

**STUDI TENTANG KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI
PADA KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI SISWA
SMP NEGERI 16 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**JERY PRANATA
NIM. 98056**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**STUDI TENTANG KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI
PADA KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI SISWA
SMP NEGERI 16 PADANG**

Nama : Jery Pranata
Nim : 98056
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Disetujui Oleh

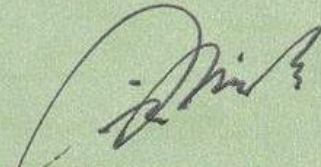
Padang, Januari 2014

Pembimbing I



Drs. Kibadra
NIP. 19570118 198503 1 003

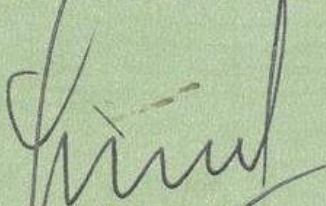
Pembimbing II



Drs. Hermanzoni, M.Pd
NIP. 19610414 198603 1 007

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : STUDI TENTANG KETERAMPILAN TEKNIK DASAR
BOLAVOLI PADA KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI
SISWA SMP NEGERI 16 PADANG**

Nama : Jery Pranata

Nim : 98056

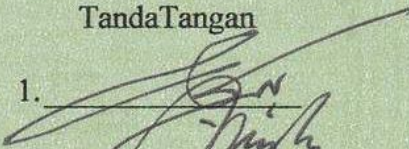
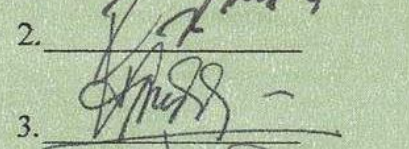
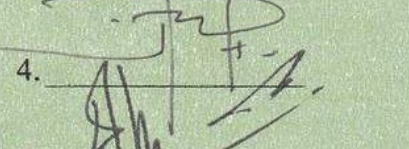
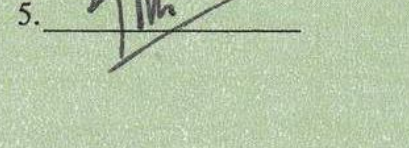

Prodi Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2014

Tim Penguji

- | | Nama | TandaTangan |
|---------------|---------------------------------|--|
| 1. Ketua | : Drs. Kibadra | 1.  |
| 2. Sekretaris | : Drs. Hermanzoni, M,Pd | 2.  |
| 3. Anggota | : Prof. Dr. Syafruddin, M,Pd | 3.  |
| 4. Anggota | : Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO | 4.  |
| 5. Anggota | : Dra. Darni, M.Pd | 5.  |



*Sesungguhnya Sesudah Kesulitan Pasti Akan Ada Kemudahan
Maka Apabila Kamu Telah Menyelesaikan Sesuatu Urusan
Kerjakanlah Dengan Sungguh-Sungguh Yang Lain
Dan Hanya Kepada Tuhan-mu lah Hendaknya Kamu Berharap
(Q.S. Alam Nasyrah :68)*

*Tiada kata Yang Dapat Terucapkan Selain Rasa Syukur Yang Tak Terhingga
Pada-Mu Ya Allah Ya Tuhan ku
Atas Segala Limpahan Rahmat, Karunia dan Rezeki Serta Kemudahan
Yang Tak Terhitung Harganya Yang Telah Engkau berikan dan Anugerahkan Padaku*

*Ya Allah.....
Dengan Kekokohan Iman Dalam Hati Ini
Izinkanlah Hamba-mu Ini Untuk Mencapai Cita-Citanya
Dapat Memberikan Kebahagiaan Lahir dan Bathin Kepada Orang-Orang Yang Menyayangi
Serta Mengharapkan Keberhasilan Dari Hamba-Mu Ini
Pengorbanan, Semangat dan Motivasi Yang Telah Mereka Berikan kepadaku Sangat Besar
Sangat Berarti Sekali Bagi Perjuanganku
Kini Kau Berikan kepadaku Kesempatan Yang Luar Biasa Untuk Aku Bisa
Membahagiakan dan Membanggakan Orang-Orang Yang Menyayangiku
Dengan Mempersembahkan Secercah Asa Yang Telah Ku Gapai, Sepenggal Cita-Cita Yang
Telah Kuraih Dengan penuh Rasa Bahagia, Rasa Cinta Dan Kasih Sayang Yang Ada
Kini Ku Persembahkan Karya Ku Ini Untuk Semua Orang-Orang Yang Sangat Aku Sayangi
dan Sangat Aku Cintai Dalam hidupku.*

