

**STUDI KETERAMPILAN BOLAVOLI DASAR SISWA SEKOLAH  
MENENGAH PERTAMA NEGERI DI KECAMATAN KINALI  
KABUPATEN PASMAN BARAT**

**SKRIPSI**

*Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Fakultas ilmu keolahragaan Universitas negeri padang*



**Oleh**

**SULPIANTO  
NIM.1202351**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DA REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

### **SKRIPSI**

**Judul** : Sutdi Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat

**Nama** : Sulpianto

**Nim** : 1202351

**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

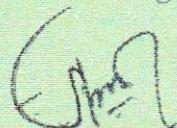
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustu 2016

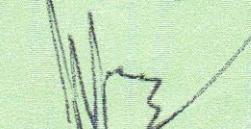
**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I**



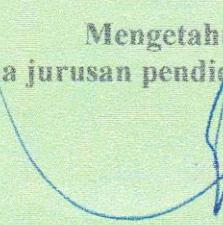
Dra. Erianti, M.Pd  
NIP.196207051987112001

**Pembimbing II**



Drs. Nirwandi, M.Pd  
NIP.195809141981021001

**Mengetahui:**  
**Ketua jurusan pendidika olahraga**

  
Drs. Zarwan, M.Kes  
NIP.196112301988031003

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Sulpianto  
NIM : 1202351

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Olahraga dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul

Studi Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama  
Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat

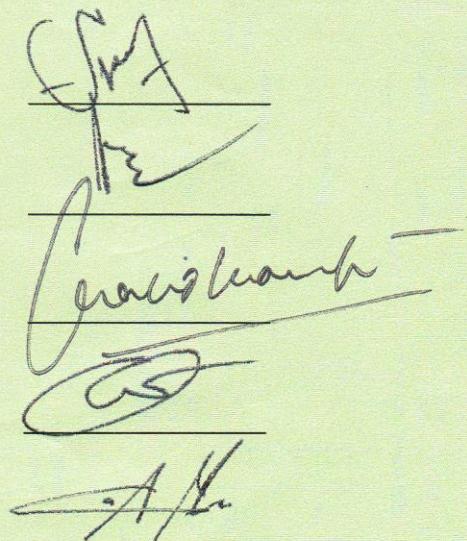
Padang, Agustus 2016

### Tim Penguji

Nama

1. Ketua : Dra. Erianti, M.Pd.
2. Sekretaris : Drs. Nirwandi, M.Pd.
3. Anggota : Dr. Chalid Marzuki, MA.
4. Anggota : Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M.Pd.
5. Anggota : Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd.

### Tanda Tangan



## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "**Studi Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman**", adalah asli 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 didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada keperpustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya tulis ini, serta sanksi lain nya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2016  
Yang membuat pernyataan



Sulpianto  
NIM. 1202351

## **ABSTRAK**

**Sulpianto (1202351) : Sturdi Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat**

Masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat yang telah mempelajari teknik dasar permainan bolavoli. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan bolavoli dasar yaitu servias bawah, *passing* bawah dan *passing* atas siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

Jenis penelitian adalah *deskriptif*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat yang telah mengikuti pelajaran bolavoli, tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah sebanyak 266 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposif sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 33 orang. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan teknik dasar bolavoli siswa yang terpilih menjadi sampel. Data dianalisa dengan menggunakan persentase.

Berdasarkan pengukuran terhadap studi keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat yang memiliki keterampilan baik sekali adalah 3 orang (9,09%), untuk kategori baik yaitu 4 orang (12,12%) dan yang berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 19 Orang (57,58%). Selanjutnya untuk kategori kurang sebanyak 4 orang (12,12%), sedangkan untuk kategori kurang sekali dimiliki sebanyak 3 orang (9,09%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa masih banyak siswa yang tingkat keterampilan bolavoli dasar rendah.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunianya, sehingga penulis dapat merampungkan skripsi dengan judul: *Studi Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat*. Penulisan skripsi ini adalah salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ayahanda tercinta dan Ibunda yang ku sayangi yang telah mencerahkan segenap cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun materil. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat, Kesehatan, Karunia dan keberkahan di dunia dan di akhirat atas budi baik yang telah diberikan kepada penulis. Penghargaan dan terima kasih penulis berikan kepada:

1. Drs. H. Syahrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padanag, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas belajar selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
2. Drs. Zarwan, M.Kes Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
3. Dra. Erianti, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Nirwandi, M.Pd sebagai Pembimbing II, yang telah begitu banyak memberikan bimbingan, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti kepada penulis.

4. Dr. Chalid Marzuki, MA. Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M.Pd. sri gusti handayani, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan masuka, saran, dan koreksi di dalam penyusunan skripsi ini, sehingga skripsi ini bisa lebih baik lagi.
5. Kepada ayahanda dan ibunda serta seluruh keluarga ku tercinta yang selalu memberikan do'a, semangat dan motivasi yang begitu berarti bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala sekolah dan seluruh jajaran di sekolah menengah pertama negeri 3 kinali dan sekolah menengah pertama negeri 6 di kecamatan kinali kabupaten pasaman barat yang telah memberi izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam penelitian ini.
7. Seluruh kariawan dan staf fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang

Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Karena itu, penulis memohon saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaannya dan semoga bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Padang, Agustus 2016

**Penulis**

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II KERANGKA KONSEPTUAL</b>	
A. Kajian Teori.....	8
1. Permainan Bolavoli .....	8
2. Teknik Dasar Bolavoli.....	13
a. Teknik Servis Bawah.....	14
b. Teknik <i>Passing</i> Bawah .....	18
c. Teknik <i>Passing</i> Atas .....	22
3. Pengertia Belajar Dan Mengajar.....	24
B. Kerangka Konseptual .....	26
C. Pertanyaan Penelitian .....	28
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	30
D. Jenis dan Sumber Data.....	31
E. Defenisi Operasional .....	32

F. Teknik dan Alat Pengumpul Data.....	33
G. Teknik Analisa Data .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	39
B. Hasil Penelitian dan Pembahasan .....	62
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpula.....	69
B. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	72

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Populasi Penelitian.....	30
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Servis Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	39
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali..	41
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali.	43
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	45
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Servis Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 di Kecamatan Kinali .....	47
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 di Kecamatan Kinali .....	49
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 di Kecamatan Kinali .....	51
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 di Kecamatan Kinali .....	53
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Servis Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 di Kecamatan Kinali .....	55
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Bawa Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 di Kecamatan Kinali .....	57
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 di Kecamatan Kinali .....	59
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil Data Keterampilan Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 di Kecamatan Kinali .....	61

