

Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Bolavoli Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Payakumbuh

Dony Sukmajaya¹, Erianti², Yuni Astuti³, Haripah Lawanis⁴

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

donyusukmajaya@gmail.com¹, erianti@fik.unp.ac.id², yuniastuti@fik.unp.ac.id³,

haripahlawanis@fik.unp.ac.id⁴

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.12.2025.10>

Kata Kunci : Kemampuan Teknik, Bolavoli

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini belum diketahuinya tingkat kemampuan pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh. Penelitian bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif, menurut Yusuf (2005:62) menyatakan "Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat, mengenai fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail". Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Payakumbuh yang terletak di Jl. Merapi No. 4 Tiakar, Kel. Balai Batimah, Kec. Payakumbuh timur, Kota Payakumbuh, Sumatera Barat. Penelitian dilakukan pada tanggal 13 bulan Juni 2025. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang, pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Purposive Sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan pada maksud yang telah ditetapkan sebelumnya atau dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu yaitu berjumlah 14 orang. Untuk mendapatkan data penelitian, menggunakan tes kemampuan teknik bolavoli yaitu, servis atas, passing atas, passing bawah, dan smash. Hasil penelitian dari 14 orang kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, untuk kategori baik sekali ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik bolavoli kategori baik ada 3 orang (21,43%), kemampuan teknik bolavoli kategori sedang 4 orang (28,57%), kategori kurang ada 6 orang (42,86%) dan kategori kurang sekali 0. Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan teknik kategori sedang.

Keywords : *Technical Skills, Volleyball*

Abstract : *The issue in this study is the unknown level of volleyball technical skills among students at SMA Negeri 1 Payakumbuh. The purpose of this research is to determine the level of basic volleyball skills of the students at SMA Negeri 1 Payakumbuh. This research is a **descriptive study**, as stated by Yusuf (2005:62), "Descriptive research is a type of research aimed at systematically, factually, and accurately describing the facts and characteristics of a particular population, or attempting to depict a phenomenon in detail." This study was conducted at SMA Negeri 1 Payakumbuh, located at Jl. Merapi No. 4 Tiakar, Balai Batimah Subdistrict, East Payakumbuh District, Payakumbuh City, , on June 13, 2025. The population of this study consisted of 20 students, and the sample was selected using the **purposive sampling** technique, which involves selecting participants based on specific predetermined criteria. A total of 14 students were selected as the sample. To collect the data, the researcher used a basic volleyball skills test, which included overhand serve, overhead pass, underhand pass, and smash. The results of the study showed that among the 14 students tested: 1 student (7.14%) was in the **very good** category, 3 students (21.43%) in the **good** category, 4 students (28.57%) in the **average** category, 6 students (42.86%) in the **poor** category, and 0 students (0%) in the **very poor** category. Therefore, it can be concluded that the average level of basic volleyball skills among students at SMA Negeri 1 Payakumbuh falls into the **average** category.*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu aktivitas yang secara luas dilakukan oleh masyarakat dan kini telah mengalami pergeseran pandangan. Tidak lagi dianggap sebagai kegiatan yang kurang penting, olahraga telah menjadi salah satu aspek integral dalam kehidupan sosial masyarakat (Asnaldi, 2019).

Olahraga merupakan aktivitas yang dilakukan secara teratur dan terencana dengan tujuan untuk meningkatkan, membina, dan mengembangkan kemampuan fisik, mental, serta aspek sosial seseorang (Asnaldi, 2016).

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pembelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki siswa dari berbagai bidang studi (Salunta & Yendrizal, 2019).

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 81A Tahun 2013 tentang Implementasi Kurikulum, dijelaskan bahwa "Kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan."

Dalam peraturan pemerintah republik Indonesia nomor 17 Tahun 2007 tentang penyelenggaraan pekan dan kejuaraan olahraga pasal 22 ayat 1 tujuan dilaksanakannya kejuaraan Tingkat pelajar khususnya bolavoli adalah meningkatkan prestasi olahraga, menjangking bibit olahragawan potensial, memberdayakan peran serta satuan Pendidikan, serta memperkuat persatuan dan kesatuan antar pelajar.

