

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI PUTRI
SMK NEGERI 6 MUKOMUKO**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd) Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan
Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang



Oleh:

**MALLA RISMA DIYANTI
18086016/2018**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR
BOLAVOLI PUTRI SMK NEGERI 6 MUKOMUKO
Nama : MALLA RISMA DIYANTI
NIM/Tahun Masuk : 18086016/2018
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

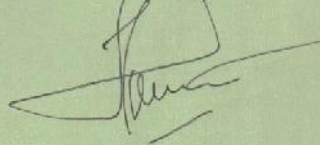
Padang, 05 Januari 2023

Mengetahui,
a.n Kepala Departemen Pendidikan Olahraga
Sekretaris Departemen



Sepriadi, S.Si., M.Pd
NIP. 1989090120140401002

Disetujui Oleh,
Dosen Pembimbing



Drs. Jonni, M.Pd
NIP. 196006041986021001

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program
Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Departemen Pendidikan
Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI PUTRI SMK NEGERI 6 MUKOMUKO

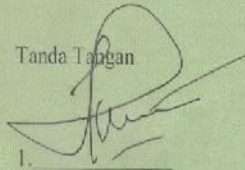
Nama : MALLA RISMA DIYANTI
NIM/ Tahun Masuk : 18086016/2018
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 05 Januari 2023

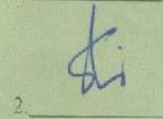
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Jonni, M.Pd

1. 

2. Anggota : Sepriadi, S.Si., M.Pd

2. 

3. Anggota : Dr. Yuni Astuti, M.Pd

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko", adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku

Padang, Januari 2023
Yang membuat pernyataan



Maia Bisma Diyanti
NIM 18086016

ABSTRAK

Malla Risma Diyanti. 2022."Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko".

Masalah dalam penelitian ini adalah peneliti menduga kemampuan bermain bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko masih jauh dari yang diharapkan, hal ini terbukti dari menurunnya penampilan pemain dalam melakukan keterampilan seperti saat melakukan *passing* bawah, *passing* atas, *servis*, dan *smash*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kemampuan teknik dasar bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko.

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

Hasil penelitian dari analisis kemampuan teknik bolavoli yaitu, 1) Kemampuan teknik dasar bola voli kemampuan *passing* bawah dengan rata-rata nilai 14 pada kategori cukup. 2) Kemampuan teknik dasar bola voli kemampuan *passing* atas dengan rata-rata nilai 11 pada kategori cukup. 3) Kemampuan teknik dasar bola voli kemampuan *servis* atas dengan rata-rata nilai 4 pada kategori cukup. 4) Kemampuan teknik dasar bola voli kemampuan *smash* dengan rata-rata nilai 4 pada kategori cukup. 5) Kemampuan teknik dasar bola voli Siswa putri SMK Negeri 6 Mukomuko dengan rata-rata nilai 50 pada kategori cukup.

Kata Kunci : Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu wata'ala atas berkah, rahmat dan hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis, sehingga bisa menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul **“Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko”** sebagai syarat untuk melakukan penelitian di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Shalawat beriring salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam yang telah membawa umatnya dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang yang penuh dengan pengetahuan, teknologi yang kita rasakan sekarang ini.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis berterima kasih kepada:

1. Teristimewa untuk kedua orang tua ku tercinta Ayahanda dan Ibunda terima kasih atas do'a yang tiada henti-hentinya, pengorbanan, motivasi, serta perhatian yang selama ini telah di berikan sehingga penyusunan skripsi ini bisa diselesaikan.
2. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan pelayanan yang optimal

selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Sepriadi, S.Si., M.Pd, selaku Sekretaris Depertemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sekaligus Kontributor I yang telah memberi arahan serta masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Kepada Bapak Drs. Jonni, M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat serta saran-saran sehingga skripsi penelitian ini dapat terselesaikan.
6. Ibu Dr. Yuni Astuti, M.Pd selaku dosen Kontributor II yang banyak memberi arahan serta masukan dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Pendidikan Olahraga yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Kepada semua rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, abang dan kakak senior, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu.

