

**TINJAUAN KEMAMPUAN TEKNIK PEMAIN BOLAVOLI PUTRA
SMA NEGERI 8 KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**RENDHO AJI SAPUTRA
NIM. 19086237**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

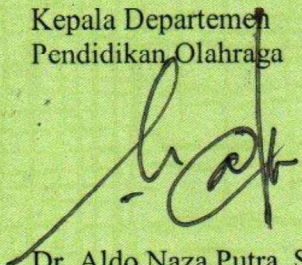
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Bola Voli Putra SMA Negeri 8 Kota Padang**
Nama : Rendho Aji Saputra
NIM/BP : 19086237/19
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2024

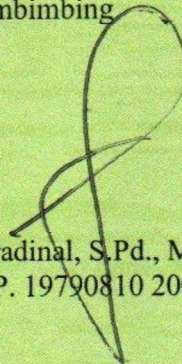
Disetujui oleh

Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Pembimbing



Atradinal, S.Pd., M.Pd
NIP. 19790810 200604 1 002

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 Pemain Bola Voli Putra
SMA Negeri 8 Kota Padang**

Nama : Rendho Aji Saputra
Nim/Tahun Masuk : 19086237/2019
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

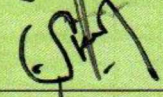
Padang, Februari 2024

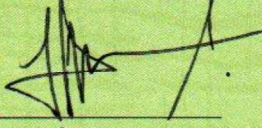
Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua Atradinal, S.Pd., M.Pd
2. Anggota Dra. Erianti, M.Pd
3. Anggota Haripah Lawanis, S.Pd., M.Pd

1. 

2. 

3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis akhir berupa skripsi dengan judul “**Tinjauan Teknik Dasar Bolavoli Putra SMA Negeri 8 Kota Padang**”, adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini adalah gagasan, rumusan, dan penelitian saya dengan dosen pembimbing, dosen penguji, dan pihak-pihak yang telah membantu saya menyelesaikan karya tulis ini.
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, Februari 2024

Yang membuat pernyataan



RENDHO AJI SAPUTRA
NIM. 19086237

MOTTO

اِيُكَلِّفُ اللهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا

”Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

”Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelahmu itu. Lebarakan lagi rasa syukurmu itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin itu tidak selalu lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu nanti yang bisa kau ceritakan”

(Boy Candra)

“Terbentur, Terbentur, Terbentur, Terbentuk”

(Tan Malaka)

ABSTRAK

Rendho Aji Saputra (19086237): Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Bolavoli Putra SMA Negeri 8 Kota Padang

Masalah penelitian adalah kemampuan teknik pemain bolavoli putra SMA Negeri 8 Kota Padang yang belum begitu baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan teknik pemain bolavoli putra SMA Negeri 8 Kota Padang.

Penelitian ini tergolong kepada jenis penelitian *deskriptive*. Populasinya yaitu seluruh pemain bolavoli putra yang aktif berlatih dan berjumlah sebanyak 15 orang, dan penarikan sampel menggunakan teknik sampling jenuh, maka jumlah sampel 15 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan mengukur kemampuan teknik bolavoli. Data dianalisis dengan menggunakan persentase.

Hasil penelitian kemampuan teknik pemain bolavoli putra SMA Negeri 8 Kota Padang dari 15 orang ditemukan 2 orang (13,33%) kategori baik sekakli, 2 orang (13,33%) kategori baik, 1 orang (6,67%) kategori sedang. Selanjutnya 4 orang (26,67%) kategori kurang dan 6 orang (40%) kategori kurang sekali. Artinya masih banyak pemain bolavoli putra di sekolah ini rendah kemampuan teknik bolavolinya.

Kata Kunci: Teknik Bolavoli Putra

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Tinjauan Kemampuan Teknik Pemain Bolavoli Putra SMA Negeri 8 Kota Padang”**. Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd Selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Atradinal S.Pd, M.Pd, Selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Dra. Erianti, M.Pd dan Haripah Lawanis, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Kedua orang tua tercinta saya Bapak Heri Sapriyono dan Ibu Indah Yani, orang tua yang hebat yang selalu menjadi penyemangat dan donatur saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tak henti-hentinya mendo'akan mencurahkan kasih sayang, perhatian, motivasi, nasihat, serta dukungan baik secara moral maupun finansial.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kepala Sekolah SMA Negeri 8 Kota Padang yang telah memberi izin siswanya sebagai sampel dalam penelitian ini.
8. Guru PJOK sebagai pelatih bolavoli di SMA Negeri 8 Kota Padang yang telah membatu dalam pengambilan data penelitian.
9. Untuk sahabat penulis Herlin Fardila, Denisa Fitria, Anginine Iovica Wahyudia Ainadisya Suradi, yang telah banyak memebantu dan menemani dalam proses penyelesaian kuliah selama ini, Terimakasih atas segala bantuan dan kebaikan yang di berikan kepada penulis.
10. Terimakasih teman seperjuangan kos Aroma Kitchen Garage, Rahmad Al-Mutaqqim, Rama Daniansyah, Illyas Arib Saputra, atas dukungan dan support ke penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
11. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut di banggakan diri sendiri.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin
Ya Robal Alamin.

Padang, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

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.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bola Volly	7
2. Teknik Dasar Bola Volly.....	8
3. Teknik Bola Volly yang Diteliti	11
B. Kerangka Konseptual	19
C. Pertanyaan Penelitian	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Defenisi Operasional	24
E. Instrumen Penelitian.....	24
F. Teknik Analisis Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	31
B. Pembahasan.....	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	31
3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Atas.....	33
4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Servis</i> Atas	35
5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Teknik Pemain Bola Voli Putra SMAN 8 Kota Padang	37
6. Data Mentah <i>Passing</i> Bawah	58
7. Data Mentah <i>Passing</i> Atas	59
8. Data Mentah <i>Servis</i> Atas	60
9. Rekap Data Tes Bola Voli	61
10. Rekap Data Tes Kemampuan Bola Voli.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. <i>Servis Atas</i>	13
2. <i>Passing Bawah</i>	15
3. <i>Passing Atas</i>	18
4. Kerangka Konseptual.....	20
5. Lapangan Untuk Tes <i>Passing Bawah</i>	25
6. Lapangan Untuk Tes <i>Passing Atas</i>	26
7. Lapangan Untuk Tes <i>Servis Atas</i>	28
8. Histogram Keterampilan <i>Passing Bawah</i>	32
9. Histogram Keterampilan <i>Passing Atas</i>	34
10. Histogram Keterampilan Teknik <i>Servis Atas</i>	36
11. Histogram Keterampilan Teknik Bola Voli.....	38
12. Surat Izin Penelitian.....	63
13. Surat Keterangan Melakukan Penelitian.....	64
14. Pengarahan Sebelum Melakukan Tes	65
15. Pemanasan Lari Kecil	65
16. Pemanasan dengan Push-Up	66
17. Alat Untuk Test.....	66
18. Tes <i>Passing Bawah</i>	67
19. Tes <i>Passing Atas</i>	67
20. Tes <i>Servis Atas</i>	68
21. Foto Bersama	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekap Data Tes	58
2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaaan UNP.....	61
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	62
4. Dokumentasi Penelitian	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga disekolah atau yang lebih dikenal dengan olahraga pendidikan seperti dijelaskan undang-undang Republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan (2022:2) Bab I pasal 1 yang berbunyi: Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.

Permainan bolavoli merupakan permainan prestasi yang di pertandingkan, Permainan bolavoli merupakan suatu permainan regu yang sangat menarik dan termasuk ke dalam kelompok permainan menyerang dan bertahan permainan ini tidak langsung kontak dengan badan sebab dibatasi oleh jaring atau net, Erianti (2019).

Dalam olahraga bolavoli di samping memiliki kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik juga diperlukan penguasaan teknik yang baik pada siswanya, karena tanpa adanya penguasaan teknik yang baik seseorang siswa tidak dapat mewujudkan prestasinya. Kemampuan teknik dasar bermain bolavoli merupakan salah satu yang perlu dimiliki seseorang pemain bolavoli.

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. Dengan adanya kemampuan teknik dasar yang baik, seperti servis, passing bawah, passing atas. Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan suatu prasyarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang. Dimana hal ini sangat menentukan sampai dimana seorang pemain SMA Negeri 8 Kota Padang dapat meningkatkan mutu permainannya. Selain itu, penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, pemain dapat melaksanakan taktik permainan dengan mudah karena pemain tersebut mempunyai kepercayaan pada diri sendiri cukup tinggi dan setiap keterampilan yang dilakukan tidak banyak membuang tenaga yang tidak perlu.

Dari urain di atas, untuk meningkatkan prestasi permainan bolavoli yaitu dengan menguasai teknik dasar dari permainan bolavoli itu sendiri yaitu: *service, passing* Namun sangat disayangkan, pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang tidak banyak memiliki pemain bolavoli yang dapat diandalkan, hal ini terbukti dari hasil setiap kejuaraan open turnamen, belum pernah mendapatkan prestasi puncak. Artinya, pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang 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, 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, 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 SMA Negeri 8 Kota Padang rutin melakukan latihan. Namun sangat disayangkan prestasi yang dihasilkan belum memuaskan meskipun sudah melakukan pelatihan.

Berdasarkan pemantauan peneliti dari fenomena yang terjadi di lapangan peneliti menduga kemampuan bermain siswa ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang masih jauh dari yang diharapkan, hal ini terbukti dari menurunnya penampilan pemain dalam melakukan keterampilan seperti saat melakukan *passing* bawah, *passing* atas, *servis*. Peneliti melihat beberapa kesalahan yang dilakukan oleh pemain, antara lain: 1) pada saat melakukan 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 pemain 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 6) kurang fokus terhadap permainan. Jika hal ini dibiarkan maka prestasi maksimal yang

diharapkan akan sulit untuk diraih, untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yaitu :

1. Belum baiknya kemampuan *passing* bawah pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
2. Belum baiknya kemampuan *passing* atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
3. Belum baiknya kemampuan *servis Atas* pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
4. Belum baiknya kondisi fisik yang dibutuhkan untuk pemain.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan fenomena yang dominan peneliti temukan di lapangan maka penelitian ini dibatasi yaitu sebagai berikut :

1. Kemampuan teknik *passing* bawah
2. Kemampuan teknik *passing* atas
3. Kemampuan teknik *servis* atas

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah yaitu:

1. Bagaimanakah kemampuan teknik *passing* bawah pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang?.

2. Bagaimanakah kemampuan teknik *passing* atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang ?.
3. Bagaimanakah kemampuan teknik *servis* atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang ?.
4. Bagaimanakah kemampuan teknik dasar atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang ?.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kemampuan teknik *passing* bawah pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
2. Untuk mengetahui kemampuan teknik *passing* atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
3. Untuk mengetahui kemampuan teknik *servis* atas pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang.
4. Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar pemain bolavoli SMA Negeri 8 Kota Padang

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.