Untuk mendapatkan prestasi yang tinggi dalam permainan bolavoli tentunya diperlukan pembinaan dan pelatihan yang baik bagi pemain khususnya di kalangan pelajar. Ekstrakurikuler bolavoli merupakan salah satu wadah untuk membina dan melatih siswa atau pelajar untuk memiliki keterampilan yang tinggi dalam bidang bolavoli.

Subroto (Mirja Saputra, Bustamam, 2016) menyatakan bahwa: Permainan bolavoli ini melatih pelakunya untuk belajar menangkap dan mengolah informasi, dan selanjutnya memutuskan. Dengan demikian permainan bola voli melatih keterampilan berpikir.

Dalam permainan bolavoli, terdapat beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai oleh setiap pemain, seperti servis, passing, smash, blok. Keempat teknik ini merupakan fondasi yang harus dipelajari sebelum terjun ke dalam permainan bolavoli, terutama jika ingin mencapai prestasi yang baik. (Keswando et al., 2022).

Sudrajat dan Syarifudin (2017:16) "permainan bolavoli sangat menyenangkan, banyak orang yang melakukan salah satu kegiatan rekreasi. Sebagian lainnya melakukan untuk meningkatkan keterampilan bermain bolavoli yang diarahkan melalui prestasi'.

Menurut Achmad I, et al (2020) Hal yang utama dalam bermain bolavoli yaitu menjaga bola supaya tidak jatuh lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan di lapangan lawan atau mematikan nya di pihak lawan.

Menurut Erianti (2019:2) bolavoli merupakan permainan yang dilakukan dengan cara memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali/net. PBVSI (2005:7) menyatakan bahwa permainan bolavoli dimainkan dua regu

yang masing-masing regu terdiri dari enam orang. Tiap-tiap regu berusaha meraih point pada tiap set yang sudah ditentukan.

Olahraga permainan bola voli menurut Supriatna et al., (2022) merupakan "salah satu cabang olahraga permainan yang dijadikan sebagai alat untuk menyampaikan tujuan pendidikan yang pelaksanaannya dapat dilakukan di sekolah-sekolah, dari mulai Sekolah Dasar sampai Perguruan Tinggi".

Servis menurut Erianti & Astuti Yuni, (2019) merupakan "satu-satunya teknik yang digunakan untuk memulai pertandingan". Seiring dengan perkembangan permainan, teknik servis ini tidak hanya berfungsi sebagai pembuka permainan, tetapi juga telah menjadi strategi serangan awal untuk meraih poin.

Menurut Dwi Yulia dan Endang Pratiwi (2020:11) "servis atas adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka dan rapat, serta bola dipukul menggunakan telapak tangan. Servis ini dilakukan dengan memukul bola dari atas kepala menggunakan telapak tangan.

Menurut Viera dkk dalam Erianti (2004:144) mengatakan bahwa "servis adalah satu-satunya Teknik yang digunakan untuk memulai pertandingan". Kemudian sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai pembuka permainan akan tetapi sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai (angka), agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Pendapat lain Topan Arisandi et al., (2023) menjelaskan bahwa "passing adalah usaha seorang pemain yang menggunakan teknik tertentu untuk mengoper bola kepada rekan satu tim agar dapat dimainkan di lapangan".

Menurut Dwi Yulia dan Endang Pratiwi (2020:14) "passing bawah bolavoli merupakan suatu gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim".

Sedangkan menurut Saputra (2019) mengatakan "passing bawah adalah passing yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran".

Menurut Winarno (2013:82) mengatakan "passing atas adalah operan bola yang dilakukan dengan menggunakan ujung jari-jari pada saat bola datang setinggi bahu atau lebih. Passing atas dalam permainan bolavoli merupakan elemen yang penting dalam permainan bolavoli.

Menurut Erianti dan Yuni Astuti (2019:170) "Smash adalah pukulan yang utama dalam penyerangan untuk mencapai kemenangan". Smash adalah elemen serangan terpenting, disamping itu smash merupakan modal untuk mendapatkan point atau mematikan servis lawan servis lawan disebut juga dengan istilah spike.

Sementara Rifki (2021) mengatakan "spike adalah saat bola dipukul melintasi net. Ini adalah pukulan paling kuat dalam bola voli dan cara paling efektif untuk memenangkan rally".