Rasa hormat dan ucapan terima kasih kepada semua pihak atas segala do'a dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini. Semoga Allah Subhanahu wata'ala melimpahkan rahmat, taufik dan karunianya dalam setiap kebaikan serta diberikan balasan oleh-Nya, Aamiin.

Padang, Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJAUN

HALAMAN PENGESAHAN

PERNYATAAN

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	7
1. Permainan Bolavoli.....	7
2. Teknik Dasar Bolavoli.....	8
B. Penelitian Relevan	17
C. Kerangka Konseptual	20
D. Pertanyaan Penelitian	21

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Definisi Operasional Variabel	24

E. Instrumen Penelitian	25
F. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	35
B. Analisis Data Penelitian	35
1. Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah	35
2. Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas	36
3. Kemampuan Teknik Dasar <i>Servis</i> Atas	38
4. Kemampuan Teknik Dasar <i>Smash</i>	49
5. Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli.....	40
C. Hasil Penelitian.....	42
D. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	23
2. Norma <i>Passing</i> Bawah	26
3. Norma <i>Passing</i> Atas	28
4. Norma <i>Servis</i> Atas.....	30
5. Norma <i>Smash</i>	32
6. Norma Teknik Dasar Bola Voli.....	33
7. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	35
8. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas	37
9. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Servis</i> Atas	38
10. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar <i>Smash</i>	39
11. Distribusi Frekuensi Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli	41

DAFTAR GAMBAR

GambarHalaman

1. Servis Atas.....	11
2. <i>Passing</i> Bawah	12
3. <i>Passing</i> Atas	14
4. Teknik Dasar Smash.....	17
5. Kerangka Konseptual Penelitian	21
6. Lapangan Untuk Tes <i>Passing</i> Bawah.....	26
7. Lapangan Untuk Tes <i>Passing</i> Atas	27
8. Lapangan Untuk Tes <i>Servis</i> Atas	30
9. Lapangan Untuk Tes <i>Smash</i>	32
10. HistogramKemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	36
11. HistogramKemampuan <i>Passing</i> Atas	37
12. HistogramKemampuan <i>Servis</i> Atas	38
13. HistogramKemampuan <i>Smash</i>	40
14. HistogramKemampuan Teknik Dasar Bola Voli	41
15. Tes Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	69
16. Tes Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas.....	69
17. Tes Kemampuan Teknik Dasar <i>Servis</i> Atas.....	70
18. Tes Kemampuan Teknik Dasar <i>Smash</i>	70
19. Foto Bersama	71

DAFTAR LAMPIRAN

LampiranHalaman

1. Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	61
2. Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> Atas	63
3. Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Servis</i> Atas	65
4. Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Smash</i>	67
5. Dokumentasi Penelitian.....	69
6. Surat Izin Penelitian	72
7. Surat Balasan Penelitian.....	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari kehidupan manusia. Berolahraga dapat meningkatkan kesegaran jasmani seseorang sehingga untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta sportif yang tinggi dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Perkembangan olahraga di Indonesia sekarang ini terasa semakin maju, hal ini tidak terlepas dari peran serta masyarakat yang semakin sadar dan mengerti arti penting fungsi olahraga itu sendiri, di samping adanya perhatian serta dukungan pemerintah juga menunjang perkembangan olahraga di Indonesia.

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

Tujuan dari pembinaan dan pengembangan olahraga bolavoli di Indonesia adalah untuk meningkatkan prestasi. Prestasi yang akan diraih tidak luput dari dukungan keluarga seperti yang dijelaskan dalam UU. RI No.11 tahun 2022 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 4 ayat 1 menyatakan

bahwa: keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai mental dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, memperkokoh pertahanan nasional, serta mengangkat harkat dan martabat bangsa.