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Bentuk Dan Ukuran Net .....	11
Gambar 2. Pelaksanaan Servis Bawah .....	17
Gambar 3. <i>Passing</i> Bawah Normal .....	19
Gambar 4. Latihan Dasar <i>Passing</i> Bawah.....	21
Gambar 5. Gerakkan <i>Passing</i> Atas .....	23
Gambar 6. Kerangka Konseptual .....	27
Gambar 7. Instrumen Tes Servis .....	34
Gambar 8. Bentuk dan Ukuran Instrumen Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Dan <i>Passing</i> Atas .....	37
Gambar 9. Histogram Kemampuan Servis Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	40
Gambar 10. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	42
Gambar 11. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	44
Gambar 12. Histogram Kemampuan Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	46
Gambar 13. Histogram Kemampuan Servis Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Kinali .....	48
Gambar 14. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Kinali .....	50
Gambar 15. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Kinali .....	52
Gambar 16. Histogram Kemampuan Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Kinali .....	54
Gambar 17. Histogram Kemampuan Servis Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamatan Kinali .....	56

Gambar 18. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamatan Kinali .....	58
Gambar 19. Histogram Kemampuan <i>Passing</i> Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamatan Kinali .....	60
Gambar 20. Histogram Kemampuan Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamatan Kinali .....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rekap Data Mentah Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamata Kinali .....	74
Lampiran 2. Rekap Data Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamata Kinali .....	75
Lampiran 3. Aplikasi Rumus Skala 5 Untuk Deskripsi Data .....	76
Lampiran 4. Rekap Data Mentah Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamata Kinali .....	77
Lampiran 5. Rekap Data Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamata Kinali .....	78
Lampiran 6. Rekap Data Mentah Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamata Kinali .....	79
Lampiran 7. Rekap Data Tes Keterampilan Bolavoli Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamata Kinali .....	80
Lampiran 8. Aplikasi Rumus Skala 5 Untuk Deskripsi Data .....	81
Lampiran 9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kinali .....	82
Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kinali .....	83
Lampiran 11. Surat Rekomendasi Penelitian Kesbangpol Pasaman Barat....	84
Lampiran 12. Surat izin Penelitian Fakultas Ilmu Keolahragaan .....	85
Lampiran 13. Foto tes servis bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamata Kinali .....	86
Lampiran 14. Foto Tes <i>Passing</i> Bawah dan Atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kecamata Kinali .....	87
Lampiran 15. Foto tes servis bawah Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamata Kinali .....	88

Lampiran 16. Foto Tes <i>Passing</i> Bawah dan <i>passing</i> atas Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kecamata Kinali .....	89
Lampiran 17. Foto Bersam Siswa Serta Guru Olahraga Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali .....	90

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan unsur yang sangat penting bagi kehidupan manusia, tanpa adanya pendidikan maka manusia akan terus berada dalam kebodohan dan keterbelakangan serta ketertinggalan dalam ilmu pengetahuan, baik ilmu pengetahuan umum ataupun dalam bidang keahlian. Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dilakukan secara sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah dan mengembangkan perilaku seperti yang diinginkan.

Sekolah selain tempat pendidikan formal, sekolah juga merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan itu sendiri. Dalam struktur kurikulum Sekolah Menengah Pertama/MTs meliputi substansi pembelajaran yang ditempuh dalam satu jenjang pendidikan selama tiga tahun mulai dari kelas VII sampai dengan kelas IX. Departemen Pendidikan Nasional (2007:7) dijelaskan bahwa “Kurikulum Sekolah Menengah Pertama/MTs memuat 10 mata pelajaran, muatan lokal, dan pengembangan diri”.

Diantara mata pelajaran yang wajib dikuti oleh siswa di Sekolah Menengah Pertama, adalah mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berdasarkan kurikulum tahun 2013 memuat berbagai materi pembelajaran olahraga permainan untuk kelas VIII Sekolah Menengah Pertama/MTs yang dikemukakan oleh Khairul Hadziq (2015:2) yaitu “permainan bola besar

meliputi permainan bolavoli, sepakbola dan bola basket. Sedangkan permainan bola kecil meliputi permainan softball, permainan bulu tangkis dan permainan tenis meja". Dengan demikian jelaslah bahwa dalam mata pelajaran penjasorkes terdapat berbagai materi permainan olahraga, dan tujuannya adalah agar siswa memiliki berbagai keterampilan olahraga.

Berpedoman pada kutipan tentang materi olahraga permainan yang diajarkan pada siswa Sekolah Menengah Pertama pada kelas VIII, maka guru penjas harus memberikan pembelajaran olahraga permainan diantaranya adalah permainan bolavoli. Artinya guru harus memberikan pembelajaran bolavoli kepada siswa dalam pembelajaran penjasorkes. Permainan bolavoli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim, setiap tim terdiri dari enam orang pemain. Untuk dapat bermain bolavoli dengan baik dan bagus, tentu siswa terlebih dahulu belajar teknik bolavoli dasar. Adapun teknik bolavoli dasar yang diajarkan di sekolah pada siswa meliputi servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas.

Melalui proses pembelajaran bolavoli dalam mata pelajaran penjasorkes diharapakan siswa memiliki keterampilan teknik bolavoli yang diajarkan di sekolah, dengan suatu tujuan agar siswa mampu atau memiliki keterampilan bolavoli dasar yang baik dan benar nantinya. Yang dimaksud dengan teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah suatu gerakan yang masih mendasar dan mudah untuk dilakukan. Hal ini sesuai dengan Bachtiar dkk (2001:35) mengatakan yang dimaksud dengan teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah "teknik yang gerakkannya masih dilakukan dengan gerakan sederhana

dan belum kompleksnya atau belum terlalu sulit untuk dilakukan". Dengan demikian dapat diartikan bahwa setelah siswa belajar diharapkan mereka mengerti dan paham cara melakukan gerakan dalam melakukan servis bawah, *pasing* bawah dan *passing* atas.

Servis dalam permainan bolavoli merupakan keterampilan gerak awal untuk mengawali suatu permainan bolavoli, untuk pemain pemula lebih dominan menggunakan *servis* bawah karena *servis* ini lebih mudah untuk dilakukan. *Passing* bawah merupakan teknik operan yang dilakukan dengan ayunan kedua tangan dari bawah kedepan atas sehingga menghasilkan bola yang melambung ke atas. Sedangkan *passing* atas merupakan operan yang dipraktikkan menggunakan jari-jari tangan dengan posisi tangan berada di atas dahi, teknik ini digunakan untuk arah bola yang datang di atas kepala, dengan memposisikan badan di bawah bola.

Dalam permainan bolavoli, keterampilan dasar sangat dibutuhkan untuk mencapai tujuan dari permainan itu sendiri. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Erianti (2004:142) bahwa:

”penguasaan teknik dalam permainan bolavoli sangatlah penting, karena seni dalam permainan bolavoli terlihat dalam pemain yang sudah menguasai teknik tinggi sehingga menyerupai akrobatik dengan pukulan-pukulan dan tipuan muslihat yang akan membuat penonton terpesona dalam menyaksikannya”.