Kemampuan Teknik dasar merupakan suatu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Tanpa penguasaan Teknik dasar maka tidak akan dapat bermain dengan baik untuk penguasaan Teknik dasar itu harus dimiliki dengan baik, maka dapat dipelajari dan dilatih secara continue.

METODE

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif,

menurut Yusuf (2005:62) menyatakan “Penelitian deskriptif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat, mengenai fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail”.

Sesuai dengan pendapat ini, maka dalam penelitian ini akan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fisik dan sifat populasi tertentu, tentang kemampuan teknik pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Payakumbuh yang terletak di Jl. Merapi No. 4 Tiakar, Kel. Balai Batimah, Kec. Payakumbuh timur, Kota Payakumbuh, Sumatera Barat. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 13 bulan Juni 2025.

Sugiyono (2017) mendefinisikan “populasi sebagai jumlah keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang ingin diteliti”. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh yang ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli berjumlah sebanyak 20 orang dengan rinci 15 orang pemain putra dan 5 orang pemain putri.

Sugiono (2017) “sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi”. Yusuf (2005:150) dalam pengambilan sampel ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pada maksud yang telah ditetapkan sebelumnya atau dengan pertimbangan- pertimbangan tertentu.

Adapun beberapa pertimbangan yang diberikan, pertama pemain putri tidak secara konsisten mengikuti kegiatan, kemudian keterbatasan dalam pengambilan data. Oleh

sebab itu yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah pemain putra yang berjumlah sebanyak 14 orang.

Penelitian ini menggunakan jenis data primer. Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung oleh penelitian melalui tes kemampuan bolavoli yaitu teknik *servis atas*, *passing atas*, *passing bawah* dan *smash*. Sumber data yang diperoleh bersumber dari hasil tes kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh yang ikut kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

Teknik pengumpulan data menggunakan tes kemampuan teknik dasar bolavoli meliputi tes *servis atas*, *passing bawah*, *passing atas*, dan *smash*. Data yang berhasil dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dengan menggunakan rumus Yusuf (2005:40).

HASIL

1. Kemampuan Teknik Servis Atas

Hasil data kemampuan teknik servis atas dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, maka ditemukan skor tertinggi adalah 27 dan skor terendah yaitu 14 dan jarak pengukuran (*range*) adalah 13.

Kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) adalah 19,29, standar deviasi yaitu 3,84 dan nilai Tengah (median) adalah 19,50. Selanjutnya distribusi klasifikasi hasil data kemampuan teknik servis atas pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh tersebut dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik Servis Atas Pemain SMA Negeri 1 Payakumbuh

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Kategori
	Absolut	Relatif	
> 25,05	1	7,14	Baik Sekali
21,21 - 25,04	2	14,29	Baik
17,36 - 21,20	7	50,00	Sedang
13,52 - 17,35	4	28,57	Kurang
< 13,52	0	0,00	Kurang sekali
Jumlah	14	100	

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tabel 1 diatas, maka dapat ditarik suatu Kesimpulan bahwa dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, yang memiliki kemampuan servis atas pada kategori baik sekali yaitu 1 orang (7,14%), kategori baik yaitu 2 orang (14,29%), dan kategori sedang ada 7 orang (50%), selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 4 orang (28,57%). Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan servis atas kategori sedang.



Gambar 1. Tes Servis Atas

Sumber : Dokumentasi Penelitian

2. Kemampuan Teknik Passing Bawah

Hasil pengukuran dari tes kemampuan teknik *passing* bawah dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh diperoleh skor tertinggi adalah 63 dan skor terendah yaitu 25, dan jarak pengukuran (*range*) adalah 38.

kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) 36,86, standar deviasi yaitu 10,49, dan nilai tengah (median) adalah 36. Selanjutnya distribusi klasifikasi hasil data kemampuan teknik *passing* bawah pemain bolavoli SMA

Negeri 1 Payakumbuh tersebut dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik Passing Bawah Pemain Bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Kategori
	Absolut	Relatif	
> 52,60	1	7,14	Baik Sekali
42,10 - 52,59	3	21,43	Baik
31,61 - 42,09	5	35,71	Sedang
21,12 - 31,60	5	35,71	Kurang
< 21,11	0	0,00	Kurang sekali
Jumlah	14	100	

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tabel 2, maka dapat ditarik suatu Kesimpulan bahwa dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, yang memiliki kemampuan *passing* bawah pada kategori baik sekali yaitu 1 orang (7,14%), kategori baik yaitu 3 orang (21,43%), dan kategori sedang ada 5 orang (35,71%), selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 5 orang (35,71%), dan kategori kurang sekali 0. Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *passing* bawah kategori sedang.