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

Menurut Sukirno dan Waluyo (2012:22) permainan bolavoli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna, seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar, yaitu: *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan suatu prasyarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko. Dimana hal ini sangat menentukan sampai dimana Putri SMK Negeri 6 Mukomuko dapat meningkatkan mutu permainannya. Selain itu, penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, Siswa dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah karena siswa

tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri cukup tinggi dan setiap keterampilan yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu.

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

Berdasarkan uraian di atas dapat dikemukakan, teknik mempunyai fungsi penting dalam bermain bolavoli. Untuk dapat menghasilkan kemampuan bermain yang baik, dibutuhkan suatu keterampilan yang baik dari seorang pemain bolavoli. siswa ekstrakurikuler bolavoli Putri SMK Negeri 6

Mukomuko rutin melakukan latihan. Namun sangat disayangkan prestasi yang dihasilkan belum memuaskan meskipun sudah melakukan pelatihan.

Berdasarkan pemantauan peneliti pada tanggal 8 Februari 2022 dari fenomena yang terjadi di lapangan peneliti menduga kemampuan bermain siswa ekstrakurikuler bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko masih jauh dari yang diharapkan, hal ini terbukti dari menurunnya penampilan pemain dalam melakukan keterampilan seperti saat melakukan *passing* bawah, *passing* atas, *servis*, dan *smash*. Peneliti melihat beberapa kesalahan yang dilakukan oleh pemain, antara lain: 1) pada saat melakukan smash atau servis bola terlihat lemah dan gampang diterima oleh lawan lapangan serta tidak terarah, bahkan pada saat servis bola sering menyangkut atau keluar dari lapangan dan tidak sampai ke lapangan lawan karena terlalu lemah. 2) pada saat siswa mengejar bola pantulan *passing* yang tidak sempurna atau bola tidak terkontrol pada saat *passing* bawah dan *passing* atas, 3) pada saat melakukan servis terburu-buru dan bola tidak terarah dengan baik, saat datangnya bola dengan *passing* atas bola sering lepas dari tangan, 4) pada saat smash pukulan dilakukan dengan tangan bengkok/ sikut ditekuk, 5) langkah awalan tidak sesuai, 6) kurang fokus terhadap permainan, 7) masih ada siswa yang takut di wawancara, 8) kemampuan service atas siswa masih relative rendah, latihan yang diikuti hanya 1 kali dalam 1 minggu..

Berdasarkan fenomena di atas penulis tertarik menuangkan kedalam sebuah karya ilmiah berupa skripsi dengan judul {Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar BolaVoli SMK Negeri 6 Muko-Muko.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yaitu :

1. Belum baiknya kemampuan *passing* bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko.
2. Belum baiknya kemampuan *servis* bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko.
3. Belum baiknya kemampuan *smash* bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko.
4. Belum baiknya kondisi fisik yang dibutuhkan untuk pemain.
5. Rendahnya prestasi bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan fenomena yang dominan peneliti temukan di lapangan maka penelitian ini dibatasi pada "kemampuan teknik dasar bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko".

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah yaitu :

1. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *passing* bawah bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko?.
2. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *passing* atas bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko?.
3. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *servis* atas bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko?.

4. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar *smash* bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko?.
5. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar bolavoli bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar bolavoli Putri SMK Negeri 6 Mukomuko, ditinjau dari : *passing* bawah, *passing* atas, servis atas dan *smash*.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat bagi beberapa pihak yang terkait, diantaranya adalah;

1. Bagi peneliti, penelitian ini akan berguna sebagai ilmu baru sebagai acuan pengembangan keilmuan dalam pembelajaran dan pengembangan keilmuan berikutnya yang berkaitan dengan bolavoli secara khusus dan Olahraga secara umum.
2. Bagi pelatih, hasil penelitian ini di harapkan dapat memperkaya pengetahuan dan sebagai bahan acuan dalam membuat program latihan bolavoli.
3. Pemain, dengan adanya penelitian ini, di harapkan pada pemain dapat meningkatkan teknik dasar permainan bolavoli.
4. Mendapatkan pengetahuan baru tentang tinjauan kemampuan bolavoli
5. Sebagai referensi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan kajian yang sama.