

**KEMAMPUAN DASAR SISWA PUTRI DALAM PERMAINAN
BOLAVOLI SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2
KECAMATAN TANJUNG MUTIARA KABUPATEN AGAM**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

NITA FATNIDARYATI

07/ 92187

**JURUSAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2011

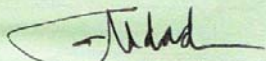
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Kemampuan Dasar Siswa Putri dalam Permainan Bola Voli Siswa Kelas
VII SMP Negeri 2 Kec. Tanjung Mutiara Kab. Agam
Nama : Nita Fatnidaryati
NIM : 2007/92187
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

Disetujui oleh:

Pembimbing I,



Drs. H. Alnedral, M.Pd.
NIP 19600430 198602 1 001

Pembimbing II,



Drs. Yendrizal, M.Pd.
NIP 19611113 198703 1 004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yendrizal, M.Pd.
NIP 19611113 198703 1 004

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Nita Fatnidaryati
NIM : 2007/92187

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan tim penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

**Kemampuan Dasar Siswa Putri dalam Permainan Bola Voli Siswa
Kelas VII SMP Negeri 2 Kec. Tanjung Mutiara Kab. Agam**

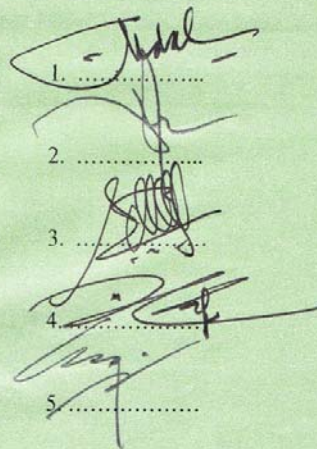
Padang, Juli 2011

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. H. Alnedral, M.Pd.
2. Sekretaris : Drs. Yendrizal, M.Pd.
3. Anggota : Dr. Adnan Fardi, M.Pd.
4. Anggota : Drs. Hendri Irawadi, M.Pd.
5. Anggota : Drs. M. Ridwan

1.
2.
3.
4.
5.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani dan olahraga di lembaga-lembaga pendidikan diantaranya ialah untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan. Dan pada kenyataan masyarakat sangat banyak mengharapkan peningkatan kemampuan peserta didik terutama dalam cabang olahraga. Oleh karena tuntutan masyarakat tersebut timbul persoalan mendasar yaitu bagaimanakah cara meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan keterampilan cabang olahraga, sehingga alokasi waktu yang tersedia dan sarana pada satu sekolah dapat diefektifkan penggunaan dan tujuan yang diinginkan dapat tercapai secara maksimal.

Cabang olahraga permainan bolavoli merupakan suatu cabang olahraga yang sangat memasyarakat, oleh karena itu peningkatan keterampilan bermain bolavoli para siswa di suatu sekolah sudah merupakan suatu keharusan setelah melihat tuntutan yang sangat besar dari masyarakat. Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda untuk digunakan pada keadaan yang khusus dimana pada akhirnya adalah untuk menyebar luaskan kemahiran bermain kepada setiap orang (PP. PBVSI, 2001).

Seiring dengan kemajuan ilmu serta teknologi, kegiatan olahraga di Indonesia khususnya cabang bolavoli mengalami perkembangan yang pesat. Semua ini tidak lepas dari perhatian pemerintah di bidang olahraga, hal ini terbukti dengan keikutsertaan Indonesia dalam pertandingan-pertandingan di tingkat regional, nasional ataupun internasional. Keikutsertaan tim bolavoli Indonesia di tingkat internasional dengan prestasi kurang menggembirakan. Pemerintah Indonesia dewasa ini sedang giat melaksanakan berbagai program pembangunan, diantaranya adalah bidang olahraga. Bidang olahraga mendapat perhatian serius terutama sekali pada upaya penyelenggaraan dan pembinaan atlet agar dapat berprestasi. Hal ini dapat terwujud karena adanya kerjasama yang baik antara lembaga-lembaga pemerintah, masyarakat, dan instansi terkait. Berkaitan dengan hal tersebut, bolavoli sebagai salah satu cabang olahraga permainan yang sangat digemari oleh masyarakat. Permainan dilakukan dengan jalan memantulkan bola sebelum bola jatuh ke tanah (*volleying*) (Barbara Viera, 2000:1).