Berdasarkan penjelasan di atas, jelaslah bahwa keterampilan dalam menguasai bola sangat menentukan hasil dari permainan itu sendiri, karena dengan keterampilan yang bagus akan menghasilkan bentuk permainan yang bagus pula, khususnya dalam permainan bolavoli. Dengan kata lain, dalam

setiap jenis permainan yang sangat perlu dipahami dan dikuasai adalah teknik dasar dari permainan itu sendiri, karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik dan benar merupakan modal utama dalam pencapaian dari permainan itu sendiri.

Berdasarkan dari uraian di atas, jika dikaitkan dengan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, sebelum siswa mampunya atau memiliki keterampilan yang bagus dalam permainan bolavoli, tentunya siswa terlebih dahulu diajar bagaimana pelaksanaan yang benar mengenai teknik dasar dalam permainan bolavoli itu sendiri. Karena dengan memiliki keterampilan teknik dasar yang baik dan benar akan menghasilkan permainan yang bagus pula. Adapun teknik dasar yang dimaksud dalam permainan bolavoli adalah servis bawah, *passing* bawah, dan *passing* atas.

Mengingat permainan bolavoli adalah salah satu mata pelajaran wajib penjasorkes seperti yang telah dijelaskan pada kurikulum 2013 untuk siswa Sekolah Menengah Pertama/MTs. Tentunya guru penjasorkes telah memberikan atau mengajarkan teknik dasar dalam permainan bolavoli. Dan penulis juga telah melakukan observasi dan amati sebelumnya di lapangan pada saat siswa mengikuti pembelajaran permainan bolavoli siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, penulis belum dapat mengetahui seberapa jauh keterampilan atau kemampuan siswa tersebut dalam memperagakan teknik dasar dalam permainan bolavoli. Oleh sebab itu, penulis berkeinginan untuk mengetahui keterampilan teknik

dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat Tersebut.

Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan penelitian tentang keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Dengan suatu harapan dapat mengungkapkan fakta yang sebenarnya tentang keterampilan bolavoli dasar siswa, yang telah mengikuti proses pembelajaran yang diberikan guru dalam beberapa kali pertemuan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah. Dan diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat diketahui sejauhmana keampuan siswa dalam menyerap atau memahami materi pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi yang telah diajarkan oleh guru penjas dalam beberapa kali pertemuan sebelumnya.

Untuk dapat bermain dengan baik dan bagus dalam suatu permainan, khususnya dalam permainan bolavoli, tentu banyak faktor yang dapat mempengaruhinya. Diantaranya adalah keterampilan bolavoli dasar, dukungan kepala sekolah, kemampuan guru dalam mengajar bolavoli, motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran, sarana dan prasarana untuk olahraga permainan bolavoli seperti lapangan tempat belajar dan bermain, pemilihan metode yang digunakan guru dalam mengajar bolavoli, lingkungan yang nyaman dan aman bagi siswa dalam mengikuti pembelajaran.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang di kemukakan pada bagian terdahulu, maka identifikasi masalah dapat dikemukakan yaitu sebagai berikut:

1. Keterampilan bolavoli dasar
2. Dukungan kepala sekolah
3. Kemampuan guru penjasorkes mengajar
4. Sarana dan prasarana penjas
5. Lingkungan sekolah
6. Minat siswa terhadap permainan bolavoli.

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat cukup banyak faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan bolavoli dasar pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat dan waktu, tenaga serta keterbatasan yang penulis miliki, maka penelitian ini dibatasi pada: Keterampilan bolavoli dasar.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Bagaimana keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

## F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

1. Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman diharapkan agar dapat melengkapai segala kebutuhan sarana dan prasarana penjas supaya proses pembelajaran penjas lebih efektif dan efisien.
2. Sebagai masukan bagi guru/pelatih yang ada di Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat dalam menerapkan atau mengajarkan teknik-teknik dasar permainan bolavoli yang baik dan benar.
3. Sebagai bahan bacaan mahasiswa di pustaka Universitas Negeri Padang.
4. Sebagai pedoman atau acuan bagi mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga FIK Universitas Negeri Padang untuk melakukan penelitian dengan kajian yang sama dan lebih mendalam berikutnya.
5. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan dijurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK UNP Padang.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Permainan Bolavoli.**

Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu atau tem yang banyak digemari oleh masyarakat serta siswa di sekolah, kerena olahraga bolavoli juga salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan ditingkat pelajar, daerah, nasional maupun ditingkat dunia. Pengembangan dan pembinaan olahraga bolavoli di sekolah dapat dilaksanakan melalui proses belajar mengajar atau dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Bermaian bolavoli ini, bagi banyak orang cukup menyenangkan dan cocok digunakan sebagai olahraga rekreasi, selain itu prestasi juga dapat diraih dalam olahraga bolavoli ini. Olahraga permainan bolavoli ini dimainkan oleh dua regu yang berlawanan, masing-masing regu beranggotakan sebanyak 6 (enam) orang pemain. Permainan olahraga bolavoli ini dapat dilakukan didalam ruangan tertutup (*indoor*) dan bias juga dimainkan diluar ruangan atau lapangan terbuka (*outdoor*). Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Engkos (1994:79) mengatakan bahwa:

“Bolavoli merupakan permainan 6 lawan 6, dalam permainan ini dibolehkan menyentuh bola dengan seluruh tubuh dengan satu kali sentuhan, permainan dilakukan dilapangan 4 persegi panjang dengan panjang 18m dan lebar 9m, antara kelompok A dan B dipisahkan oleh jarring atau net dengan ketinggian net untuk putra adalah 2,43 meter dan 2,24 meter untuk putri. Permainan dilakukan sebanyak 5 set, suatu tim dikatakan menang apabila meraih 3 set kemenangan,

untuk kemenagan diperlukan angka atau poin dengan system relly poin, jika terjadi skor sama pada angka 24 maka terjadi juz. Dalam hal ini tim yang dikatakan menang adalah tim yang dapat melebihi tim lawan dengan 2 angka”.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dilihat bahwa permainana bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki aturan yang telah ditetapkan, atau memilki ketentuan yang berlaku, misalnya tentang ukuran lapangan, ketinggian net, jumlah pemain, ketentuan atau cara memperoleh kemenangan dengan sistem relly poin dan sentuhan bola yang di izinkan dengan tiga kali sentuhan dengan orang yang berbeda setiap bola yang melewati rintangan atau net.

