

## **PENGUASAAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BERMAIN BOLAVOLI SISWA**

**Yuni Astuti<sup>1</sup>, Erianti<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Padang  
Padang-Indonesia

e-mail: [yuniastuti@fik.unp.ac.id](mailto:yuniastuti@fik.unp.ac.id)<sup>1</sup>, [erianti@fik.unp.ac.id](mailto:erianti@fik.unp.ac.id)<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya prestasi bermain bolavoli siswa di SMP Negeri 34 Kecamatan Koto Tangah Kota Padang yang disebabkan karena penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah sebanyak 55 orang, dengan sampel 33 orang menggunakan teknik purposive sampling. Teknik analisis data dengan menggunakan persentase. Hasil penelitian menyatakan bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, masih banyak yang rendah. Hal ini terbukti dari 33 orang siswa hanya sebanyak 14 orang (42,42%) nilai penguasaan keterampilan teknik dasar bolaoli diatas kelompok rata-rata. Sisanya sebanyak 19 orang siswa (57,58%) nilai penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli didalam dan dibawah nilai rata-rata kelompok. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa penguasaan keterampilan teknik bolavoli siswa masih banyak yang dibawah rata-rata.

**Kata kunci:** survei, teknik dasar, bolavoli

### **Abstract**

*The problem in this study is the low achievement in playing volleyball for students at SMP Negeri 34, Koto Tangah District, Padang City which is due to students' mastery of basic volleyball technical skills. The purpose of this study was to determine the mastery of basic volleyball technical skills for students at SMP Negeri 34, Koto Tangah District, Padang City. This type of research is descriptive quantitative. The population in this study were students who actively participated in volleyball extracurricular activities, totaling 55 people, with a sample of 33 people using a purposive sampling technique. Data analysis techniques using percentages. The results of the study stated that the students' mastery of basic volleyball technical skills at SMP Negeri 34, Koto Tangah District, Padang City, was still low. This is evident from the 33 students, only 14 students (42.42%) scored mastery of the basic volleyball skills above the average group. The remaining 19 students (57.58%) scored mastery of basic volleyball technical skills within and below the group's average score. Based on the results of data analysis, it can be concluded that many students' mastery of volleyball technique skills is still below average.*

**Keywords :** survey, technique, volleyball

## **PENDAHULUAN**

Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun non formal melalui kegiatan intrakurikuler/ekstrakurikuler. Kegiatan olahraga tersebut dalam kurikulum, khususnya untuk SMP sudah diatur sedemikian rupa melalui kegiatan pengembangan diri yang bertujuan untuk: memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah (Meria, 2018). Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru atau tenaga pendidik yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Berpedoman pada kutipan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa kegiatan pengembangan diri dapat dilaksanakan dalam bentuk kegiatan

ekstrakurikuler yang dibimbing oleh guru atau tenaga pendidik, dengan tujuan untuk mengembangkan bakat, minat siswa sesuai dengan kondisi sekolah. Artinya kegiatan ekstrakurikuler dapat dijadikan sebagai wadah untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan minat dan bakat mereka.

Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang banyak digemari oleh siswa di sekolah, melalui kegiatan pengembangan diri dan kegiatan ekstrakurikuler. Olahraga permainan bolavoli sebagai cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan di setiap jenjang pendidikan, seperti pada jenjang pendidikan menengah misalnya pada Sekolah Menengah Pertama (SMP). Untuk mencapai prestasi dalam olahraga permainan bolavoli bagi siswa yang ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler tidaklah semudah membalikan telapak tangan, karena banyak faktor yang mempengaruhinya, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Menurut Syafruddin (2012) faktor internal adalah faktor yang berasal dari potensi yang ada pada diri atlet atau orang yang berlatih seperti kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik dan mental, sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang timbul dari luar diri atlet itu sendiri seperti sarana dan prasarana, pelatih, dana, organisasi, keluarga, dan sebagainya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ginanjar & Yudhi (2022) menggunakan pembelajaran *Student Teams-Achievement Division* ditemukan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran STAD terhadap *passing* dalam permainan bola voli. Sedangkan hasil penelitian dari Rohi et al., (2023) melakukan penelitian tentang media yang digunakan untuk latihan *passing* merangsang siswa untuk melakukannya yaitu dengan tali panjang 10 meter dan 3 buah tiang tinggi 3,5 meter. Menggunakan media pembelajaran diharapkan siswa akan mudah memahami apa yang disampaikan begitu juga dengan menggunakan media pembelajaran yang menarik akan memudahkan pendidik dalam penyampaian materi menurut Rahayu & Widyawati (2018). Selanjutnya Tapo et al., (2021) berpendapat bahwa dari kesimpulan penelitiannya tentang model latihan SPAT-Desain Bola Voli “sesuai dan layak” digunakan sebagai bentuk aktivitas belajar PJOK materi bola voli di SMP.

Seorang siswa untuk dapat bermain bolavoli dengan baik, disamping memiliki kemampuan fisik, mental yang baik, mereka harus memiliki kemampuan teknik dasar permainan bolavoli. Artinya penguasaan teknik penting dimiliki, karena permainan bolavoli adalah permainan tempo yang cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas dan bila tidak menguasai teknik dengan baik (sempurna) akan memungkinkan kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar (Erianti & Astuti, 2019). Sesuai dengan uraian di atas, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa penguasaan teknik dasar dalam permainan bolavoli penting bagi siswa agar dapat bermain dengan baik. Teknik dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang optimal (Budi et al., 2020). Dengan demikian dapat diartikan bahwa teknik yang baik dalam permainan bolavoli tentunya di dasari oleh peraturan yang berlaku dan dilakukan secara efektif dan efisien dalam memainkan bola. SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, telah melaksanakan pembinaan permainan bolavoli dalam kegiatan ekstrakurikuler sampai sekarang. Tetapi tidak pernah sekalipun menang dalam pertandingan, misalnya pertandingan antar pelajar se Kecamatan Koto Tangah, apa lagi Kota Padang, hal ini sesuai dengan informasi yang diberikan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Dengan demikian dapat dikatakan yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah kurang berprestasinya siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dalam cabang olahraga permainan bolavoli.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis di lapangan pada saat siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli, penulis menduga banyak faktor yang menyebabkan belum berprestasinya siswa tersebut dalam olahraga permainan bolavoli, diantaranya faktor penguasaan teknik dasar bolavoli masih rendah, kondisi fisik, taktik, mental, sarana dan

prasana yang dibutuhkan untuk latihan belum memadai, kemampuan guru PJOK sebagai pelatih, kompetisi yang jarang diikuti, dukungan kepala sekolah, dukungan orang tua.

Berpedoman pada uraian di atas, jelaslah bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk dapat berprestasi dalam cabang olahraga permainan bolavoli, begitu juga bagi siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian yang nantinya dapat dijadikan suatu solusi dalam memecahkan permasalahan yang terjadi dalam meningkatkan prestasi bermain bolavoli siswa di SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang.

Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Ma'mun & Saputra, 2000). Sehingga pada intinya suatu keterampilan itu dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang sudah ditentukan. Keterampilan teknik dasar bolavoli dapat diartikan sebagai kecekatan atau terampil dalam melakukan teknik dasar bolavoli (Mardian, 2020). Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif (Yunus, 1992). Teknik yaitu proses melahirkan kegiatan jasmani yang ditampilkan dalam bentuk gerakan untuk mencapai sesuatu secara efektif dan efisien (Effendi, 2015). Dalam penelitian ini jenis teknik dasar bermain bolavoli yang diteliti, sesuai dengan pembatasan dan tujuan penelitian yang telah dikemukakan pada bagian terdahulu yaitu keterampilan teknik *passing* atas, *passing* bawah dan teknik servis. Oleh karena servis dalam permainan bolavoli terdiri dua jenis yaitu servis atas dan servis bawah, maka jenis servis dimaksud dalam penelitian ini adalah servis bawah atau servis tangan bawah.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yaitu salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail (Yusuf, 2005). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMP Negeri 34 Padang yang berjumlah sebanyak 50 orang yang terdiri dari siswa putera dan puteri. Sedangkan yang menjadi sampel dalam penelitian ini diambil hanya siswa putera saja, yang berjumlah sebanyak 33 orang. Dengan pertimbangan perbedaan fisik dan siswa putera lebih aktif mengikuti kegiatan latihan, di samping itu disebabkan karena keterbatasan yang penulis miliki. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrument penelitian keterampilan bolavoli yaitu *brady wall volley test* dan tes servis (Winarno, 2006). Data yang sudah diperoleh akan di analisis melalui teknik yang sesuai dengan jenis serta tujuan penelitian yaitu akan dianalisis dengan statistik deskriptif tabulasi frekuensi yaitu: persentase sama dengan frekuensi dibagi jumlah sampel ( $p=f/n$ ).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Deskripsi data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah untuk melihat karakteristik distribusi data dari penguasaan keterampilan teknik dasar permainan bolavoli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. Untuk masing-masing variabel di bawah ini akan disajikan distribusi frekuensi, serta histogram dari setiap variabel.

### **1. Penguasaan Keterampilan Teknik Passing Bawah**

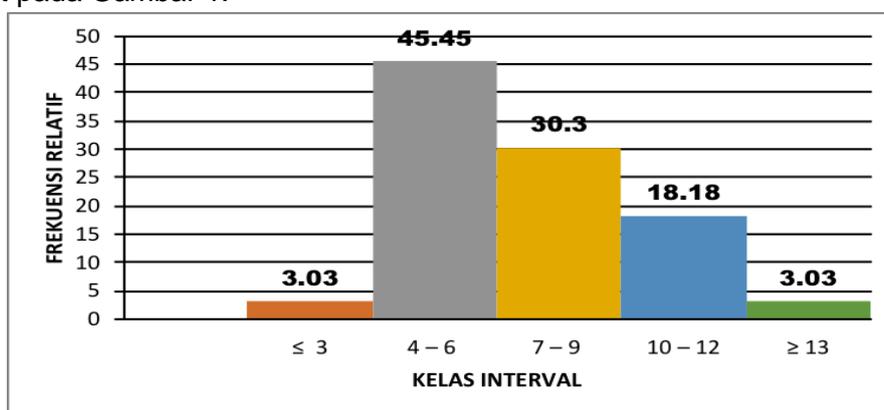
Untuk variabel penguasaan keterampilan teknik *passing* bawah dari 33 orang siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang, diperoleh skor skor tertinggi 14, dan skor terendah 3, maka diperoleh range (jarak pengukuran) yaitu 11. Dari

analisis data tersebut diperoleh harga rata-rata ( mean) sebesar 7,18. Distribusi frekuensi hasil data penguasaan keterampilan teknik passing bawah siswa tersebut dapat di lihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Teknik Passing Bawah

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
≥ 13	1	3,03
10 – 12	6	18,18
7 – 9	10	30,30
4 – 6	15	45,45
≤ 3	1	3,03
Jumlah	33	100

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 2, dapat disimpulkan bahwa siswa yang memperoleh skor penguasaan keterampilan teknik passing bawah pada kelas interval  $\leq 3$  yaitu hanya 1 orang (3,03%), kelas interval 4 – 6 adalah sebanyak 15 orang (45,45%) dan kelas interval 7 – 9 yakni 10 orang (30,03%). Selanjutnya untuk kelas interval 10 – 12 adalah 6 orang (18,18%) dan kelas interval  $\geq 13$  hanya 1 orang (3,03%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Histogram Frekuensi Keterampilan Teknik Passing Bawah

Berdasarkan data yang diperoleh tentang penguasaan keterampilan teknik passing bawah, maka ditemukan bahwa siswa yang memiliki skor penguasaan teknik passing bawah di bawah kelompok rata-rata ada sebanyak 16 orang (48,48%) dan siswa yang berada di dalam kelompok rata-rata yaitu 4 orang (12,12%). Sedangkan untuk penguasaan keterampilan teknik passing bawah di atas kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 13 orang (39,39%).

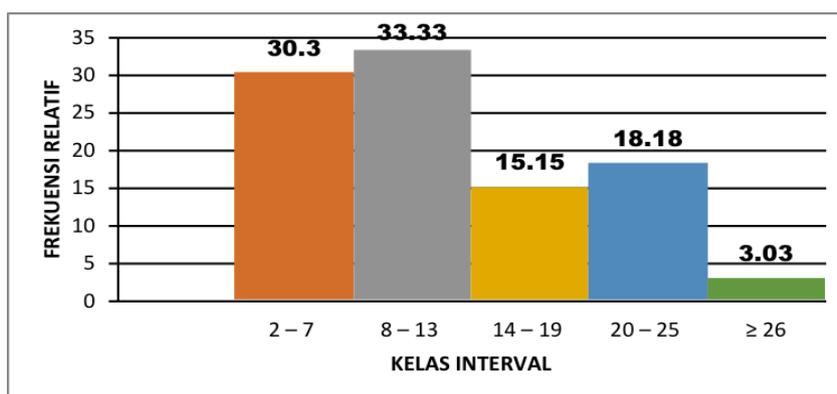
## 2. Penguasaan Keterampilan Teknik Passing Atas

Variabel penguasaan keterampilan teknik passing atas dari 33 orang siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang, diperoleh skor tertinggi 28 dan skor terendah 2, maka diperoleh range (jarak pengukuran) yaitu 26. Dari analisis data didapatkan harga rata-rata (mean) sebesar 12. Distribusi frekuensi hasil data penguasaan keterampilan teknik passing atas siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Teknik Passing Atas

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
≥ 26	1	3,03
20 – 25	6	18,18
14 – 19	5	15,15
8 – 13	11	33,33
2 – 7	10	30,30
Jumlah	33	100

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 3, ternyata siswa yang memiliki skor penguasaan keterampilan teknik passing atas pada kelas interval 2 – 7 yaitu 10 orang (30,30%), kelas interval 8 – 13 adalah sebanyak 11 orang (33,33%) dan kelas interval 14 – 19 yakni 5 orang (15,15%). Selanjutnya untuk kelas interval 20 – 25 adalah 6 orang (18,18%) dan kelas interval ≥ 26 yaitu hanya 1 orang (3,03%). Untuk lebih jelasnya, lihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Histogram Frekuensi Keterampilan Teknik Passing Atas

Berdasarkan data yang diperoleh tentang penguasaan keterampilan teknik passing atas, maka ditemukan bahwa siswa yang memiliki skor (nilai) di bawah kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 18 orang (54,55%) dan siswa yang berada di dalam kelompok rata-rata hanya ada 2 orang (6,06%). Sedangkan untuk siswa yang memiliki skor penguasaan keterampilan teknik passing atas siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang di atas kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 13 orang (39,39%).

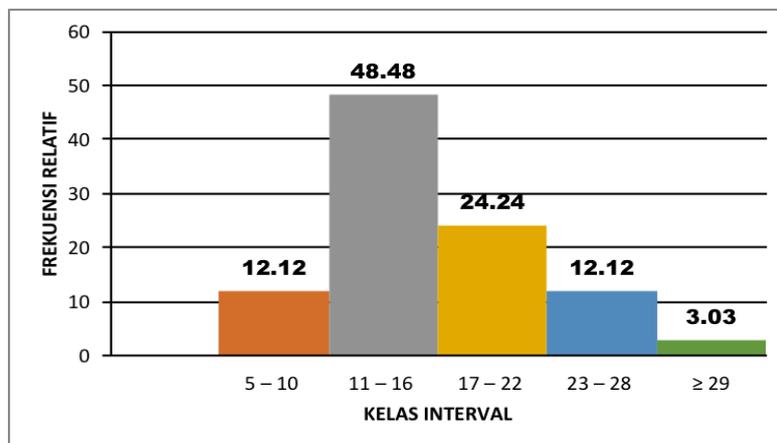
### 3. Penguasaan Keterampilan Teknik Servis Bawah

Berdasarkan data penelitian untuk variabel penguasaan keterampilan teknik servis bawah siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, diperoleh skor tertinggi adalah 30 dan skor terendah yaitu 5, maka diperoleh range (jarak pengukuran) yaitu 25. Dari analisis data didapatkan harga rata-rata (mean) sebesar 16,39. Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi hasil data penguasaan keterampilan teknik servis bawah siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Teknik Servis Bawah

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
≥ 29	1	3,03
23 – 28	4	12,12
17 – 22	8	24,24
11 – 16	16	48,48
5 – 10	4	12,12
Jumlah	33	100

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 4, ternyata siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang, yang memiliki penguasaan keterampilan teknik servis bawah pada kelas interval 5 – 10 adalah ada sebanyak 4 orang (12,12%), kelas interval 11 – 16 yaitu sebanyak 16 orang (48,48%) dan kelas interval 17 – 22 adalah 8 orang (24,24%). Sedangkan kelas interval 23 – 28 yakni 4 orang (12,12%) dan kelas interval  $\geq 29$  yaitu hanya 1 orang (3,03%). Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi dari variabel penguasaan keterampilan teknik servis bawah siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang tersebut dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Histogram Frekuensi Keterampilan Teknik Servis Bawah

Berdasarkan data yang diperoleh tentang penguasaan teknik servis bawah, maka siswa yang memiliki nilai (skor) penguasaan teknik servis bawah di bawah kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 16 orang (48,48%) dan siswa yang berada di dalam kelompok rata-rata yaitu 4 orang (12,12%). Sedangkan untuk penguasaan keterampilan teknik servis bawah siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang di atas kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 13 orang (39,39%).

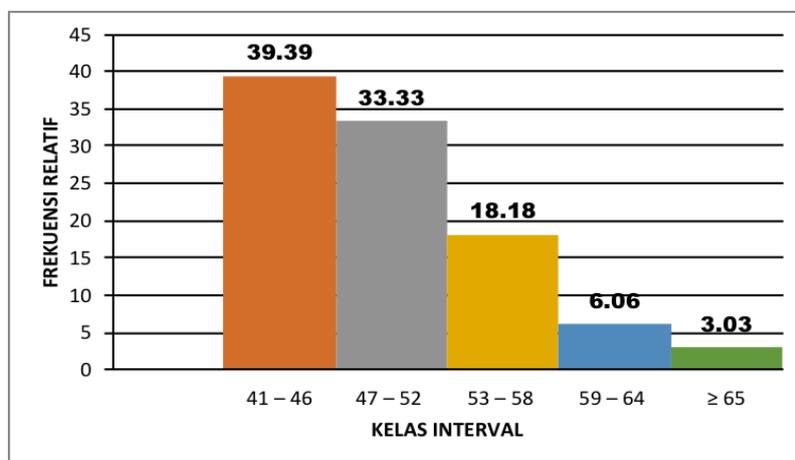
#### 4. Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli

Berdasarkan data penelitian untuk penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang, diperoleh skor tertinggi adalah 67 dan skor terendah yaitu 41, maka diperoleh range (jarak pengukuran) yaitu 26. Dari analisis data didapatkan harga rata-rata (mean) sebesar 50. Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi hasil data penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya

Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
$\geq 65$	1	3,03
59 – 64	2	6,06
53 – 58	6	18,18
47 – 52	11	33,33
41 – 46	13	39,39
Jumlah	33	100

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 5 di atas, maka siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang, yang memiliki penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli dengan kelas interval 41 - 46 adalah sebanyak 13 orang (39,39%), kelas interval 47 - 52 yaitu sebanyak 11 orang (33,33%) dan kelas interval 53 - 58 adalah 6 orang (18,18%). Sedangkan kelas interval 59 - 64 yakni 2 orang (6,06%) dan kelas interval  $\geq 65$  yaitu hanya 1 orang (3,03%). Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi dari variabel penguasaan keterampilan teknik dasar bolavli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang tersebut dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Histogram Frekuensi Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya

Berdasarkan data yang diperoleh tentang penguasaan teknik dasar bolavoli, maka siswa yang memiliki nilai (skor) penguasaan teknik dasar bolavoli di bawah kelompok rata-rata adalah sebanyak 18 orang (54,55%) dan siswa yang berada di dalam kelompok rata-rata hanya 1 orang (3,03%). Sedangkan untuk penguasaan keterampilan teknik dasar bolaoli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang di atas kelompok rata-rata diperoleh sebanyak 14 orang (42,42%).

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan atau membuktikan bahwa banyak siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang yang rendah penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli. Hal ini sesuai dengan fakta yang ditemukan dengan melakukan beberapa tes keterampilan seperti passing bawah, passing atas dan servis bawah, yang merupakan teknik dasar dalam permainan bolavoli, hanya sebanyak 14 orang (42,42%) skor atau nilai penguasaan keterampilan teknik dasar bolaoli di atas kelompok rata-rata. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, seharusnya hal ini menjadi suatu pemahaman dan pengertian bahwa guru PJOK penting mengetahui dan mengerti bahwa keterampilan teknik dasar permainan bolavoli. Keterampilan sama artinya dengan kata kecekatan. Terampil atau cekatan adalah kepandaian melakukan sesuatu dengan cepat dan benar (Burhanudin, 2015). Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan (Haris, 2019). Sesuai dengan penjelasan di atas, maka pada dasarnya suatu keterampilan itu dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang sudah ditentukan. Keterampilan teknik dasar bolavoli dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan, baik dalam kegiatan ekstrakurikuler, pembelajaran PJOK dengan teknik yang benar. Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk

mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif (Hambali & Sobarna, 2019). Guru PJOK sebagai pelatih bolavoli siswa di sekolah, perlu mempersiapkan program latihan dengan target-target yang direncanakan dan dirancang sedemikian rupa, baik program latihan untuk meningkatkan keterampilan teknik bolavoli, maupun program latihan yang berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mendukung dalam mempelajari teknik-teknik dasar bolavoli. Di samping itu factor-faktor motivasi siswa dalam mengikuti latihan, sarana dan prasarana penunjang atau yang dibutuhkan seperti bola, net dan lapangan yang layak tempat berlatih dan bermain. Begitu juga dukungan kepala sekolah untuk memberikan kesempatan-kesempatan untuk mengikuti kompetisi atau pertandingan-pertandingan, baik yang sudah diagendakan Diknas Pendidikan, maupun pertandingan antar sekolah, dan sebagainya.

## **SIMPULAN**

Berikut ini akan dikemukakan beberapa kesimpulan tentang penguasaan teknik dasar bolavoli dari 33 orang siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, yang meliputi: (1) Penguasaan teknik passing bawah, ditemukan 13 orang (39,39%) skornya di atas kelompok rata-rata, 4 orang (12,12%) di bawah kelompok rata-rata dan 16 orang (48,48%) di bawah kelompok rata-rata. (2) Penguasaan teknik passing atas, ditemukan 13 orang (39,39%) di atas kelompok rata-rata, 2 orang (6,06%) dalam kelompok rata-rata, dan 18 orang (54,55%) di bawah kelompok rata-rata. (3) Penguasaan teknik servis bawah, ditemukan 13 orang (39,39%) skornya di atas kelompok rata-rata, 4 orang (12,12%) dalam kelompok rata-rata, dan 16 orang (48,48%) di bawah kelompok rata-rata. (4) Penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 34 Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, banyak yang rendah. Hal ini terbukti dari 33 orang siswa hanya sebanyak 14 orang (42,42%) skor atau nilai penguasaan keterampilan teknik dasar bolaoli di atas kelompok rata-rata.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Budi, A. S., Ilham, I., & Mardian, R. (2020). *Pengaruh Latihan Passing Bawah Kedinding dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Negeri 13 Tanjung Jaung Timur*. Universitas Jambi.
- Burhanudin, R. (2015). *Penerapan model pembelajaran content context connection researching reasoning reflecting (3C3R) untuk mengembangkan keterampilan generik sains siswa pada konsep koloid dalam kehidupan sehari-hari: penelitian kelas terhadap siswa kelas XI MIA 4 SMAN 26 Bandung*. UIN SUNAN GUNUNG DJATI.
- Effendi, A. R. (2015). Hubungan Latihan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Service Atas Permainan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 4(1), 44–55. <https://doi.org/10.31571/jpo.v4i1.29>
- Erianti, & Astuti, Y. (2019). *Buku Ajar Bolavoli*. Sukabina Press.
- Ginanjari, A., & Yudhi, K. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Student Teams-Achievement Divisions Terhadap Passing Permainan Bola Voli Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *JURNAL PENJAKORA*, 9(2).
- Hambali, S., & Sobarna, A. (2019). Keterampilan Smash Bolavoli (Studi Korelasi Antara Power Lengan, Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Pada atlet Club Osas Kabupaten Sumedang). *Jurnal Olympia*, 1(2), 25–32.
- Haris, I. (2019). *Penggunaan Model Pembelajaran 4 on 4 Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Camba Kabupaten Maros*. Universitas Negeri Makassar.
- Ma'mun, A., & Saputra, Y. M. (2000). Perkembangan gerak dan belajar gerak. *Jakarta: Depdikbud*.
- Mardian, R. (2020). Pengaruh Latihan Mengumpan Ke Dinding Dan Berpasangan Terhadap

- Keterampilan Passing Bawah Bola Voli: Effect of wall and pair pass practice on volleyball bottom pass skills. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.22437/csp.v9i1.10975>
- Meria, A. (2018). Ekstrakurikuler dalam mengembangkan diri peserta didik di lembaga pendidikan. *Turast: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian*, 6(2), 193–206. <https://doi.org/10.15548/turast.v6i2.70>
- Rahayu, S. W., & Widyawati, E. (2018). Pelatihan dan Pendampingan Pembuatan Media Pembelajaran Berbantu Macromedia Flash Bagi Guru SMPN 11 Tarakan Sebagai Salah Satu Upaya Peningkatan Inovasi Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*, 2(2), 25–28.
- Rohi, I. R., Nope, F. E., & Leko, J. J. (2023). Pembuatan Media dan Tes Keterampilan Passing Bola Voli Bagi Mahasiswa Program Studi PJKR-UKAW. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 3(2.2), 2015–2023.
- Syafruddin. (2012). *Ilmu Kepeleatihan Kepeleatihan Olahraga*. FIK UNP Padang.
- Tapo, Y. B. O., Bile, R. L., & Nenot, A. N. (2021). Pengembangan Model Latihan Spat-Desain Materi Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK pada Jenjang SMP. *Jurnal Penjakora*, 8(1), 16–25. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v8i1.30738>
- Winarno, M. E. (2006). Tes Keterampilan Olahraga. *Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang*.
- Yunus, M. (1992). Olahraga pilihan bola voli. *Jakarta: Depdikbud*.
- Yusuf, A. M. (2005). Metodologi Penelitian. *Padang. Padang: UNP Pers*.