Bolavoli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa digunakan. Alasan lain yang menyenangkan adalah dapat dimainkan dan dinikmati berbagai usia dan tingkat kemampuan, dapat dimainkan di segala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun permukaan lantai buatan, dapat dilakukan di dalam ataupun di luar gedung (Viera, 1996:1).

Olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olah raga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di klub-klub, kantor-kantor, desa-desa, maupun sekolah-sekolah. Hal ini disebabkan karena olahraga bolavoli memerlukan peralatan yang sederhana serta mendatangkan kesenangan bagi yang bermain. Seperti dikatakan oleh Yunus (1992:1) bahwa: "Olahraga bolavoli dapat dilaksanakan oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, baik masyarakat kota maupun desa. Olahraga ini sudah berkembang menjadi olahraga yang digemari." Maka dari itu diharapkan nantinya akan muncul bibit-bibit olahragawan khususnya untuk olahraga bolavoli.

Di sekolah olahraga bolavoli sudah dimainkan oleh siswa-siswi mulai dari sekolah dasar, sekolah lanjutan tingkat pertama, sekolah menengah umum sampai perguruan tinggi walaupun dalam bentuk yang sederhana. Perkembangan bolavoli dewasa ini sangatlah pesat, hal ini terlihat dari semakin banyaknya jumlah kejuaraan dari tingkat daerah sampai tingkat nasional. Dikatakan oleh Yunus (1991:1) bahwa: "Di Indonesia olahraga bolavoli sudah dikenal dan dimainkan oleh semua lapisan masyarakat." Suatu perkembangan yang pesat dapat dilihat dari semakin banyaknya perkumpulan bolavoli dan seringnya dilaksanakan pertandingan atau kejuaraan bolavoli terutama pada setiap hari besar nasional, peringatan ulang tahun suatu instansi atau lembaga tertentu, dari tingkat terendah, seperti antar desa, sampai tingkat yang lebih tinggi, seperti antar perkumpulan atau antar propinsi.

Hal ini dikarenakan ada beberapa faktor yang membuat olahraga bola

voli berkembang pesat antara lain, olahraga bolavoli mudah dilakukan, olahraga bolavoli lapangannya tidak memerlukan tempat yang luas dan olahraga bolavoli dapat mendatangkan kesenangan bagi yang main. Olahraga bolavoli dewasa ini tidak hanya merupakan olahraga rekreasi melainkan sudah merupakan olahraga prestasi sehingga banyak orang yang berminat untuk mengikuti olahraga bolavoli.

Untuk mencapai kualitas prestasi olahraga bolavoli yang setinggi-tingginya perlu dilakukan pembinaan sejak dini. Salah satunya dapat dilaksanakan melalui jalur pendidikan jasmani di sekolah. Karena olahraga bolavoli ini masuk dalam kurikulum sebagai salah satu materi pelajaran dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Latihan bolavoli di sekolah bertujuan untuk meningkatkan derajat kesegaran jasmani dan keterampilan gerak dasar. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli yang sempurna adalah menjadi dasar untuk mengembangkan kualitas yang tinggi dalam permainan. Adapun teknik dasar bolavoli menurut Suharno (1985:16) adalah meliputi: *service*, *pass bawah*, *pass atas*, *umpan (set up)*, *smash*, *bendungan (block)*.

Bolavoli adalah permainan beregu yang dalam satu regu pemainannya satu sama lain harus saling mendukung dan bahu-membahu membentuk regu yang kompak. Dengan demikian penguasaan teknik dasar permainan bolavoli secara perorangan mutlak diperlukan. Perlu juga diupayakan langkah-langkah nyata mulai dari perbaikan metode latihan, peningkatan sarana prasarana, penggunaan peralatan yang baik dan standar, perhatian masalah gizi, tes dan pengukuran dalam olahraga sampai pada perhatian terhadap tim dokter dan

psikolog yang diperlukan. Dijelaskan oleh M. Yunus (1992:62) permainan bolavoli adalah permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bermain sangat terbatas apabila tidak sesuai teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar.

Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bolavoli. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk memperoleh nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Menurut Beutelstahl (2005:8) servis adalah sentuhan pertama dengan bola.

Salah satu permainan yang di ajarkan dari kelas VII sampai kelas IX adalah permainan bolavoli. Dalam silabus pendidikan jasmanai, olahraga dan kesehatan dicantumkan kompetensi dasar untuk kelas VII tentang teknik dasar permainan dan olahraga adalah mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan baik, serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. Teknik dasar itu dapat berupa teknik servis, pass bawah, pass atas dan *smash*.

Berdasarkan pengamatan peneliti dalam akhir-akhir ini permainan bolavoli di SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam cukup memprihatinkan. Hal ini dibuktikan dengan kurangnya kompetensi atau kemampuan siswa khususnya siswa putri dalam melakukan permainan ini, hal ini terlihat dalam melakukan servis seringkali bola tidak masuk atau melewati net dan juga dalam penerimaan bola atau *passing* bawah ataupun *passing* atas

bola sering bola keluar dari lapangan, sehingga tujuan dari permainan bolavoli belum sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan hal di atas, maka timbul keinginan peneliti untuk melakukan penelitian berjudul, *“Kemampuan Dasar Siswa Putri Dalam Permainan Bolavoli Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam”*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka identifikasi masalah antara lain:

1. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli ?
2. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli ?
3. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli ?
4. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *smash* dalam permainan bolavoli ?

5. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *block* dalam permainan bolavoli ?
6. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan umpan dalam permainan bolavoli ?

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah tersebut, peneliti membatasi masalah penelitian ini pada:

1. Kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli.
2. Kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli.
3. Kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli.
2. Bagaimana kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli.
3. Bagaimana kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut tujuan penelitian adalah untuk memperoleh hasil deskripsi tentang hal sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli.
2. Untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli.
3. Untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi berbagai pihak terkait, antara lain sebagai berikut.

1. Peneliti sendiri, untuk menambah wawasan, terutama dalam bidang permainan bolavoli mengenai teknik dasar diantaranya servis, *passing* bawah dan *passing* atas.
2. Guru Penjasorkes di SMP Negeri 2 Tanjung Mutiara, sebagai bahan pertimbangan untuk merancang pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam permainan bolavoli mengenai teknik dasar diantaranya servis bawah, *passing* bawah, dan *passing* atas.
3. Bagi siswa, untuk memotivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya bolavoli dan memiliki kemampuan teknik dasar dalam permainan bolavoli yaitu servis bawah, *passing* bawah, dan *passing* atas.

BAB II

KAJIAN TEORI DAN KERANGKA KONSEPTUAL

A. Kajian Teori

1. Hakekat Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli merupakan permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang. Permainan bolavoli dimulai dengan pukulan servis yang dilakukan oleh pemain kanan belakang posisi di daerah servis. Bola harus dipukul dengan satu tangan atau salah satu bagian dari lengan sesudah bola dilambungkan atau dilepas dari tangan dan sebelum menyentuh salah satu bagian dari badan atau permukaan lapangan. Lapangan permainan berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran 18 m x 9 m, lapangan dibagi dua bagian yang sama besar oleh sebuah garis tengah yang di atasnya dibentangkan net dengan ketinggian 2,43 m untuk putra dan 2,24 m untuk putri (M.Yunus,1992 : 8).

Maksud dan tujuan para pemain adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati atas net dengan cara memvoli bola atau memainkan bola sebelum bola jatuh atau sebelum bola menyentuh lantai, bola dapat dipantulkan dengan seluruh anggota badan. Masing-masing regu berhak memainkan bola sebanyak tiga kali sentuhan kecuali perkenaan satu pantulan blok tidak dihitung sebagai pantulan pertama untuk regunya (M.Yunus, 1992:1). Menurut Gerhard dalam Bibit (2007:9) permainan bolavoli memiliki beberapa hal yang positif diantaranya adalah :

- a. Lapangan permainan relatif kecil dan memungkinkan mengikutsertakan pemain dalam jumlah relatif besar.
- b. Perlengkapan yang diperlukan sederhana dan tidak mahal.