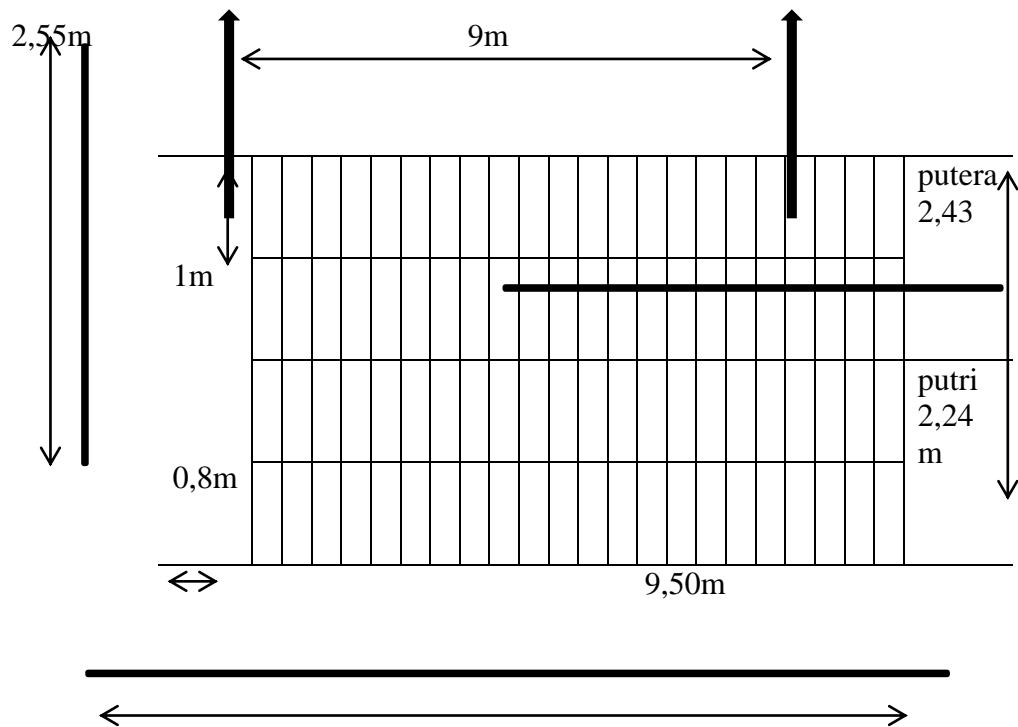
Selanjutnya permainan bolavoli memerlukan fasilitas dan perlengkapan yang sangat dibutuhkan dalam proses pembinaan olahraga bolavoli. Menurut Undang-undang RI No 3 tahun 2005: menjelaskan sarana dan prasarana sebagaimana yang telah tercantum pada bab I ayat 21 menyatakan sarana adalah “peralatan dan perlengkapan yang akan digunakan dalam kegiatan olahraga”, sedangkan bab I ayat 20 menjelaskan prasarana adalah “tempat atau ruangan termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga atau penyelenggaraan keolahragaan itu sendiri”. Hal ini sesuai dengan tujuan sarana dan prasarana yang dikemukakan Tim Mata Kulian Sarana dan prasarana penjas (2014:14) yaitu “memperlancar proses pembelajaran, dapat mempermudah gerakan, memacu untuk bergerak, dan untuk kelangsungan aktifitas”.

Disamping itu sarana dan prasarana merupakan syarat yang mutlak dalam pembinaan, pengembangan serta meningkatkan kemampuan

keterampilan dalam olahraga itu sendiri, tanpa adanya sarana dan prasarana yang lengkap maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak akan tercapai sesuai dengan tujuan olahraga itu sendiri. Kemudian sarana dan prasarana yang diperlukan tersebut hendaknya memadai dan memenuhi syarat, baik dari segi jumlah maupun segi mutu alat yang digunakan.

Adapun sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam olahraga, khususnya dalam permainan bolavoli seperti lapangan, bola, net, tiang dan alat pendukung lainnya. Ukuran lapangan yang digunakan dalam permainan bolavoli sesuai dengan standar ketentuan yang telah disahkan oleh PBVSI yaitu dengan ukuran panjang lapangan 18 meter dan lebar 9 meter yang dibatasi oleh garis sebesar 5 cm yang berbeda warna dengan lantai lapangan sebagai garis pembatas lapangan.

Kemudian panjang net menurut ketentuan PBVSI adalah 9,50 meter dengan lebar 1 meter yang direntangkan secara horizontal ditengah lapangan sehingga lapangan terbagi menjadi 2 (dua) bagian. Untuk meletakkan net dibutuhkan dua tiang penyangga yang dipasang diluar garis lapangan secara bersebrangan dengan ketinggian tiang 2,55 meter. Untuk atlit putra tinggi net adalah 2,43 meter sedangkan untuk putri 2,24 meter. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 1 pada halaman berikut ini:



**Gambar.1 Bentuk Net Bolavoli Serta Ukurannya**

Selain lapangan, bola juga sangat penting dalam permainan, karena bola adalah komponen atau sarana yang digunakan untuk permainan tersebut. Selain digunakan sebagai alat untuk permainan, berat bola juga ditentukan yaitu 260 gram sampai 280 gram dengan keliling lingkaran bola sebesar 65-67 cm serta tekanan udara dalam bola juga ditentukan yaitu 0,50-0,525  $\text{kg}/\text{cm}^2$  (294,3-318,82 mbar atau hpa). (Erianti. 2004:35).

Untuk memperoleh kemenangan dalam permainan bolavoli, suatu regu atau tem harus mampu mengumpulkan angka atau poin sebanyak yang telah ditentukan yaitu 25 angka dalam *game relly* poin. Untuk mendapatkan angka atau poin suatu regu atau tem harus mampu mematikan bola di depan pertahanan lawan dan mempertahankan bola agar tidak jatuh dilapangan sendiri.

Hal ini sesuai dengan Erianti (2004:17) menyatakan bahwa: "permainan bolavoli merupakan permainan yang dimainkan sebanyak enam orang dalam satu regu atau tem, setiap regu berusaha bermain sebaik mungkin dan dapat menyerang, mematikan bola di daerah pertahanan lawan dan mempertahankan bola supaya tidak jatuh di daerah lapangan sendiri". Sementara Yunus dalam Erianti (2004:5) juga mengatakan bahwa "permainan bolavoli adalah memasukan bola kearah lapangan lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan berusaha mematikan bola di daerah lawan". Selanjutnya Bachtiar (1999:27) mengemukakan ide permainan bolavoli sebagai berikut:

"Permainan bolavoli adalah permainan beregu dimana setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing yang dibatasi oleh net dan bola dimainkan dengan satu atau dua tangan melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) dipetak lapangan lawan dan mempertahankan bola agar tidak mati dipetak sendiri".

Dari beberapa kutipan atau penjelasan di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa tujuan dari permainan itu sendiri adalah seseorang atau suatu regu atau tem akan meraih kemenangan dengan mengusahakan agar bola dapat melewati rintangan atau net dan masuk kedaerah pertahanan lawan serta bola jatuh menyentuh lapangan atau lantai pertahanan lawan. Dalam permainan suatu regu atau tem dapat memainkan bola sebanyak tiga kali sentuhan sebelum mengembalikan bola kedaerah pertahanan lawan (diluar perkenaan block) (Erianti, 2004:16).

Berdasarkan pedoman pada uraian yang telah dikemukakan diatas, maka jelaslah bahwa untuk mendapatkan angka atau poin dalam permainan

bolavoli seseorang atau anggota tim (emain) harus mampu untuk mematikan bola di daerah pertahanan lawan melalui atas net. Untuk dapat mematikan bola di daerah pertahanan atau lapangan lawan, tentu seseorang atau pemain harus memiliki keterampilan teknik-teknik permainan bolavoli yang baik.

## 2. Teknik Dasar Bolavoli

Keterampilan merupakan tindakan yang memerlukan kemampuan aktivitas gerak dan harus dipelajari dengan sunguh-sungguh supaya mendapatkan bentuk gerak yang benar. Keterampilan gerak apabila ditinjau dari sudut prestasi belajar sangat dipengaruhi oleh pengetahuan. Semakin banyak pengetahuan tentang suatu teknik-teknik semakin banyak pula teknik tersebut dapat dikembangkan.

Bachtiar dkk (2001:3.5) mengatakan yang dimaksud dengan teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah “teknik yang gerakkannya masih dilakukan dengan gerakan sederhana dan belum kompleksnya atau belum terlalu sulit. Misalnya pass atas tanpa loncatan, servis tanpa melompat, smash normal dari awalan menghadap sasaran”. Sesuai dengan pendapat ini maka dapat diartikan bahwa teknik bolavoli dasar merupakan cara melakukan gerakan masih dalam koordinasi kasar, dan sederhana karena tingkat kesulitannya masih rendah dalam mencapai suatu tujuan. Teknik dasar dalam penelitian ini yakni meliputi meliputi servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas.

Muekarto (1999:152) mengatakan bahwa setiap keterampilan dikategorikan ke dalam empat kategori yaitu:

- a) Keterampilan kognitif yang berkaitan dengan kemampuan untuk menggunakan pikiran, b) keterampilan fisik yang berkaitan dengan keterampilan menggunakan tubuh atau keterampilan psikomotor yang berkaitan dengan control atau menggunakan gerakan tubuh, c) keterampilan bereaksi yang berkaitan dengan keterampilan untuk mengontrol dan menggunakan emosi, d) keterampilan berinteraksi yaitu kemampuan untuk mengontrol diri dan mempengaruhi orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa belajar keterampilan dalam suatu permainan sangat dipengaruhi oleh keterampilan kognitif, keterampilan fisik, keterampilan bereaksi, dan keterampilan berinteraksi. Begitu juga dengan keterampilan permainan bolavoli apabila dikaitkan dengan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

Selanjutnya menurut Erianti (2011:144) yang dimaksud teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah “cara memainkan bola dengan efektif sesuai dengan peraturan yang berlaku dalam mencapai suatu hasil yang maksimal”. Dengan demikian, maka dapat diartikan bahwa teknik yang baik dalam permainan bolavoli tentunya didasari oleh peraturan yang berlakuserta dilakukan secara efektif dan efisien dalam memainkan bola. Sedangkan jenis-jenis teknik dasar dalam permainan bolavoli antara lain: *servis, passing bawah, passing atas, smash* dan *block*.

#### **a. Teknik servis bawah**

Dalam permainan bolavoli ada yang dikatakan sebagai pukulan pertama atau sentuhan pertama yaitu servis, dimana pukulan atau

sentuhan pertama ini tanda dimulainya suatu pertandingan atau permainan dengan mengarahkan pukulan tersebut kedaerah lapangan pertahanan lawan sesuai dengan peraturan yang berlaku. Pada mulanya servis adalah sentuhan awal dari suatu permainan bolavoli. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Juari dkk (2009:74) mengartikan servis sebagai “pukulan pertama untuk memenuhi suatu permainan atau ketika bola mati dan berpindah bola. Dapat juga dikatakan pukulan servis sebagai pukulan awal untuk mendapatkan poin dalam pertandingan”. Sementara itu Tim Abdi Guru (2007:62) menjelaskan bahwa servis adalah “pukulan bola pertama kali, bola dipukul dari garis lapangan belakang sebagai tanda dimulainya suatu permainan, dan servis juga merupakan serangan pertama kali bagi regu yang melakukan servis”.

Berdasarkan pendapat di atas tentang pengertian servis dalam permainan bolavoli, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa servis merupakan pukulan pertama yang dilakukan pemain sepanjang garis belakang lapangan dan tidak melewati garis sesuai dengan peraturan yang berlaku, serta servis juga bertujuan untuk mendapatkan angka karena servis sudah dikatakan sebagai serangan pertama dalam permainan bolavoli.

Selanjutnya tidak jauh berbeda dengan pengertian servis yang telah dikemukakan diatas, hal ini diungkapkan oleh PBVSI (2005:33) menjelaskan bahwa “servis adalah suatu upaya untuk menempatkan bola kedalam pertahanan lawan oleh seorang pemain kanan belakang yang

berada dikotak servis". Disisi lain Erianti (2004:144) mengatakan bahwa "servis tidak hannya sebagai pembukaan permainan akan tetapi sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapatkan nilai (angka), agar suatu regu berhasil meraih kemenangan".

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa servis dapat di artikan sebagai satu-satunya teknik yang digunakan untuk memulai suatu pertandingan atau permainan dan sekaligus merupakan usaha pertama untuk memperoleh angka atau poin dengan tujuan memperoleh kemenangan. Karena pengetahuan yang terus berkembang mengenai olahraga bolavoli para pelatih melakukan revolusi atau perubahan gaya servis yang dilakukan dengan keras dan melompat seperti *jump servis*, servis atas dan sebagainya.

Dalam kegiatan jam pelajaran penjasorkes maupun kegiatan ekstrakurikuler bolavoli yang dilakukan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, jenis servis yang dominan digunakan yaitu servis bawah meskipun masih ada jenis servis yang lain. Karena servis bawah merupakan servis yang sangat sederhana dan mudah dilakukan dan diajarkan terutama untuk pemain pemula, karena gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar dalam pelaksanaannya. Untuk lebih jelasnya pelaksanaan servis bawah dapat dilihat pada gambar 2 di bawah ini:



**Gambar 2. Pelaksanaan servis bawah dengan telapak tangan mengenggam. Sumber: Erianti (2004:153).**

Berpedoman pada gambar 1 di atas, maka Erianti dalam Syafruddin (2004:153) mengatakan teknik atau cara melakukan servis bawah yaitu:

- 1) Sikap persiapan:
  - a) Berdiri di petak servis dengan kaki kiri agak ke depan dari pada kaki kanan.
  - b) Bola dipegang tangan kiri distabilkan dengan tangan kanan.
  - c) Pandangan ke bola dan penuh konsentrasi.
- 2) Sikap saat perkenaan:
  - a) Lambungkan bola ke atas 10 cm, kira-kira setinggi pinggang, tangan kanan diayun dari arah belakang ke depan atas untuk memukul bola.
  - b) Perkenaan pada bagian bawah bola dengan cara seperti menyenduk bola dengan ayunan lengan kanan.
  - c) Bola berjalan dengan back spin.

3) Sikap akhir:

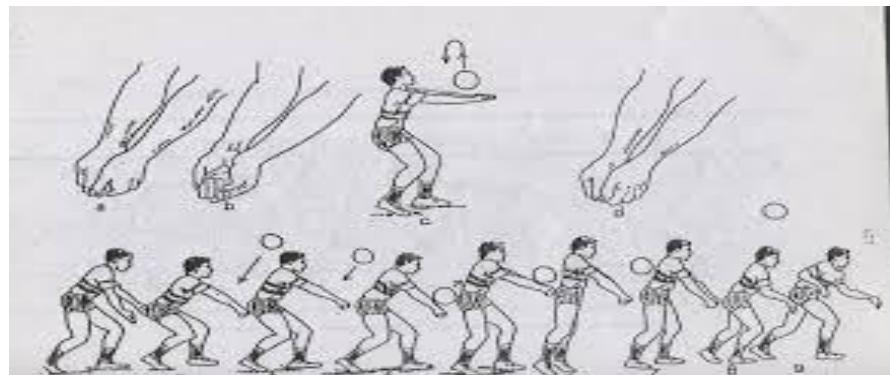
Setelah memukul bola, kemudian diikuti langkah kaki kanan ke depan, pandangan ke arah jalannya bola, terus masuk ke lapangan mengambil sikap siap normal untuk bermain.

**b. Teknik Passing Bawah**

Dalam permainan bolavoli *passing* bawah merupakan cara pertama yang dilakukan oleh suatu tim atau regu dalam mempertahankan agar bola tidak jatuh kelapangan saat lawan melakukan serangan atau *smash* (bola yang datangnya terlalu keras yang sulit dimainkan dengan *passing* atas, diambil dengan menggunakan *passing* bawah) kedaerah pertahan yang melakukan *passing*.

Sesuai dengan uraian di atas, jika dikaitkan dengan siswa SMP Negeri di Kecamata Kinali Kabupaten Pasaman Barat, bahwa keterampilan *passing* bawah ini harus dikuasai oleh siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Karena teknik *passing* bawah ini sangat berperan penting dalam pencapaian hasil dari permainan bolavoli tersebut.

Untuk memperoleh keterampilan *passing* bawah yang baik dan benar tentunya tidak terlepas dari latihan yang dilakukan secara berulang-ulang dan secara continu dengan teknik yang benar. Pelaksaan *passing* bawah yang benar dan baik oleh Erianti (2004:164) dapat dilihat pada gambar 3 dibawah ini:



**Gambar 3. Bentuk posisi tangan dan gerakan *passing* bawah yang baik dan benar. Sumber: Erianti (2004:164).**

Berpedoman pada gambar 2, maka dapat diejelaskan pelaksanaan passing bawah sebagai berikut:

- 1) Sikap persiapan:
  - a) Kedua tangan dijadikan satu.
  - b) Posisi kaki depan belakang selebar bahu. Lutut ditekuk.
  - c) Kedua tangan sejajar paha.
  - d) Pinggang lurus.
  - e) Pandangan ke arah bola.
- 2) Sikap saat perkenaan:
  - a) Kedua ibu jari sejajar.
  - b) Salah satu tangan menggenggam tangan yang lain.
  - c) Menerima bola tepat didepan badan.
  - d) Lutut di luruskan.
  - e) Kedua tangan di ayunkan.
  - f) Siku tidak di tekuk.
  - g) Gerak pinggul kedepan atas.

- h) Melihat bola saat perkenaan
- 3) Sikap akhir:
- a) Kedua tangan tetap jadi satu.
  - b) Tangan mengikuti lintasan bola menuju sasaran.
  - c) Berat badan berpindah ke kaki depan, pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran.

Selanjutnya melakukan *passing* bawah menurut Margiyani (2008:66) yang perlu diperhatikan adalah “amati arah bola dengan cermat, kedua lutut dibengkokkan, kedua tangan dijulurkan dengan rapat dan sikap badan semakin rendah. Apabila bola mengenai lengan bawah, tangan tetap rendah dan pinggul kedepan, sementara kaki tetap bengkok”.

Sesuai dengan pendapat di atas, maka jelaslah dalam melakukan *passing* bawah dalam permainan bolavoli banyak hal yang harus di perhatikan. Misalnya mengenai sikap tangan, sikap kaki, arahnya bola, sikap lutut saat melakukan *passing*, dan mengambilan bola rendah sehingga lebih mempunyai tenaga untuk mendorong bola ke atas.

Secara garis besar *passing* bawah dapat dilakukan dengan berbagai variasi. Hal ini disebabkan oleh situasi yang dilakukan dalam pengambilan bola tidak selalu sama. Kadang situasi dan posisi yang kurang menguntungkan sehingga tidak memungkinkan mengambil bola dengan menggunakan *passing* bawah. Disamping itu, melakukan banyak variasi latihan sangat diperlukan dalam permainan bolavoli karena hal ini mengingat datangnya bola tidak selalu sama.

Kemudian latihan *passing* bawah dilakukan secara langsung dapat dilakukan dengan berkelompok atau berpasangan. Cara melakukannya adalah pertama bola dilambung oleh pasangan latihan, kemudian yang menerima bola melakukan *passing* bawah dan mengarahkan bola yang di *passing* kearah orang yang melambungkan bola tersebut. Setelah melakukan lemparan dan *passing* harus melakukan pertukaran tempat. Tujuan melakukan pertukaran tempat karena mengingat bola yang datang tidak dengan posisi yang sama. Untuk lebih jelasnya pelaksanaan *passing* bawah secara berkelompok atau berpasangan dapat dilihat pada gambar 4 pada halaman berikut ini:



**Gambar 4. Latihan *passing* bawah berpasangan**  
**Sumber: Erianti (2004:137)**

Berdasarkan bentuk dan macam-macam teknik *passing* bawah yang dijelaskan serta bentuk pelaksannya, apabila teknik ini dilakukan seraca continiu akan lebih meningkatkan keterampilan dalam permainan bolavoli. Jika dikaitkan pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, akan dapat terwujud apabila dilaksanakan dalam proses belajar mengajar atau dalam kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan oleh sekolah yang bersangkutan.

### c. Teknik *Passing* atas

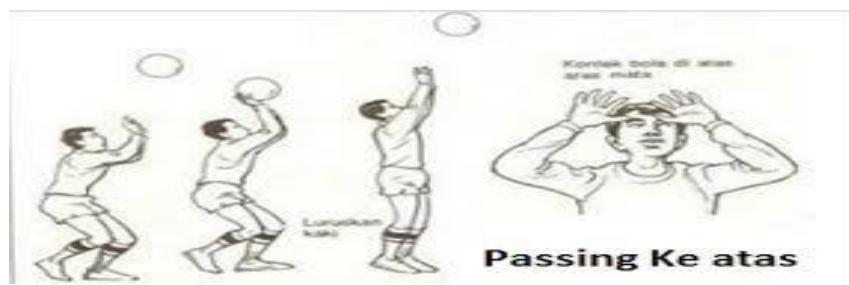
Dalam permainan bolavoli ada yang dikatakan sebagai menyerang, untuk dapat melakukan serangan diperlukannya umpan yang baik dan terukur. Untuk dapat melakukan atau memberikan umpan yang terukur perlu menguasai teknik *passing* atas yang baik dan benar agar pemain penyerang dapat melakukan *smash* yang bagus dengan tujuan mematikan bola dilapangan perthanhan lawan.

Menurt Tim Abdi Guru (2007:63) adalah “mengoper bola keteman satu regu atau *passing* merupakan awal untuk menyusun serangan terhadap lawan”. Sementara menurut Suharno (1984:47) mengatakan bahwa *passing* atas adalah “gerakan mengoper bola dengan menggunakan jari-jari kedua tangan dengan posisi bola di atas kepala atau sebatas dada untuk diumpan kepada teman atau sebagai serangan kepada lawan”.

Berdasarkan pendapat di atas, maka jelas bahwa dalam permainan bolavoli teknik *passing* atas merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk menyusun serangan terhadap lawan. Keterampilan *passing* atas ini sangat penting dalam permainan bolavoli, karena *passing* atas sangat akurat dan terukur dalam memberikan umpan di atas net kepada pemain penyerang atau pemukul.

Untuk memperoleh keterampilan dalam melakukan *passing* atas yang baik, tentu didukung oleh banyak faktor diantaranya posisi kaki, perkenaan jari-jari dengan bola, bentuk posisi tangan saat menerima bola

sampai memberikan umpan dan seterusnya. Latihan *passing* atas dapat dilakukan sendiri dengan cara melambungkan bola keatas kira-kira setinggi satu meter, ketika bola turu diambil dengan sikap *passing* atas, dan kegiatan latian ini dilakukan secara terus menerus dengan gerakan atau posisi yang benar. Untuk lebih jelasnya dalam pelaksanaan *passing* atas dapat dilihat pada gambar 5 di bawah ini.



**Gambar 5. Bentuk posisi pelaksanaan passing atas**  
Sumber : Erianti (2004:177).

Berdasarkan gambar di atas, dapat dijelaskan bahwa cara atau uraian pelaksanaan *passing* atas sebagai berikut:

- 1) Sikap persiapan:
  - a) Posisi kaki depan belakang selebar bahu.
  - b) Lutut dan pinggul sedikit ditekuk.
  - c) Bahu menghadap sasaran.
  - d) Kedua tangan di depan atas dahi.
  - e) Telapak tangan membentuk setengah lingkaran.
  - f) Pandangan mata di antara kedua telapak tangan.
- 2) Sikap saat perkenaan:
  - a) Perkenaan bola pada bagian bawah belakang bola.
  - b) Perkenaan bola pada seluruh ujung jari-jari kedua tangan.

- c) Kedua siku dan lutut diluruskan bersama-sama.
  - d) Arah kedua tangan menuju sasaran.
- 3) Sikap akhir:
- a) Kedua tangan mengikuti lintasan bola.
  - b) Berat badan di pindahkan ke arah sasaran bola.
  - c) Bergerak mengikuti lintasan bola.

Selanjutnya Yunus (1992:126) mengatakan bahwa macam-macam passing atas dapat dibagi atas beberapa bagian yaitu: “a) *passing* atas bola renadah, b) *passing* atas dengan bola di samping badan, c) *passing* atas dengan bergeser mundur, d) *passing* atas dengan bergerak mundur diagonal 45 derajat, e) *passing* atas dengan meloncat dan f) *passing* atas kebelakang”.

Berdasarkan kutipan diatas, maka macam-macam *passing* atas tersebut dapat diberikan dalam latihan teknik yang dilakukan dalam proses pembelajaran atau dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga permainan bolavoli pada siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Namun sebelum melakukan macam-macam *passing* tersebut terlebih dahulu dilakukan pemansan, terutama pada otot jari-jari/bagian tangan pemain atau peserta didik.

### **3. Pengertian Belajar dan Mengajar**

Menurut Hamalik (2008:44) istilah belajar dan mengajar adalah “peristiwa yang berbeda, akan tetapi antara keduanya terdapat hubungan

yang erat sekali. Bahkan antara keduanya terjadi kaitan dan interaksi satu sama lain, antar kedua kegiatan itu saling mempengaruhi dan saling menunjang satu sama lain". Kemudian belajar dan mengajar tersebut salah satu terjadi dilingkungan sekolah, sekolah adalah lingkungan dimana seorang anak atau siswa melakukan proses pendidikan. Lingkungan dimana terjadi interaksi antara guru dan murid yang akan melahirkan proses belajar mengajar.

Belajar adalah hal mutlak yang harus dilakukan oleh seorang siswa agar ia dapat mencapai tujuan dari pembelajaran yang diajarkan sebagai salah satu unsur dari pendidikan yang ia peroleh di sekolah. Dan mengajar adalah unsur pokok dari proses pembelajaran yang harus dilakukan oleh seorang tenaga pendidik agar tercapainya tujuan dari pendidikan itu sendiri. Sudjana (2002:280) menegaskan bahwa belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang.

Dari pendapat yang telah dikemukakan di atas dapat kita simpulkan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku, perubahan pengetahuan, ketrampilan dan sikap yang mana perubahan yang terjadi ini bersifat relatif lama. Dalam hidup individu cenderung akan melakukan perubahan baik itu kearah yang lebih baik maupun tidak. Namun yang kita bicarakan saat ini adalah perubahan kearah yang lebih baik atau perubahan kearah positif. Individu akan senantiasa berubah mengikuti perkembangan zaman.

Selanjutnya belajar dan pembelajaran memiliki hubungan yang sangat erat. Dikutip dari Undang-Undang Sisdiknas tahun 2003 “Pembelajaran adalah proses interaksi siswa, guru dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar”. Dimyati dkk (2006:7) proses belajar terjadi berkat siswa memperoleh suatu yang ada di lingkungan sekitar. Lingkungan yang dipelajari oleh siswa berupa keadaan alam, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, manusia atau hasil yang dijadikan bahan belajar.

Sedangkan menurut Sagala (2005:124) pembelajaran adalah lingkungan dimana seseorang secara sengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi menghasilkan respon terhadap situasi tertentu. Bahkan belajar dapat juga diartikan sebagai suatu tindakan dari perilaku siswa yang kompleks. Karena suatu tindakan di alami dan dilakukan oleh siswa itu sendiri, misalnya belajar keterampilan bolavoli dasar di Sekolah Menengah Pertama Negeri Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Dari belajar bolavoli dasar tersebut tentu akan terjadi perubahan pada diri siswa, misalnya saja perubahan penguasaan keterampilan teknik servis, *passing* bawah dan *passing* atas menjadi lebih baik dari sebelum belajar.

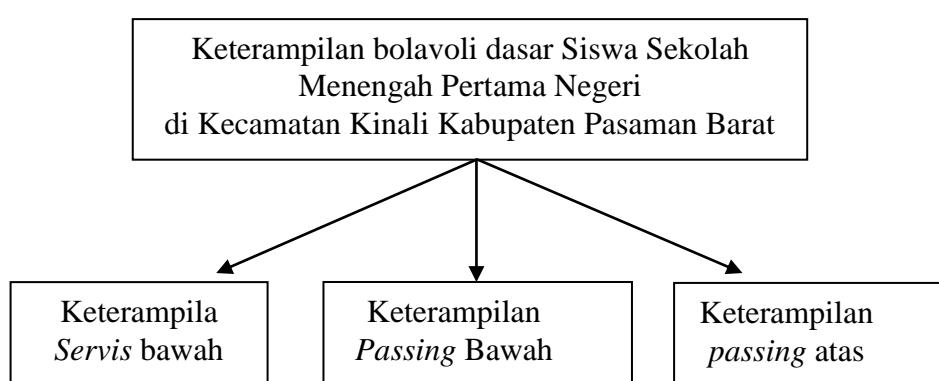
## B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori sebagai landasan berfikir dalam penelitian ini dapat digambarkan kerangka konseptual, yang berkaitan dengan keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat. Dengan menguasai keterampilan bolavoli dasar

diharapkan siswa sudah dapat melakukan permainan bolavoli dengan baik dan benar. Benar yang dimaksud adalah benar dalam pelaksanaanya dan baik untuk penguasaan tekniknya.

Teknik bolavoli dasar dalam permainan bolavoli adalah teknik yang gerakkannya masih dilakukan dengan gerakan sederhana dan belum kompleksnya atau belum terlalu sulit. Misalnya *passing* atas tanpa loncatan, servis tanpa melompat, *smash* normal dari awalan menghadap sasaran. Artinya gerakkannya tidak terlalu sulit dan biasanya dalam pembelajaran bolavoli dasar yang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama adalah teknik servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas.

Selanjutnya yang dimaksud dengan belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang atau siswa. Belajar keterampilan bolavoli dasar, tentunya akan memberikan perubahan tingkah laku misalnya tentang penguasaan keterampilan bolavoli dasar yang meliputi keterampilan servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas. teknik dasar tersebut harus dikuasai oleh siswa atau pemain bolavoli. Untuk lebih jelas dapat dilihat bagan kerangka konseptual pada gambar 6 dibawah ini:



**Gambar 6. Kerangka konseptual**

### **C. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual maka dalam penelitian ini timbul suatu pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah keterampilan Bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat ?

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran. Adapun kesimpulan dan saran tersebut adalah:

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil data temuan penelitian tentang keterampilan bolavoli dasar di Sekolah Menengah Pertama Negeri Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di kedua sekolah ini belum memiliki keterampilan bolavoli dasar dengan baik. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat hasil data dari masing-masing sekolah yakni sebagai berikut:

1. Keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat dari 33 siswa, dalam kategori baik sekali hanya dimiliki 3 orang (9,09%), untuk kategori baik yaitu hanya 4 orang (12,12%) dan yang berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 19 orang (57,58%). Selanjutnya untuk kategori kurang sebanyak 4 orang (12,12%), sedangkan untuk kategori kurang sekali dimiliki sebanyak 3 orang siswa.
2. Keterampilan bolavoli dasar siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 dari 16 siswa, hanya 3 orang (18,75%) yang memiliki keterampilan baik sekali, 1 orang kategori baik (6,25%) dan sebanyak 6 orang (37,50%) kategori sedang. Selanjutnya sebanyak 6 orang (37,50%) kategori kurang.

Sedangkan Keterampilan bolavoli dasar dari 17 orang siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 hanya 3 orang (17,65%) kategori baik sekali, 1 orang (5,88%) katogori baik, 8 orang (47,06%) kategori sedang, 4 orang (23,53%) kategori kurang, dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali.

## B. Saran

Adapun beberapa saran yang dapat dikemukakan yang ditujukan kepada yakni sebagai berikut:

1. Kepala sekolah sebagai pimpinan agar dapat mengawasi proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru penjasorkes, baik dalam kelas secara teorinya, maupun belajar keterampilan olahraga seperti olahraga bolavoli dasar di lapangan.
2. Guru penjasorkes Sekolah Menengah Pertama Negeri di Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat, agar:
  - a. Mengajarkan teknik bolavoli dengan cara yang benar, sehingga siswa dapat bermain bolavoli dengan lebih baik.
  - b. Lebih aktif dan kreatif menciptakan variasi bentuk-bentuk latihan atau permainan, sehingga siswa menyenangi pembelajaran bolavoli yang diajarkan.
  - c. Terlibat langsung di lapangan bersama siswa disetiap proses pembelajaran bolavoli berlangsung, sehingga dapat mengontrol dan mengawasi siswa dalam belajar, serta memperbaiki kesalahan teknik yang mungkin dilakukan siswa dalam belajar bolavoli.

3. Siswa, agar lebih rajin dan tekun dalam mengikuti pembelajaran teknik bolavoli dasar dengan benar, sehingga keterampilan bolavoli dasar dapat dikuasai dengan baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bachtiar.(1999). *Pengetahuan Dasar Permainan Bolavoli*. Padang. FIK.
- Depdiknas. (2008). *Kamus besar bahasa indonesia*. Jakarta : Balai pusatka.
- DEPDIKBUD.(1998). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta. Balai Pustaka.
- Depdiknas. (2008). *Buku panduan penulisan tigas akhir/skripsi*. UNP
- Erianti. (2004). *Bolavoli Pendidikan Olahraga*.FIK UNP.
- Erianti. (2004). *Buku Ajar Bolavoli*. Padang. Sukabina Press.
- Hadziq. (2015). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP-MTs Kelas VII*. Yrama Widya : Bandung.
- Juari. (2009). *Pendidikan Jasmani, olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta : Pusat Perbukuan Kemendiknas.
- Margiayani.(2008). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muekarto.(1999). *Keterampilan Gerak Pada Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2012). Metodologi penelitian. Alfabeta : Bandung.
- PBSVI.(2005). *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Gedung Voli Senayan.
- Prayitno, Elida (1983). *Psikologi kepribadian*.FIP IKIP Padang.
- Roji.(2006). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Suwinto, Wasti (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Pendidikan dan Kesehatan.
- Syafruddin.(2012). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP Padang.
- Tim Abdi Guru.(2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*.Jakarta: Erlangga.
- Undang-undang RI No. 30 (2005:8). *Tentang sistem keolahragaan*.jakarta: Depdibub.