*Aku Sadar... Sesungguhnya Apa Yang Telah Kuperbuat dan Ku Dapatkan Hingga Saat Ini
Belum Mampu Untuk Membalas Setetes Keringat, Air Mata dan Jerih Payah Yang Telah
Diberikan Oleh Kedua Orang Tua Ku, Oleh Karena Itu
Ya Allah.....
Berikanlah Keberkahan, Keselamatan, dan Kebahagiaan Baik di Dunia Maupun di Akhirat
Kelak Kepada Kedua Orang Tua Ku*

*Terima Kasih Papa Tercinta (Jufri) Dan Mama Tercinta (Lelimarni)
Tak Terhitung Do'a Yang Kau Panjatkan Kepada Tuhan Demi Keberhasilan Ku
Tak Pernah Lepas dan Habis Kasih Sayang Mu Untuk Ku
Tak Pernah Mengeluh Bekerja dan Berjuang Untuk Hidup Ku
Meskipun Banyak Kesalahan dan Kekhilafan Ku Menyisakan Perih Dihati mu
Dari Hati Ku Yang Terdalam, Tulus Ku Mengakuinya
Terima Kasih Atas Semua Dukungan, Dorongan, Motivasi Baik Moril Maupun Materil
Yang Tak Pernah Habis Yang Papa dan Mama Berikan
Tak Pernah Papa dan Mama Mengharapkan Suatu Imbalan Apapun
Semoga Dengan Sedikit Keberhasilan Ini
Diriku Mampu Untuk Menjadi Anak Yang Dapat Membanggakan Dirimu Papa dan Mama
Walau Hanya Sedikit.....
Thank's To Bapak/Ibu Dosen*

***Engkau Adalah Pahlawan Tanpa Tanda Jasa, Jasa Mu Sungguh Banyak Dan Bearti
Tak Dapat Diriku Untuk Membalas Semua Ilmu Yang Telah Engkau Berikan KepadaKu
Sesungguhnya Engkau adalah Pedoman BagiKu Dalam Menjalankan Hidup Ini
Semoga Apa Yang Engkau Berikan Mendapat Balasan Yang Setimpal Dari Allah SWT
Amin, Amin Yarabbal A'lamín.....***

***Thank's To Seluruh Keluarga Besar Ku
Terutama Sekali Kepada Mama dan Papa Tak Dapat Ilma Bayar Semua PengorbananMu
Adik-adik Ku Yang Tersayang Rani Awanda dan Rival Rezano
Ingat Dek, Kita Sebagai Anak-Anak Papa dan Mama Adalah Harapan Mereka
Jadi Jangan Pernah Kita Kecewakan Mereka, Rajin-Rajin Belajar Ya Biar Pintar***

***Thank's To Teman-Teman Prodi PENJASKESREK Bp 2009
Khususnya Teman-Teman Kelas A Regulaer Dan Non Reguler Diego lopez marsel, S.Pd
Restio ade, Jefri arli, M Ridho Dan Seluruh Teman-Teman Jurusan Pendidikan Olahraga
Program Studi PENJASKESREK Bp 2009 Yang Sangat Banyak Sekali
Mohon Maaf Karena Tidak Dapat Menyebutkan Namanya Satu-Persatu
Tidak Terasa 4,5 (Empat stengah Tahun) Waktu Berlalu Dengan Begitu Cepat Dan Kini
Tiba Saatnya Bagi Kita Untuk Menyelesaikan Pendidikan Kita Di Kampus Hijau Yang
Tercinta
Semoga Rasa Pertemanan Yang Kita Jalin Selama Ini Selalu Terjalin, Dan Terjaga Untuk
Selama-Selamanya Walupun Ada Jarak Dan Waktu Yang Memisahkan Kita Semua
Dan Semoga Kita Semua Selalu Diberkahi Oleh Allah Dengan Keberhasilan Dan Kesuksesan
Terima Kasih Atas Semua Kebaikan Dan Kebahagiaan Yang Kalian Berikan
Mudah-Mudahan Kita Semua Berhasil Untuk Mencapai Cita-Cita Yang Kita Inginkan
Amin.....
The Best For PENKJASKESREK BP 2009 FIK UNP***

ABSTRAK

Jery Pranata, 2014/98056:Studi Tentang Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Kegiatan Pengembangan Diri Siswa SMP Negeri 16 Padang

Rendahnya prestasi bolavoli SMP Negeri 16 Padang, mungkin disebabkan oleh rendahnya keterampilan teknik dasar bolavoli yang dimiliki oleh pemain SMP Negeri 16 Padang tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan keterampilan teknik dasar bolavoli pemain SMP Negeri 16 Padang.

Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptif dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Data diperoleh dari sampel dengan mengukur keterampilan teknik dasar bolavoli (servis atas, passing bawah, passing atas). Populasi dalam penelitian ini adalah pemain bolavoli SMP Negeri 16 Padang yang berjumlah 34 orang yang terdiri dari 10 siswa perempuan dan 24 orang siswa laki-laki. Teknik penarikan sampel dengan menggunakan metode *purposive sampling* dimana yang menjadi sampel penelitian adalah siswa laki-laki dengan jumlah 24 orang. Teknik analisis data menggunakan perhitungan frekuensi dan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa: (1) Keterampilan servis atas siswa SMP Negeri 16 Padang berada pada kategori kurang dengan persentase sebesar 33.33%. (2) Keterampilan passing bawah siswa SMP Negeri 16 Padang berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 8.33%. (3) Keterampilan passing atas siswa SMP Negeri 16 Padang berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 37.50%.

Kata Kunci : Teknik Dasar Bolavoli

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, dengan judul **“Studi Tentang Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Kegiatan Pengembangan Diri Siswa SMP Negeri 16 Padang”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku dekan FIK UNP yang telah memberikan fasilitas pada penulisan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd dan Drs. Zarwan, M.Kes. selaku ketua dan sekretaris jurusan Pendidikan Olahraga, yang telah memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. Kibadrased sebagai pembimbing I, sekaligus Penasehat Akademik (PA) yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing Penulis selama dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hermanzoni, M.Pd sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, fikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd, Bapak Dr. Kamal Firdaus M. Kes, AIFO, dan Ibu Dra, Darni, M.Pd sebagai dosen penguji.

7. Kepada Orang tua, (Ayah) Jufri dan (Ibu) Lelimarni, dan adikku tercinta Rani Awanda dan Rival Rezano, yang telah memberikan motivasi, perhatian dan doanya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Rekan-rekan mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

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

Padang, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. LatarBelakangMasalah	1
B. IdentifikasiMasalah	6
C. PembatasanMasalah.....	7
D. PerumusanMasalah.....	7
E. TujuanPenelitian.....	7
F. ManfaatPenelitian	8
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. KajianTeori	9
1. Sejarah Permainan Bolavoli	9
2. Pengembangan Diri	11
3. Prinsip Kegiatan Pengembangan Diri.....	12

4. Tujuan Kegiatan Pengembangan Diri.....	13
5. Teknik Dasar Bola Voli.....	14
6. Service.....	17
7. Passing Bawah.....	21
8. Passing Atas	24
B. Kerangka Konseptual.....	28
C. Pertanyaan Penelitian	28

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	30
B. Tempat Waktu Penelitian.....	30
C. Populasi Dan Sampel.....	30
D. Jenis dan Sumber Data	31
E. Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Prosedur Penelitian	32
G. Instrumen Penelitian.....	34
H. Pelaksanaan Tes.....	34
I. Teknik Analisis Data	40

BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	41
1. Service	41
2. Passing Bawah	43
3. Passing Atas.....	44

B. Pembahasan	46
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi	31
2. Tenaga Pembantu.....	33
3. Alat/Perlengkapan Penelitian	33
4. Norma Standarisasi Service.....	36
4. Norma Standarisasi Passing Bawah.....	38
5. Norma Standarisasi Passing Atas	40
6. Distribusi Frekuensi Service.....	41
7. Distribusi Frekuensi Passing Bawah.....	43
8. Distribusi Frekuensi Passing Atas	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Service.....	19
2. Passing Bawah.....	22
3. Sikap Lengan Pass Atas	24
4. Sikap Badan Pass Atas	25
5. Sikap Tangan Pass Atas	26
6. Kerangka Konseptual	28
7. Tes Service	35
8. Tes Passing Bawah	37
9. Tes Passing Atas	39
10. Diagram Kemampuan Service Bolavoli.....	42
11. Diagram Kemampuan Passing Bawah	44
12. Diagram Kemampuan Passing Atas.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Penelitian.....	56
2. Data Mentah Tes Kemampuan Service	57
3. Data Mentah Tes Kemampuan Tes Passing Atas	58
4. Data Mentah Tes Kemampuan Passing Bawah	59
5. Dokumentasi.....	60

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan disegala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan di bidang olahraga. Olahraga mempunyai arti strategis dalam proses pembangunan di dalam suatu negara, terutama dalam meningkatkan kualitas manusia yang menjunjung tinggi nilai sportifitas, disiplin dan ketakwaan. Perkembangan olahraga di Indonesia sudah cukup memuaskan karena sudah banyak jumlah orang yang melakukan kegiatan berolahraga akhir-akhir ini baik itu dalam acara resmi seperti perlombaan-perlombaan tingkat daerah, tingkat provinsi, tingkat nasional dan internasional. Dan adapula yang hanya melakukan aktivitas olahraga untuk mencari kebugaran jasmani sambil rekreasi atau sebagai hiburan untuk mengisi waktu luang.

Olahraga tidak hanya di peruntukan untuk pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani saja, hal ini di jelaskan dalam Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pada BAB II Pasal 4 yang dijabarkan sebagai berikut: “ Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan

bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Dari uraian di atas dapat di kemukakan bahwa olahraga dapat meningkatkan prestasi serta dapat bersaing dan menjunjung tinggi suatu negara dalam di dunia internasional, salah satunya dengan olahraga prestasi. Dalam undang-undang sistem keolahragaan dijelaskan bahwa; “ Olahraga prestasi adalah Olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetensi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.(UU. RI No 3.2005:3).

Sekarang ini olahraga yang terus berkembang agar dapat berprestasi yang baik salah satunya adalah bolavoli. Tidak hanya itu bolavoli juga menjadi salah satu cabang olahraga yang memperlihatkan keterampilan seseorang. Di dalam olahraga bolavoli tidak hanya dituntut memiliki kesegaran jasmani yang baik saja, tetapi juga pentingnya kemampuan teknik dasar bolavoli. Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Permainan bolavoli memiliki berbagai macam teknik dasar yang harus dikuasi yaitu *service* (*service* bawah dan *service* atas), *passing* (*passing* bawah dan *passing* atas) (Syafruddin, 1999:103).

Teknik dasar permainan bolavoli pada awalnya amat sederhana, yaitu bertujuan untuk memukul bola sehingga melewati jaring (net) ke lapangan lawan(Ahmadi Nuril, 2007:14). Dari berbagai macam teknik dasar permainan

bolavoli tersebut, teknik dasar bolavoli merupakan gerakan-gerakan yang paling mendasar yang harus dikuasai agar permainan berjalan lancar dan sempurna.

Adapun menurut Bempa (1990:60), teknik yang baik sama dengan efisien yang tinggi. Dapat diartikan bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat kualitas teknik dengan tingkat efisien gerakan, atau dengan kata lain semakin baik tingkat keterampilan teknik atlet, maka semakin efisien tenaga yang digunakan oleh atlet dalam bertanding. Dalam cabang bolavoli hampir setiap teknik dasar menjadi dominan dalam suatu pertandingan bolavoli. Teknik dasar memegang peranan penting dan berbeda dalam setiap cabang olahraga, hal ini terkait langsung pada karakteristik atau kebutuhan cabang olahraga itu sendiri. Hal ini yang menjadi perhatian para pelatih dan pembina cabang olahraga agar prestasi yang diinginkan terlaksana dengan baik. Perkembangan teknik permainan bolavoli diarahkan pada peningkatan keterampilan gerak dalam memainkan bola. Bola yang dimainkan dapat dilewatkan melalui jaring ke lapangan lawan sehingga lawan tidak mampu mengembalikan bola atau mengalami kesulitan untuk mengembalikan bola dengan. Meskipun sifatnya beregu, tetapi kemahiran individu akan mempermudah melakukan kerja sama untuk mencapai hasil akhir yang baik.

Teknik dasar bolavoli yang harus dikuasai dengan baik ialah *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*. Untuk siswatingkat lanjut atau tingkat atas, teknik yang diajarkan pun semakin meningkat, begitu juga dengan atlet pemula. Penguasaan teknik dalam permainan bolavoli sangatlah

penting, karena seni dalam permainan bolavoli terlihat dari pemain yang sudah menguasai teknik tinggi hingga menyerupai akrobatik dengan pukulan-pukulan keras yang akan membuat penonton terpesona dalam menyaksikannya. Apabila dalam melakukan teknik dasar bolavoli terdapat kesalahan, maka dengan kesalahan tersebut akan berakibat fatal dan dapat merugikan bagi tim itu sendiri.

Perkembangan tersebut mudah dipahami karena bolavoli dimainkan semata-mata untuk tujuan rekreasi agar diperoleh kesenangan dan kegembiraan. Namun pada perkembangannya permainan bolavoli menjadi olahraga kompetitif. Karena itu, bola dimainkan untuk diseberangkan ke lapangan lawan sampai lawan tidak bisa atau sulit memainkan kembali. Oleh karena itu, penguasaan teknik keterampilan memainkan bola dalam permainan bolavoli menjadi tuntutan utama.

Olahraga merupakan salah satu sarana pengembangan diri manusia, melalui olahraga mampu meningkatkan prestasi. Bolavoli telah menjadi olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat dunia, khususnya masyarakat Indonesia. Fakta membuktikan bahwa saat ini bolavoli menduduki peringkat kedua pada deretan olahraga-olahraga paling digemari setelah sepakbola.

SMP Negeri 16 Padang merupakan salah satu sekolah yang telah lama melakukan pembinaan cabang olahraga bolavoli. Pembinaan prestasi bolavoli telah dilakukan secara teratur, dengan jadwal latihan 2 kali dalam seminggu yang dilakukan setiap sore di lapangan bolavoli SMP 16 Kota Padang dengan bimbingan pelatih/guru. Namun setelah sekian lama diadakan pembinaan

terhadap cabang olahraga bolavoli tersebut, SMP Negeri 16 Padang belum meraih prestasi yang membanggakan. Terakhir SMP Negeri 16 Padang mengikuti kejuaraan antar smp se-kota padang prestasi SMP Negeri 16 hanya sampai babak penyisihan.

Berdasarkan observasi penulis di lapangan dan wawancara dengan pelatih/guru, dapat diketahui masih banyak kendala yang dihadapi oleh pemain bolavoli SMP Negeri 16 Padang. Kendala yang dihadapi tersebut antara lain: rendahnya kemampuan teknik dasar bolavoli, ini dibuktikan dengan seringnya pemain melakukan kesalahan yang mendasar seperti servis yang tidak melewati net, passing yang tidak sempurna sehingga mudah bagi lawan mendapatkan point. Selain itu, ada kemungkinan faktor lain yang menyebabkan belum tercapainya prestasi yang maksimal oleh pemain bolavoli SMP Negeri 16 Padang, diantaranya faktor pelatih, motivasi berlatih, sarana dan prasarana, serta dukungan dari pihak sekolah.

Faktor pelatih sangat menentukan sekali terhadap prestasi siswa, pelatih yang bisa menyusun program latihan dengan baik maka akan membuat siswa lebih tertarik untuk melakukan latihan, sehingga siswa akan mempunyai motivasi yang tinggi dalam berlatih, sebaliknya pelatih yang tidak mampu menyusun program latihan dengan baik maka akan membuat siswa menjadi kurang bersemangat dalam menjalankan latihan. Selanjutnya faktor sarana dan prasarana juga dapat menentukan prestasi siswa. Siswa yang didukung dengan sarana dan prasarana yang memadai maka akan mendapatkan latihan dengan maksimal tanpa harus menunggu giliran yang

terlalu lama. Selain itu siswa juga perlu mendapatkan perhatian dan dukungan dari pihak sekolah, baik itu guru maupun kepala sekolah dengan adanya dukungan tersebut maka siswa akan merasa senang dan termotivasi untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 16 Padang untuk mengetahui hal yang menyebabkan rendahnya prestasi bolavoli di SMP Negeri 16 Padang, dengan judul “Studi Tentang Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Kegiatan Pengembangan Diri Siswa SMP Negeri 16 Kota Padang. Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjadi langkah antisipatif terhadap kendala yang dihadapi oleh siswa SMP Negeri 16 Padang agar kedepannya prestasi siswa SMP Negeri 16 Padang bisa menjadi lebih baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi prestasi bolavoli tersebut, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik dasar bolavoli
2. Sarana dan prasarana
3. Motivasi
4. Pelatih
5. Latihan