- c. Sifat permainan tidak berubah walaupun lapangan dipersempit atau jumlah pemain dikurangi.
- d. Tidak terjadi pembebanan sepihak terhadap bagian-bagian tubuh tertentu.
- e. Resiko cedera kecil sekali, karena sama sekali tidak terjadi persentuhan dengan pemain regu lawan.

Permainan bolavoli menurut Suharno HP (1984: 1) adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa, baik wanita maupun pria. Dengan bermain bolavoli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir, kemauan, dan perasaan. Di samping itu kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama *self kontrol*, disiplin, rasa kerja sama, rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Manfaat lain dari bermain bolavoli adalah

- a. Kerja sama,
- b. Kecepatan bergerak,
- c. Lompatan yang tinggi untuk mengatasi bola di atas *net* (*Smash* dan *block*) dan
- d. Kreatif. (Suharno HP, 1984 :1).

Permainan bolavoli sat ini tidak hanya merupakan olahraga rekreasi lagi melainkan menjadi olahraga prestasi. Sehingga menuntut kualitas pemain yang setinggi-tingginya. Dengan adanya tuntutan prestasi tinggi tersebut maka diperlukan cara memberikan latihan yang efektif dan efisien. Penguasaan teknik dasar yang sempurna akan menjadi dasar untuk mengembangkan mutu permainan (Suharno HP, 1984:1).

Awal mula permainan bolavoli tidak ditentukan berapapun jumlah pemain dalam satu timnya, namun perkembangan zaman permainan bolavoli mengalami beberapa kali perubahan terutama peraturan permainannya.

Peraturan yang terbaru saat ini jumlah nilainya dalam satu set adalah 25, kecuali set kelima atau set terakhir hanya 15, dengan menggunakan sistem *rally point*. Artinya apabila regu lawan mendapat giliran servis regu tersebut mendapat angka. Akibat suatu kesalahan adalah kehilangan *rally* dan regu yang memenangkan *rally* memenangkan satu angka dan berhak melakukan servis. Apabila dalam permainan bolavoli tersebut kedua regu kedudukan angka sama 24-24, maka permainan dilanjutkan sampai terdapat selisih dua angka. Untuk set penentuan dimainkan hanya sampai dengan angka 15.

2. Teknik Dasar Permainan Bolavoli.

Teknik dasar adalah proses gerak yang efektif dan rasional untuk menyelesaikan suatu tugas sebaik-baiknya dalam pertandingan, (KONI, 1993:14). Selain itu teknik dasar juga diartikan proses gerak sebagai pondasi dengan tuntutan kondisi gerak sederhana dan mudah, (Suharno HP, 1982:12). Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dipelajari terlebih dahulu guna mengembangkan mutu prestasi permainan bolavoli. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam suatu pertandingan. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal, (M. Yunus.1982:68).

Permainan bolavoli merupakan permainan beregu, maka kekuatan dari tim atau regu sangat didukung oleh kecakapan, ketrampilan dari masing-masing individu yang tergabung dalam regu tersebut. Selain itu sifat toleransi antar pemain, saling percaya, kerjasama dan kekompakan dalam bermain

merupakan faktor yang menentukan juga dalam kekuatan suatu regu, hal ini dapat tercipta bila mana setiap individu dalam tim tersebut telah menguasai teknik dasar bolavoli. Teknik dasar permainan bolavoli meliputi : Servis, *Pasing*, Umpan /*set-up*, *Smash* / *spike* dan bendungan (*block*)

a. Servis

Servis adalah tanda saat dimulainya permainan dan juga merupakan serangan awal bagi regu yang melakukan servis. Servis dapat dilakukan dengan tangan dari bawah yang disebut dengan istilah servis tangan bawah atau dilakukan dengan tangan dari atas yang dikenal dengan servis atas. Servis yang dipakai oleh para pelajar putri umumnya servis tangan bawah yang pelaksanaanya sebagai berikut :