Gambar 2. Tes Passing Bawah

Sumber : Dokumentasi Penelitian

3. Kemampuan Teknik Passing Atas

Hasil pengukuran tes kemampuan teknik *passing* atas dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh diperoleh skor tertinggi adalah 70 dan skor

terendah yaitu 28, dan jarak pengukuran (*range*) adalah 42,

kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) 36,71, standar deviasi yaitu 10,63, dan nilai tengah (median) adalah 35. Selanjutnya distribusi klasifikasi hasil data kemampuan teknik *passing* atas pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh tersebut dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik *Passing* Atas Pemain Bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Kategori
	Absolut	Relatif	
> 52,66	1	7,14	Baik Sekali
42,03 - 52,65	1	7,14	Baik
31,40 - 42,02	6	42,86	Sedang
20,76 - 31,39	6	42,86	Kurang
< 20,75	0	0,00	Kurang sekali
Jumlah	14	100	

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tabel 3, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 14 orang kemampuan teknik *passing* atas pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, untuk kategori baik sekali dan baik masing-masing ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik *passing* atas kategori sedang dan kurang masing-masing ada 6 orang (42,86%), dan kemampuan teknik *passing* atas kategori kurang sekali ada 0 orang. Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *passing* atas kategori sedang.



Gambar 3. Tes *Passing* Atas
Sumber : Dokumentasi Penelitian

4. Kemampuan Teknik *Smash*

Hasil pengukuran tes kemampuan teknik *smash* dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh diperoleh skor tertinggi adalah 16 dan skor terendah yaitu 3, dan jarak pengukuran (*range*) adalah 13,

kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) 8,64, standar deviasi yaitu 3,22, dan nilai tengah (median) adalah 8. Selanjutnya distribusi klasifikasi hasil data kemampuan teknik *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh tersebut dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik *Smash* Pemain Bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Kategori
	Absolut	Relatif	
> 13,47	1	7,14	Baik Sekali
10,25 - 13,46	4	28,57	Baik
7,03 - 10,24	2	14,29	Sedang
3,81 - 7,02	6	42,86	Kurang
< 3,80	1	7,14	Kurang sekali
Jumlah	14	100	

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tabel 4, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 14 orang kemampuan teknik *smash* pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, untuk kategori baik sekali ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik *smash* kategori baik ada 4 orang (28,57%), Untuk yang kategori sedang ada 2 orang (14,29%), kemampuan *smash* kategori kurang ada 6 orang (42,86%) dan kemampuan teknik *smash* kategori kurang sekali ada 1 orang (7,14%). Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *smash* kategori sedang.



Gambar 4. Tes smash
Sumber : Dokumentasi Penelitian

5. Kemampuan Teknik Pemain

Hasil pengukuran tes kemampuan teknik bolavoli dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh diperoleh skor tertinggi adalah 64,25 dan skor terendah yaitu 42,87, dan jarak pengukuran (*range*) adalah 21,38,

kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) 50, standar deviasi yaitu 5,79, dan nilai tengah (median) adalah 47,78. Selanjutnya distribusi klasifikasi hasil data kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh tersebut dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini.

Tabel 5. Distribusi Hasil Data Kemampuan Teknik Pemain Bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh

Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi	Kategori
	Absolut	Relatif	
>58,68	1	7,14	Baik Sekali
52,89 - 58,67	3	21,43	Baik
47,11 - 52,88	4	28,57	Sedang
41,32 - 47,10	6	42,86	Kurang
<41,32	0	0	Kurang sekali
Jumlah	14	100	

Sumber : Data Hasil Penelitian

Berdasarkan pada tabel 5, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 14 orang kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, untuk kategori sangat baik ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik bolavoli kategori baik ada 3 orang (21,43%), kemampuan teknik bolavoli

kategori sedang 4 orang (28,57%), kategori kurang ada 6 orang (42,86%) dan kategori kurang sekali 0.

PEMBAHASAN

1. Kemampuan Teknik Servis Atas

Dalam penelitian ini kemampuan servis atas pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh di ukur dengan menggunakan tes *servoing accuracy test*. Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan servis atas dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh,

yang memiliki kemampuan servis atas pada kategori baik sekali yaitu 1 orang (7,14%), kategori baik yaitu 2 orang (14,29%), dan kategori sedang ada 7 orang (50%), selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 4 orang (28,57%). Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan servis atas kategori sedang.

Pemain yang belum baik dalam teknik servis bolavoli di SMA Negeri 1 Payakumbuh, diantaranya disebabkan banyak kesalahan teknik dalam melakukan servis seperti teknik melambungkan bola, ayunan lengan, sikap kaki dan ketepatan pukulan tangan dengan bola.

Di samping itu mungkin juga disebabkan faktor komponen kondisi fisik seperti kekuatan otot lengan, kelenturan, koordinasi mata tangan dan lainnya. Selanjutnya ada pemain yang melakukan servis secara terburu-buru sehingga tidak fokus yang mengakibatkan bola keluar lapangan atau nyangkut di net.

2. Kemampuan Teknik Passing Bawah

Dalam penelitian ini kemampuan passing bawah pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh di ukur dengan menggunakan

tes memantulkan bola ke dinding selama 1 menit.

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan *passing* bawah dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh, yang memiliki kemampuan *passing* bawah pada kategori baik sekali yaitu 1 orang (7,14%), kategori baik yaitu 3 orang (21,43%), dan kategori sedang ada 5 orang (35,71%),

selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 5 orang (35,71%). Dan untuk kategori kurang sekali 0. Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *passing* bawah kategori sedang.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat kita ketahui bahwa kemampuan *passing* bawah pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di kategori sedang. Yang Dimana untuk kategori baik sekali hanya diperoleh 1 pemain saja, berdasarkan pengamatan 1 pemain itu adalah pemain yang juga Latihan diluar atau di club.

3. Kemampuan Teknik Passing Atas

Dalam penelitian ini kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh di ukur dengan menggunakan tes memantulkan bola ke dinding selama 1 menit. Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan *passing* atas dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh.

Untuk kategori baik sekali dan baik masing-masing ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik *passing* atas kategori sedang dan kurang masing-masing ada 6 orang (42,86%), dan kemampuan teknik *passing* atas kategori kurang sekali ada 0 orang.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *passing* atas

kategori sedang. Untuk kategori baik sekali yang diperoleh 1 pemain itu merupakan toser dari tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh, yang dimana merupakan anak kelas 3 yang sudah lama Latihan.

4. Kemampuan Teknik Smash

Dalam penelitian ini kemampuan *smash* pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh di ukur dengan menggunakan tes *accuracy smash*. Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan *smash* dari 14 orang pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh.

Untuk kategori baik sekali ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik *smash* kategori baik ada 4 orang (28,57%), Untuk yang kategori sedang ada 2 orang (14,29%), kemampuan *smash* kategori kurang ada 6 orang (42,86%) dan kemampuan teknik *smash* kategori kurang sekali ada 1 orang (7,14%). Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan *smash* kategori sedang.

Menurut data di atas untuk teknik *smash* perlu ditingkatkan lagi. Kurangnya penguasaan teknik *smash* dalam permainan bola voli merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan lemahnya daya serang sebuah tim. *Smash* adalah teknik menyerang dengan memukul bola sekuat dan setepat mungkin ke arah lapangan lawan, yang umumnya dilakukan dari atas net.

Teknik ini membutuhkan koordinasi yang baik antara kecepatan, kekuatan, lompatan, serta akurasi pukulan. Namun, dalam praktiknya, banyak pemain yang belum menguasai seluruh tahapan teknik *smash* secara benar. Misalnya, kesalahan sering terjadi pada awalan, yakni langkah-langkah sebelum melompat.

5. Kemampuan Teknik Bolavoli

Dalam penelitian ini yang dimaksud kemampuan teknik pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh adalah gabungan beberapa komponen kemampuan teknik yaitu *servis* atas, *passing* bawah, *passing* atas, dan *smash*. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 14 orang kemampuan teknik pemain bolavoli SMA Negeri 1 Payakumbuh,

Untuk kategori baik sekali ada 1 orang (7,14%), kemampuan teknik bolavoli kategori baik ada 3 orang (21,43%), kemampuan teknik bolavoli kategori sedang 4 orang (28,57%), selanjutnya kategori kurang ada 6 orang (42,86%) dan kategori kurang sekali 0. Dengan demikian dapat diartikan bahwa rata-rata pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan teknik kategori sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan teknik bolavoli pemain SMA Negeri 1 Payakumbuh, maka pada bab ini dapat ditarik kesimpulan dari 14 orang pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh dengan 4 instrumen tes antara lain, kemampuan *servis* atas pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di kategori "sedang" dengan presentase (50%).

Kemampuan teknik *passing* bawah pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di kategori "sedang" dengan presentase (35,71%). Kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di kategori "sedang" dengan presentase (42,86%).

Kemampuan teknik *smash* pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di kategori "sedang" dengan presentase (14,29%). Dan kemampuan teknik pemain bolavoli SMA N 1 Payakumbuh berada di

kategori "sedang" dengan presentase (28,57%).

SARAN

Latihan Fisik: Sertakan latihan kekuatan seperti squat, push-up, dan lunge untuk meningkatkan performa. Latihan Teknik: Fokus pada teknik dasar seperti *passing*, *servis*, dan *smash*. Latihan Taktik: Simulasikan pertandingan untuk meningkatkan pemahaman strategi tim. Evaluasi Berkala: Lakukan evaluasi rutin untuk memantau perkembangan dan menyesuaikan program latihan.

Perlu disampaikan kepada pemain untuk melatih teknik diluar jam latihan sekolah. Pembelajaran bolavoli di SMA Negeri 1 Payakumbuh sebaiknya lebih difokuskan pada peningkatan kemampuan teknik dasar melalui latihan yang terstruktur dan berulang, khususnya pada aspek *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, dan *smash*.

Sekolah juga diharapkan menyediakan fasilitas latihan yang memadai serta memberikan motivasi dan bimbingan intensif kepada pemain yang masih memiliki keterbatasan dalam penguasaan teknik bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I., Ardhika, D., Darwisprasetyo.(2020). *Pembelajaran Dasar Permainan Bola Voli*. (N.D.). (N.P.) Penerbit CV. Sarnu Untung.
- Asnaldi, A. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 1(2), 20.
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability

- Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Mensana*,4(1),17.
- Erianti & Yuni Astuti. (2019). *Bola Voli. Padang*: Sukabina Press.
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.4996>
- Mentri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 81A (2013). Implementasi Kurikulum (2013:1)
- Nomor, P. P. R. I. (17). Tahun 2007 Tentang Penyelenggaraan Pekan dan Kejuaraan Olahraga.
- PBVS. 2005. *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: PP PBVS.
- Pratiwi, D. Y. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Rifki, M. S., Mario, D. T., & Ariston, A. (2021). *Jump Serve: Serangan Pertama dalam Permainan Bola Voli*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Salunta, H. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1012-1025.
- Saputra, D. I. M., & Gusniar, G. (2019). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli melalui bermain melempar bola. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 64-73.
- Subroto & Yudiana. (2010). *Permainan Bolavoli. FPOK Pendidikan Universitas Indonesia : Bandung*.
- Sudrajat Wiradihardja dan Syarifudin. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Revisi, Vol. 25)*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Supriatna, N. S., Indrayogi, I., & Sahudi, U. (2022). Survei Tingkat Pemahaman Peraturan Permainan Bola Voli pada Atlet Kelompok Usia 16 Tahun. *Journal Respects*, 4(2), 123–137. <https://doi.org/10.31949/respects.v4i2.2585>
- Syafruddin. (2017). *Perangkat Pembelajaran Ilmu Melatih Dasar*. Padang: FIK.
- Topan Arisandi, Indri Susilawati, & Maulidin. (2023). Survey Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Voli. *JOURNAL SPORT SCIENCE, HEALTH AND TOURISM OF MANDALIKA (JONTAK) e-ISSN 2722-3116*, 4(1), 31–40. <https://doi.org/10.36312/jontak.v4i1.343>
- Winarno, M.E. Tomi, A. Sugiono, I. Shandy. D.(2013). *Teknik dasar Bermain Bolavoli*. Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Yusuf. (2005). *Metodologi Penelitian*. Padang. UNP Press.