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, di atas maka penelitian ini akan dibatasi pada masalah yang berhubungan dengan variabel penelitian yaitu tentang teknik dasar bolavoli yang berkenaan dengan :

1. Keterampilan *service* atas
2. Keterampilan *passing* atas
3. Keterampilan *passing* bawah

D. Perumusan Masalah

Sesuai dengan pembatasan masalah diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana keterampilan teknik dasar *service* atas bolavoli yang mengikuti kegiatan Pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota padang.
2. Bagaimana keterampilan teknik dasar *passing* atas bolavoli yang mengikuti kegiatan pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota padang.
3. Bagaimana keterampilan teknik dasar *passing* bawah bolavoli yang mengikuti kegiatan pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota padang.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah dan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Keterampilan teknik dasar *service* atas bolavoli yang mengikuti kegiatan pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota padang
2. Keterampilan teknik dasar *passing* atas bolavoli yang mengikuti kegiatan pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota padang

3. Keterampilan teknik dasar *passing* bawah bolavoli yang mengikuti kegiatan pengembangan diri siswa di SMP 16 Kota Padang

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi:

1. Penulis, sebagai satu syarat untuk memperoleh Strata satu (S1) Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Guru pendidikan sebagai masukan, dalam memberikan latihan teknik dasar bolavoli dalam kegiatan pengembangan diri di SMP Negeri 16 Padang
3. Kepala sekolah sebagai masukan dalam pengembangan dan pembinaan olahraga prestasi, khususnya olahraga permainan bolavoli
4. Dijadikan sebagai salah satu bahan acuan untuk kegiatan penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas lagi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kemampuan servis atas siswa SMP Negeri 16 Padang lebih banyak berada pada kategori kurang dari jumlah sampel 24 orang.
2. Kemampuan passing bawah siswa SMP Negeri 16 Padang lebih banyak berada pada kategori cukup dari jumlah sampel 24 orang.
3. Kemampuan passing atas siswa SMP Negeri 16 Padang lebih banyak berada pada kategori cukup dari jumlah sampel 24 orang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi pelatih dapat memberikan latihan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar bolavoli siswa SMP Negeri 16 Padang dengan memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penguasaan teknik dasar bolavoli tersebut.
2. Bagi pemain agar dapat mengikuti latihan dengan baik serta memperhatikan semua materi yang disampaikan oleh guru/pelatih.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, Aryadi. 2005. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- Arikunto, Suharmisi. 1997. *Prosedur penelitian*. Jakarta: PT. Bhinika Cipta
- Bachtiar. (1999). *Pengetahuan Dasar-dasar Permainan Bola Voli*. Padang: DIP Proyek UNP
- Bompa, O Tudor.1990. *Total Training for Young Champions*. York University: Human Kinetics.
- Erianti. (2004). *Buku Ajar Bola Voli*. Padang: Sukabina
- Irawadi, Hendri. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang : FIK UNP
- Monti. (1996). (Terjemahan). *Vollyball. Ferguson, Bonnie Jill, Barbar L Viera, University of Delaware, Newark*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada)..
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani, Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Dirjen Olahraga, Depdiknas.
- Nuril, Ahmadi. 2007. *PanduanOlahraga BolaVoli*. Surakarta: Era PustakaUtama.
- Pate dkk, (1993) *Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan*. Semarang. IKIP Semarang
- PBVSI. 2005. *Jenis-Jenis Bolavoli*. Jakarta: Sekretariat Umum PP. PBVSI.
- Sajoto, Muhamad (1988) *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Depdikbud Dirjen Dikti. Jakarta
- Sugiyono, 2008. *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suharno Hp. 1982. *Dasar-dasar permainan bolavoli*. Yogyakarta.
- Sumosardjono. Sudoso. 1996. *Pengetahuan Praktis Kesehatan Dalam Olahraga 2*. Jakarta: PT Armada Pustaka Utama.
- Sutajaya.2008. "PengertianpengembanganDiri". *Pengembangan Diri Dalam KTSP*.Online.<http://wordpress.com/2008/11/20/pengembangan-diri-dalam-ktsp>,(diakses 22 desember 2013).
- Syafruddin. (1999). *Dasar-dasar kepelatihan olahraga*. Padang: DIP Proyek UNP
- Syafruddin. (1999). *Pengantar Ilmu Melatih*. Padang: FPOK IKIP
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP pres