1). Servis tangan bawah

Menurut Sirodjudin (1997:154) latihan servis bawah adalah, "Berdiri di belakang garis servis, salah satu kaki didepan (kiri jika tidak kidal dan sebaliknya) badan menghadap kesisir, sedikit condong ke depan, kedua kaki lutut ditekuk, berat badan di kaki depan. Tangan kiri memegang bola dari bawah, tangan kanan memegang bola. Lambungkan bola dari bawah keatas, ketinggian lambungan bola kurang lebih 1 meter dalam garis vertikal. Bersamaan dengan mengayunkan lengan atas, pukul bola dengan telapak tangan mengarah ke depan, tangan sedikit mengepal. Sentuhlah bola dengan tangan tepat didepan badan. Perkenaan bagian bidang bola dengan tangan yaitu bidang datar lengan bawah pangkal telapak tangan. Bersamaan dengan meluruskan lutut dan badan. Berat badan

di kaki depan”. Sedang Moekarto (2002 : 458) menguraikan teknis servis bawah sebagai berikut,”Servis tangan bawah dilakukan dengan cara memukul bola yang dilambungkan dengan tangan. Pada waktu bola yang dilambungkan berada di depan setinggi pinggang, saat tangan mengenai bola harus ditegangkan, agar menghasilkan pantulan yang sempurna. Setelah memukul servis, pemain harus kembali berdiri normal”.



Gambar 1
Urutan Servis bawah
(M. Yunus, 1992:73)

2). Servis atas.

Sikap berdiri didaerah servis kaki kiri sedikit didepan bagi yang tidak kidal bagi yang kidal sebaliknya, lutut sedikit ditekuk tangan kiri memegang bola dan tangan kanan memegang bagian atas bola. Bola dilambungkan bersamaan dengan itu tangan kanan tarik keatas belakang, kemudian tangan kanan memukul bola yang berada di atas depan kepala setinggi raihan tangan kanan. Saat memukul tangan kanan meraup seperti

menaungi bola. Setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dan gerak langkah kaki kanan ke depan segera masuk kelapangan permainan mengambil sikap siap normal. Untuk lebih jelas dapat dilihat gambar 2 di bawah ini:



Gambar 2
Urutan Teknik Servis Atas
(M. Yunus, 1992 :74)

b. Passing

Passing adalah upaya seseorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu gerakan teknik tertentu yang tujuannya untuk mengoper bola kepada teman seregunya untuk memainkan bola dilapangan sendiri, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan.

1). Passing Bawah.

Ambil sikap siap normal dalam posisi, yaitu kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibungkukkan ke depan, berat badan bertumpu pada kedua kaki, sikap sedikit jongkok sambil kaki di buka, kedua lengan rapat dan

berjulur lurus, sikap tubuh merendah, dengan kedua lengan bawah seperti mengangkat, kedua tangan saling terkait. Ayunkan kedua lengan kearah bola, dengan sumbu gerak pada sendi bahu, dan siku benar-benar dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada lengan bawah di atas pergelangan tangan di bawah siku, lengan diayunkan dan diangkat untuk mengarah bola. Setelah ayunan lengan mengenai bola, kembali mengambil sikap siap normal.

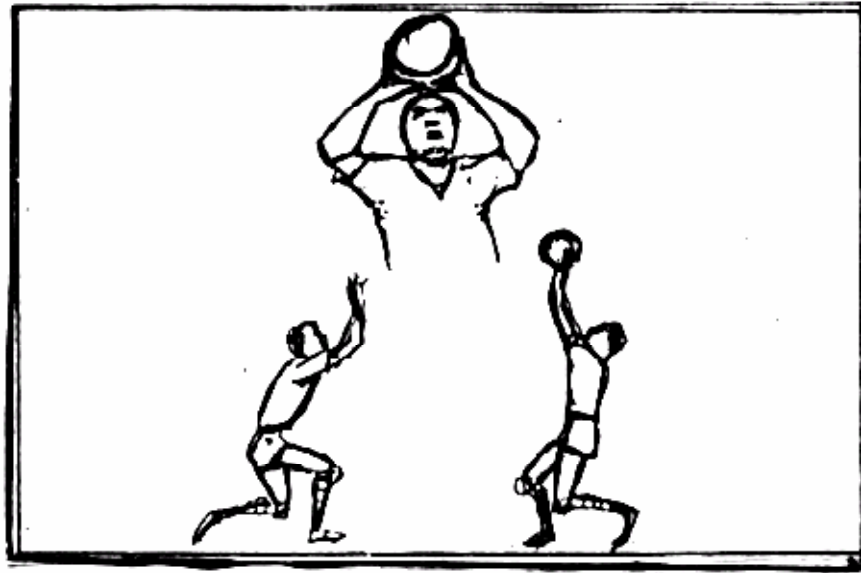


Gambar 3
Urutan Teknik Gerakan *Passing* Bawah
(M. Yunus, 1992:83)

2). *Passing* atas

Posisi siap normal , yaitu kedua kaki merenggang berat badan pada kedua kaki, lutut ditekuk merendah, jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan setengah bola. Pada saat bola di atas depan dahi, lengan diluruskan gerakan eksplosif untuk mendorong bola, pada waktu perkenaan dengan bola jari-jari agak ditegangkan, dan diikuti dengan gerakan

pergelangan tangan agar bola dapat mengarah sesuai dengan kehendak pemain. Setelah bola memantul dengan baik lanjutkan dengan luruskan lengan ke depan atas sebagai satu gerakan lanjutan, dan bersiap kembali ke posisi normal.

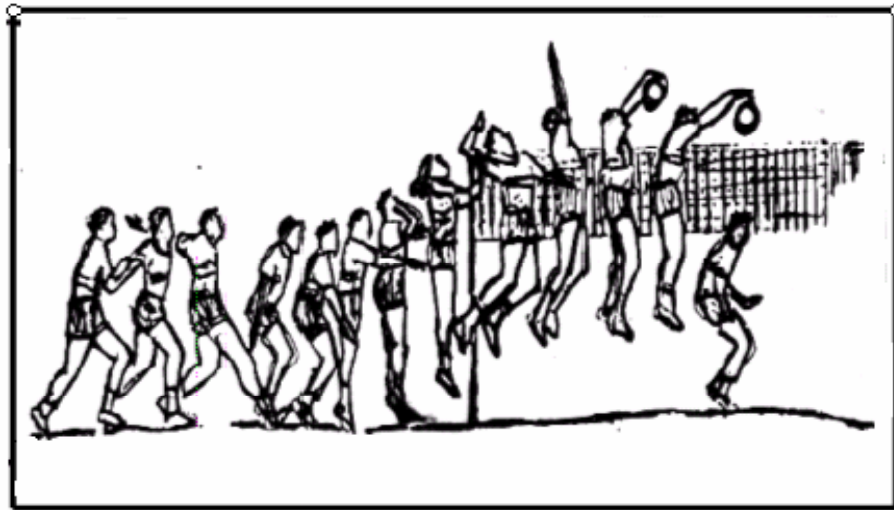


Gambar 4
Sikap Pass Atas
(M. Yunus, 1992:91)

c. *Smash*

Smash adalah pukulan utama dalam penyerangan dalam rangka usaha untuk mencari kemenangan, dengan cara memukul bola menukik ke arah lawan. Cara melakukan *smash* adalah berdiri siap loncat dengan jarak renggang dari arah net. Langkahkan kaki ke depan kemudian diikuti dengan tolakkan dengan bertumpu pada kedua ujung telapak kaki dan kedua lutut ditekuk, badan sedikit condong ke depan, tangan disamping kepala berfungsi sebagai keseimbangan tubuh saat diudara. Begitu bola berada di dekat *smasher*, maka segera memukul bola secepatnya ke arah yang dikehendaki. Setelah memukul

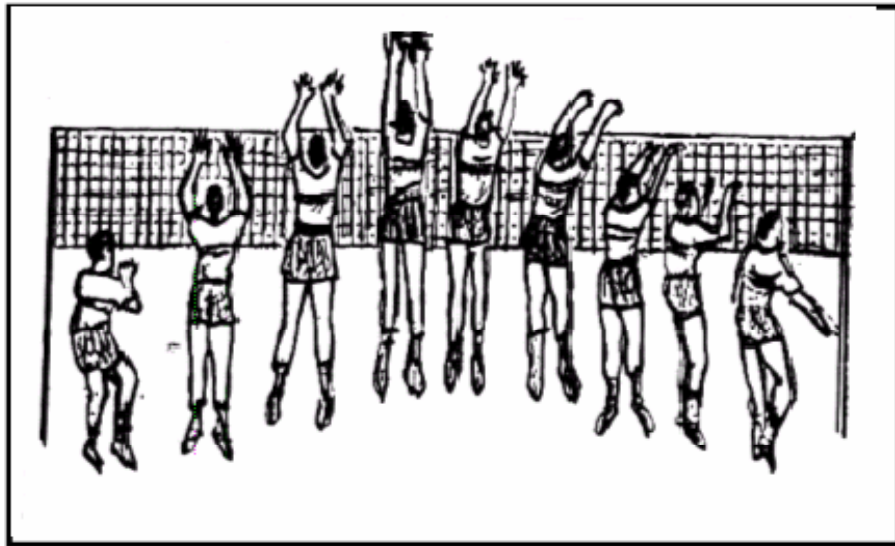
bola, tangan ditarik kembali pada posisi semula, bersamaan mendarat kembali bertumpu pada kedua kaki dan kaki lentur (ngeper).



Gambar 5
Urutan Teknik Gerakan *Smash*
(M. Yunus, 1992:113)

d. ***Block (Bendungan)***

Block merupakan daya upaya untuk menahan bola, yang dipukul lawan di dekat net, agar serangan lawan dapat dipatahkan. Cara melakukan: berdiri di depan jaring, kedua kaki sejajar, lutut ditekuk kedua tangan siap di depan dada, jari-jari renggang, pandangan mata mengamati arah bola dan mengamati *smasher* lawan. Meloncat dengan menjulurkan tangan ke arah datangnya bola tangan membendung bola yang dipukul lawan. Setelah membendung bola kedua tangan ditarik kembali ke posisi awal, mendarat dengan kedua kaki lentur, dan mengambil posisi sikap siap normal.



Gambar 6
Urutan Teknik Gerakan Bendungan (*Block*)
(M. Yunus, 1992:121)

Dalam penelitian ini peneliti akan memneliti kemampuan dasar teknik servis, *passing* bawah dan *passing* atas. Kemampuan berasal dari kata, “mampu”. Kemampuan menurut Poerwadarminta (Depdikbud, 1999:628) adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan, kekayaan dalam melakukan sesuatu. Kemampuan dalam penelitian ini adalah kesanggupan, kecakapan dalam melakukan *service* bawah, *passing* bawah dan *passing* atas dalam permainan bolavoli.

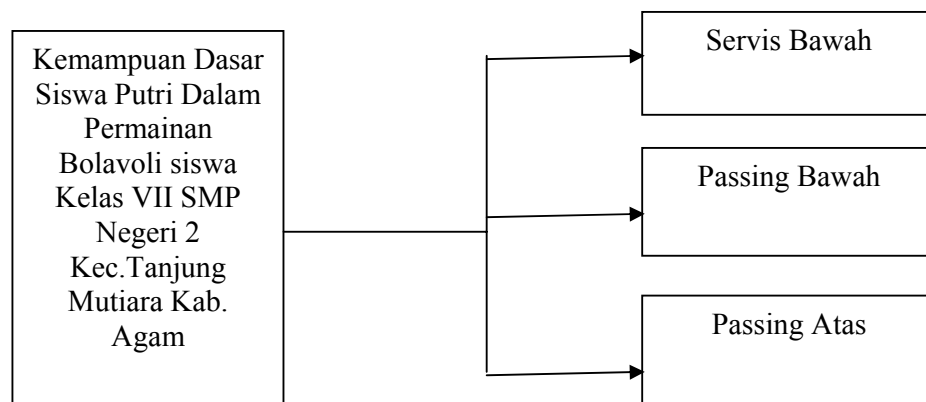
B. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran tentang kemampuan dasar siswa putri dalam permainan bolavoli siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam. Ada tiga hal yang menjadi acuan utama dalam penelitian ini, yaitu: teknik dasar servis bawah,

passing atas, teknik dasar *passing* bawah.

Servis bawah tanda saat dimulainya permainan dan juga merupakan serangan awal bagi regu yang melakukan servis. Servis bawah dilakukan dengan cara memukul bola yang dilambungkan dengan tangan. Pada waktu bola yang dilambungkan berada di depan setinggi pinggang, saat tangan mengenai bola harus ditegangkan, agar menghasilkan pantulan yang sempurna.

Passing adalah upaya seseorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu gerakan teknik tertentu yang tujuannya untuk mengoper bola kepada teman seregunya untuk memainkan bola di lapangan sendiri, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan. *Passing* terdiri dari *passing* bawah dan *passing* atas. Kerangka konseptual yang menjadi landasan berpikir peneliti ini dapat digasmbarkan sebagai berikut:



Gambar 1 : Kerangka Konseptual (Kemampuan Dasar Siswa Putri Dalam Permainan Bolavoli siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kec.Tanjung Mutiara Kab. Agam)

C. Pertanyaan Penelitian

Sesuai dengan kajian teori dan kerangka konseptual penelitian ini, maka pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli ?
2. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli ?
3. Bagaimanakah kemampuan dasar siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli ?

BAB V

PENUTUP

Pada bagian ini akan dikemukakan simpulan penelitian serta saran yang berhubungan dengan hasil penelitian ini.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam sebagai berikut:

1. Kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa putri dilihat dari servis bawah dalam permainan bolavoli siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam berada pada klasifikasi cukup dengan rata-rata kemampuan dasar yaitu 45,5.
2. Kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam dilihat dari *passing* atas pada klasifikasi cukup dengan rata-rata kemampuan, yaitu 46,5.
3. Kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam berada pada klasifikasi baik dengan rata-rata kemampuan dasar yaitu 45,5.

Secara umum kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa putri kelas VII SMP Negeri 2 Kecamatan Tanjung Mutiara Kabupaten Agam berada pada klasifikasi cukup dengan memperoleh rata-rata yaitu 48,2

B. Saran

Sesuai dengan simpulan, dapat diberikan saran-saran penelitian sebagai berikut.

1. Guru Penjasorkes di SMP Negeri 2 Tanjung Mutiara, lebih berupaya lagi meningkatkan kemampuan dasar siswa dalam permainan bolavoli dengan teknik servis, *pass* bawah, dan *pass* atas.
2. Guru Penjasorkes hendaknya lebih kritis dalam memberikan pembelajaran kepada siswa salah satunya dengan menilai tiap teknik yang digunakan dalam permainan bolavoli.
3. Untuk peneliti lebih lanjut, dapat dilakukan penelitian yang lebih komprehensif, baik kemampuan dasar dalam permainan bolavoli siswa maupun kemampuan dasar dalam permainan bola lain yang relevan dengan kurikulum.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1996). *Prosedur Penelitian Satu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Barbara L Viera Bonie Jill Fergusson.(1996). *Bola Voli Tingkat Pemula* Diterjemahkan Monti ,Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- _____. (2000).. *Bola Voli Tingkat Pemula* Diterjemahkan Monti ,Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Beutelstahl, Dieter, 2005, *Belajar Bermain Bola Volley*, Bandung, Pioneer.
- Ellya Ratna. (2003). *Evaluasi Pembelajaran*. (Bahan Ajar). UNP
- M. Yunus. (1991). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : Dekdikbud Dirjen Dikti
- _____.(1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : Dekdikbud Dirjen Dikti
- Moleong, Lexy J. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Nazir, Moh. (2005). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Poerwodarminto, WJS. (1999). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta, Depdikbud
- Suharno .H.P . (1982). *Metodik melatih Permainan Bola Voli*
- Suharno, H.P. (1984) . *Dasar-Dasar Permainan Bola Volley*, Yogyakarta : IKIP Negeri Yogyakarta.
- _____, (1985), *Dasar-dasar Permainan Bola Voli*, Yogyakarta, IKIP.
- Sudjana .(1989). *Metode Statiska*. Bandung : Tarsito
- Sirodjudin. (1977) .*Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Jilid I untuk SMU kelas 1* Bandung : PT Grafindo Media Pratama
- Thoha, M. Chabib. (2003). *Teknik Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Tisnowati Tamat dan Moekarto Mirman,(2002). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka.