

**TINGKAT KEMAMPUAN *SMASH* ATLET BOLAVOLI SMA N 1
PAYAKUMBUH**

SKRIPSI

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



OLEH:

**HAVIS SAPUTRA
NIM: 17087147**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

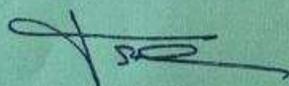
PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN I
Payakumbuh
Nama : Havis Saputra
NIM : 17087147
Pogram Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2022

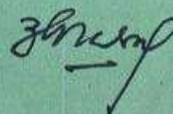
Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Kepelatihan



Dr. Donic, S.Pd, M.Pd
NIP. 19720717 1998031 004

Pembimbing



Dr. Masrun, M. Kes, AIFO
NIP. 196311041987031002

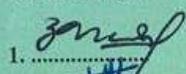
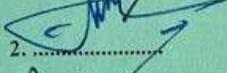
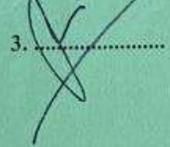
PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 1
Payakumbuh
Nama : Havis Saputra
NIM : 17087147
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan : Kepeleatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, juni 2022

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Masrun, M. Kes., AIFO	1. 
2. Anggota : Prof. Dr Alnedral., M.Pd	2. 
3. Anggota : Romi Mardela, S.Pd., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh.”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontribtor.
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, November 2021
Saya buat pernyataan



Havis Saputra
NIM 17087147

ABSTRAK

Havis Saputra. 2021. Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh.

Masalah dari penelitian ini adalah belum maksimalnya kemampuan *smash* atlet bolavoli SMAN 1 Payakumbuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah team bolavoli SMA N 1 Payaumbuh berjumlah 15 orang. Pengambilan sampel diambil dengan menggunakan teknik *total sampling*, dimana yang dijadikan sampel berjumlah 15 orang. Instrumen penelitian ini melalui tes kemampuan *smash*. Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase.

Hasil analisis menunjukkan: Tingkat Kemampuan *Smash* Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh pada kategori cukup dengan persentasi 60% dengan rincian 1 orang (6,67%) memiliki kemampuan *smash* dengan kategori sangat buruk, 2 orang (13,33%) memiliki kemampuan *smash* dengan kategori buruk, 9 orang (60%) memiliki kemampuan *smash* dengan kategori cukup, 2 orang (13,33%) memiliki kemampuan *smash* dengan kategori baik dan 1 orang (6,67%) memiliki kemampuan *smash* dengan kategori sangat baik.

Kata Kunci : Kemampuan *Smash*

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini, dengan judul “ Tingkat Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh.”.

Skripsi ini terwujud dengan adanya bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti meyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sedalam – dalamnya kepada :

1. 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.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP).
3. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Ayahanda dan ibunda yang selalu memberi dukungan dan selalu berdoa untuk keberhasilan saya, yang tak pernah bosan untuk mendidik dan merawat saya dari bayi hingga sampai sekarang ini.
5. Bapak Dr. Masrun, M.Kes., AIFO sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan tulus dan sepenuh hati memberikan bimbingan terhadap penulis dalam menulis skripsi penelitian ini.

6. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd dan Bapak Romi Mardela, S.Pd, M.Pd sebagai penguji yang telah menyediakan tenaga, fikiran dan kesabaran untuk memberi penulis masukan dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Rekan-rekan, Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan dan pahala disisi Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata Penulis ucapkan terimakasih.

Padang, November 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Permainan Bolavoli	7
2. Kemampuan dalam Permainan Bolavoli.....	12
B. Kerangka Konseptual	27
C. Pertanyaan Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	29
D. Jenis dan Sumber Data	29
E. Definisi Operasional.....	30
F. Instrumen Penelitian.....	31

G. Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	36
1. Kemampuan <i>Smash</i>	36
B. Pembahasan.....	37
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi	29
2. Norma Penilaian Akurasi <i>Spike</i>	34
3. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Smash</i>	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Sikap Badan <i>Passing</i> Bawah.....	15
2. Tahap Lari Menghampiri dalam <i>Smash</i>	23
3. Tahap Melompat Dalam <i>Smash</i>	24
4. Tahap Memukul dalam <i>Smash</i>	24
5. Tahap Mendarat dalam <i>Smash</i>	25
6. Lapangan Tes Spike / Sarangan.....	33
7. Histogram Kemampuan <i>Smash</i>	37
8. Peneliti Memberi Arahan Sebelum Melakukan Tes Kemampuan <i>Smash</i>	51
9. Foto Bersama Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh.....	52
10. Tes Kemampuan <i>Smash</i> 1.....	53
11. Tes Kemampuan <i>Smash</i> 2.....	54
12. Alat Penelitian.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Kemampuan <i>Smash</i>	48
2. Tabulasi Data Kemampuan <i>Smash</i>	49
3. Dokumentasi Penelitian.....	51
4. Surat Izin Penelitian	56
5. Surat Balasan Penelitian.....	58

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah suatu bentuk kegiatan yang semua orang butuhkan, dengan melakukan olahraga yang teratur seseorang bisa mendapatkan kesegaran jasmani, kesegaran pemikirandan dapat meningkatkan produktifitas kerja seseorang. Lingkup pada olahraga itu sendiri tidak hanya berputar pada kesehatan tetapi juga dalam pembinaan serta mempererat kesatuan dan persatuan bangsa dalam pembangunan nasional. Seperti yang dijelaskan pada Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa keolahragaan nasional berguna untuk meningkatkan kesehatan serta dapat meningkatkan kebugaran prestasi, kualitas manusia, moral, akhlak, sportifitas, kedisiplinan, membina kesatuan bangsa, serta mengukuhkan ketahanan nasional, harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Upaya meningkatkan kualitas bangsa merupakan salah satu usaha pembinaan dan pengembangan olahraga diIndonesia. Dengan melakukan kegiatan olahraga kita harap dapat menciptakan suatu bentuk penampilan darisemua bangsa Indonesia dalam mengisi pembangunan,perihal tersebut menyangkut kepada prestasi dalam olahraga. Berbicara tentangprestasi olahraga, hal tersebut merupakan suatu kegiatan yang terstruktur dan harus adanya perwujudan dalam segi teknik yang sesuai dan benar, selain itu juga dari segi kerjasama. Tidak hanya kerjasama antar pemain tetapi juga kerja sama antara pemerintah dan masyarakat.

Dari berbagai macam cabang olahraga yang disukai oleh masyarakat, bolavoli ialah salah satu olahraga yang sangat populer di seluruh kalangan masyarakat di dunia. Bolavoli adalah suatu olahraga yang tidak sulit untuk dipelajari dan tidak membutuhkan biaya besar dalam pelaksanaannya. Begitu juga dimasa sekarang, dibuktikan dengan banyaknya kejuaraan yang dihelar diberbagai daerah dari tingkat nasional maupun internasional. Usaha dalam pencapaian berbagai prestasi tidak terlepas dari unsur-unsur pendukung di dalamnya. Kegiatan pendukung dalam pencapaian prestasi olahraga salah satunya yaitu teknik (Soniawan, 2018). Atlet yang memiliki penguasaan teknik yang baik, akan menghasilkan prestasi dalam setiap pertandingan bolavoli. Bolavoli diartikan sebagai suatu cabang olahraga permainan yang beregu yang menuntut kerja sama tim dan menjunjung tinggi nilai-nilai moral, sportifitas, dan disiplin. Pernyataan lainnya dari permainan bolavoli yaitu suatu olahraga yang tidak kontak badan secara langsung, karena ada jaring atau net sebagai pembatas sehingga menjadi tantangan bagi pemain untuk dapat melewati dan mematkan bola ke daerah pertahanan lawan tanpa menyentuh jaring atau net.

Faktor lain yang secara tidak langsung menunjang prestasi dalam permainan bolavoli adalah kompetensi pelatih. Pelatih adalah seorang profesional yang memiliki tugas untuk membantu suatu tim dalam meningkatkan kemampuan tim pada saat pertandingan dilaksanakan. Pencapaian prestasi yang didapat, pelatih memiliki peranan yang penting. Capaian keberhasilan yang dimiliki oleh seorang pelatih yaitu dapat memberikan peningkatan kemampuan atlet diwujudkan dengan prestasi tertinggi atlet

tersebut. Penguasaan teknik dan pemahaman taktik dapat mempengaruhi prestasi pemain. Teknik dasar merupakan suatu kemampuan sangat penting yang harus dimiliki oleh seorang atlet sebelum menuju kemahiran maka dari itu diperlukan teknik dasar oleh seorang atlet untuk meraih prestasi.

Menurut Muhajir (2006 : 23), teknik *smash* dalam bolavoli ialah permainan bola dilakukan dengan cara yang efektif dan efisien sesuai ketentuan peraturan permainan yang telah ditetapkan agar mencapai suatu hasil yang maksimal. Dari penjelasan Mariyanto (2006 : 128) mengungkapkan bahwa *smash* ialah suatu bentuk gerakan memukul , yang dilakukan secara cepat dan kuat, dimana terjadinya kontak antara tangan dengan bola bagian atas secara penuh, sehingga jalan bola menjadi terjal dan berkecepatan tinggi. Jika pergerakan bola berada tinggi diatas net dan mendarat pada garis pertahanan lawan, maka akan menghasilkan poin tambahan. Iwan Kristianto (2003 : 143) mengemukakan *smash* adalah sebuah pukulan keras yang tajam karena bola sulit diterima atau dikembalikan oleh lawan. Salah satu bentuk *smash* yaitu spike. Spike adalah bentuk serangan yang banyak digunakan dalam suatu upaya untuk mendapatkan poin dalam suatu pertandingan bolavoli. Dalam pengukuran tingkat keberhasilan dalam melaksanakan *smash*, terdapat test *smash* sebagai tolak ukur kemampuan *smash*. Test kemampuan *smash* yang peneliti lakukan dilaksanakan pada salah satu tim bolavoli di SMAN 1 Payakumbuh.

Pada tahun 2020, kondisi pendidikan dihadapi pada situasi pandemi yang mengakibatkan proses belajar mengajar di sekolah dialihkan secara daring,

sehingga mengakibatkan pembelajaran olahraga yang identik dengan kegiatan secara tatap muka menjadi terhambat, begitu juga dengan jalannya jadwal latihan tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh yang terganggu akibat dialihkannya pembelajaran secara daring. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 15 februari 2021 dilapangan, peneliti mendapatkan informasi tentang prestasi tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh yang pada saat sekarang mengalami penurunan dibandingkan pada beberapa tahun sebelumnya. Pernyataan tersebut dibenarkan oleh bapak Luberta Karya yang menjadi pelatih tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh. Karena di beberapa tahun sebelumnya tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh memperoleh prestasi antara lain; Pada tahun 2016 tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh mendapatkan juara 1 di pertandingan antar SMA se-Payakumbuh, pada tahun 2017 tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh mendapatkan juara 2 dalam turnamen antar SMA Kabupaten 50 kota, pada tahun 2018 tim Bolavoli SMA N 1 Payakumbuh hanya lolos dalam babak penyisihan group dan pada tahun 2019 tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh hanya mendapatkan juara 3 pada event pertandingan bolavoli yang diadakan oleh Kabupaten 50 kota.

Dari pernyataan berbagai prestasi yang telah dicapai oleh tim bolavoli SMAN 1 Payakumbuh setiap tahunnya mengalami penurunan prestasi. Ketercapaian prestasi dalam permainan bolavoli ditentukan salah satunya dengan kemampuan pemain dalam melaksanakan *smash*. Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik dalam melaksanakan penelitian terkait dengan teknik *smash* yang dilaksanakan oleh atlet bolavoli di SMAN 1

Payakumbuh dengan judul penelitian yaitu **”Tingkat Kemampuan *Smash* Atlet Bolavoli SMAN 1 Payakumbuh”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah ternyata cukup banyak faktor-faktor yang bisa mempengaruhi rendahnya prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh diantara faktor-faktor tersebut diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan teknik bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
2. Kemampuan kondisi fisik bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
3. Tingkat mental bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
4. Kelengkapan sarana dan prasarana bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
5. Kualitas pelatih bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
6. Bentuk program latihan bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
7. Postur tubuh atlet bisa mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah ternyata cukup banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh, dan

karena keterbatasan peneliti, oleh sebab itu penelitian ini hanya dibatasi pada kemampuan *smash* bolavoli.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatas masalah diatas maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu: Bagaimana tingkat kemampuan *smash* Atlet bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang ada, Berikut merupakan tujuan dari penelitian ini yaitu untuk dapat mengetahui tingkat Kemampuan *Smash* yang dimiliki Atlet Bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.

F. Manfaat Penelitian

1. Untuk salah satu syarat oleh penulis untuk memenuhi dan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Memberikan masukan kepada pelatih tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh agar tau sejauh mana kemampuan *smash* yang dimiliki oleh tim bolavoli SMA N 1 Payakumbuh.
3. Menambah literatur penulisan skripsi bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang. Khususnya Jurusan Kepelatihan Olahraga, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.