yaitu 85, dengan rata-rata hasil kemampuan *smash* dari 20 pemain Delta Harapan Kota Sawahlunto yaitu 1175.

Tabel 1. Persentase kemampuan *smash*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Biak sekali	2	20%
2	Baik	4	40%
3	Cukup	11	55%
4	Kurang	3	15%
5	Kurang sekali	0	0%

Berdasarkan tabel di atas dapat di lihat dari 20 orang pemain bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto, 3 orang pemain dengan persent (15%) mempunyai hasil *smash* antara 21-40 termasuk dalam kategori kurang, di ikuti 11 orang pemain dengan persent (55%) mempunyai hasil *smash* antara 41-60 termasuk dalam kategori cukup. Kemudian 4 orang pemain dengan persent (20%) mempunyai hasil *smash* antara 61-80 termasuk dalam kategori baik. Selanjutnya 2 orang pemain dengan persent (10%) mempunyai hasil *smash* antara 81-100 termasuk dalam kategori baik sekali.



Grafik 1. Hasil kemampuan *smash* bolavoli pemain Delta Harapan Kota Sawahlunto

## PEMBAHASAN

Hasil tes kemampuan *smash* bolavoli yang telah di laksanakan dengan 30 kali tes *smash diagonal* dan *frontal* terhadap 20 pemain bolavoli Delta Harapan di peroleh nilai hasil *smash* terendah yaitu 38 dan hasil *smash* tertinggi yaitu 85, dengan rata-rata hasil kemampuan *smash* dari 20 pemain Delta Harapan Kota Sawahlunto yaitu 1175. maka di peroleh hasil dari 20 orang pemain, 3 orang pemain dengan persent (15%) mempunyai hasil *smash* antara 21-40 termasuk dalam kategori kurang, di ikuti 11 orang pemain dengan persent (55%) mempunyai hasil *smash* antara 41-60 termasuk dalam kategori cukup.

Kemudian 4 orang pemain dengan persent (20%) mempunyai hasil *smash* antara 61-80 termasuk dalam kategori baik. Selanjutnya 2 orang pemain dengan persent (10%) mempunyai hasil *smash* antara 81-100 termasuk dalam kategori baik sekali. Secara keseluruhan berdasarkan dan hasil tes kemampuan *smash* yang telah di lakukan, dari 20 orang pemain bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto yang mengikuti tes *smash* bolavoli 3 orang pemain memiliki kemampuan *smash* kurang, sedangkan 11 orang pemain memiliki kemampuan *smash* cukup dan 4 dan 2 orang pemain memiliki kemampuan *smash* baik sekali. Dengan demikian kemampuan *smash* bolavoli pemain Delta Harapan kota Sawahlunto masih sedang atau masih cukup.

Dari temuan peneliti di lapangan dapat di lihat bahwa kemampuan daya ledak otot tungkai pemain Delta Harapan tersebut masih banyak yang rendah dan perlu ditingkatkan lagi secara keseruluhan. Karena dari keseruluhan pemain hanya 6 orang yang memiliki kemampuan *smash* yang baik. Daya ledak otot tungkai yang rendah tentunya dapat mempengaruhi kemampuan *smash* pemain Delta Harapan Kota Sawahlunto, sebab jika seorang pemain bolavoli yang memiliki daya ledak yang rendah dapat berpengaruh terhadap kualitas pemain saat melakukan *smash*, sehingga memungkinkan tim susah mencari point. Karena tujuan dari *smash* adalah mencari point sebanyak-banyaknya. Dalam melakukan *smash* tidak hanya daya ledak otot tungkai yang memperngaruhi tetapi banyak faktor-faktor lain seperti : daya ledak otot lengan, kelentukran, keseimbangan, bola umpan, koordinasi mata tangan dan posisi tubuh di udara. Jadi dapat di simpulkan bahwa pemain bolavoli Delta Harapan mempunyai kemampuan *smash* sedang atau cukup, oleh karena itu pemain harus meningkatkan kemampuan *smash*nya. Karena Pemain bolavoli tidak terlepas dari beberapa faktor-faktor pendukung yaitu: daya ledak otot tungkai, keseimbangan, kelenturan, daya ledak otot lengan, koordinasi mata tangan, bola umpan dan posisi tubuh di udara saat melakukan *smash*. Jika daya ledak pemain bolavoli klub Delta Harapan baik maka kemampuan *smash*nya baik juga, begitu pula faktor-faktor lainnya.

Dengan demikian, dapat di simpulkan bahwa kemampuan *smash* pemain bolavoli Delta

Harapan Kota Sawahlunto, di lihat dari aspek kemampuan *smash*nya yang di miliki sekarang masih sedang. Untuk itu perlu di tingkatkan lagi dengan cara melakuka proses latihan yang terencana dan sistematis serta di laksanakan secara continue dan berkesinambungan untuk menghasilkan kemampuan *smash* yang lebih baik nantinya, sehingga dengan kemampuan *smash* yang baik dan di dukung dengan faktor-faktor yang memperngaruhi kemampuan *smash* dapat di harapkan meningkatkan prestasi pemain bolavoli Delta Harapan Kota Sawahlunto.

Erianti (2011) mengatakan bahwa *smash* merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan kompleks yang terdiri dari:1) langkah awal, 2) tolakkan untuk meloncat, 3) saat mendarat kembali setelah memukul bola. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dalam melakukan *smash* ada tiga tahap yang harus diperhatikan oleh atlet bolavoli yaitu langkah awal, tolakkan untuk meloncat dan sikap saat mendarat kembali setelah memukul bola. Proses gerakan *smash* secara keseluruhan dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Sikap permulaan

Berdiri seoranglebih kurang 45 derajat dengan jarak 3 sampai 4 m darinet

2) Gerak Pelaksanaan

Dengan langkah biasa langkahkan kaki kiri ke depan dan diikuti dengan langkah kaki kanan yang panjang,lalu kaki kiri diletakan di samping kiri sambil menekuk lutut rendah. Kedua lengan berada di belakang dada,segera melakukan tolakan sambil mengayunkan lengan kedepan atas, pada saat loncatan tertinggi,segera meraih dan memukul bola setinggi-tingginya di atas net.

3) Gerak lanjutan

Menjaga keseimbangan badan agar tidak menyentuh dan menabrak net serta mendarat kembali dengan menumpuk pada dua kaki sambil mengeper lalu kembali mengambil sikap siap normal.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *smash* bolavoli pemain Delta Harapan kota Sawahlunto masih di bilang cukup.

## DAFTAR RUJUKAN

- Blume. 2004. *Permainan bolavoli*. UNP Padang
- Erianti. 2004.*Buku ajar Bola Voli*.FIK UNP
- Suharno, HP.1985. *Ilmu Coaching Umum*. (diiktat). Yogyakarta.
- Syafruddin. 2014. *Permainan Bola Voli (Alih Bahasa)*. Padang: FIK UNP.
- Undang-Undang RI No.3.2005.*Sistem Keolahragaan Nasional*.Yogyakarta: Pustaka Yustisia.
- Yunus,M. 1992.*Olahraga Pilihan Bola Voli* : Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan