

**TINJAUAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA  
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 13 PADANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Sains (S.Si)*



**Oleh :**

**FENDRA QURNIADI  
NIM. 17125/2010**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2017**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### SKRIPSI

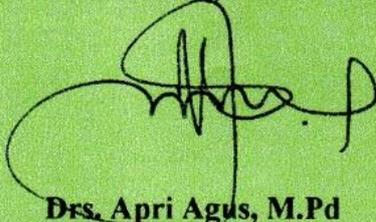
**Judul** : Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Padang

**Nama** : Fendra Qurniadi  
**Nim/BP** : 17125/2010  
**Program Studi** : Ilmu Keolahragaaan  
**Jurusan** : Kesehatan dan Rekreasi  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2017

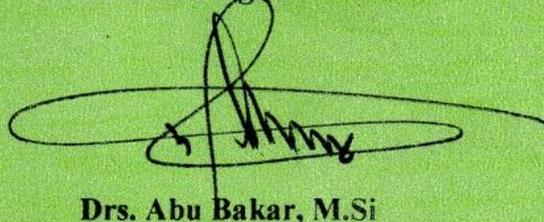
Disetujui Oleh:

**Pembimbing I**



**Drs. Apri Agus, M.Pd**  
NIP.19590403 198403 1 002

**Pembimbing II**



**Drs. Abu Bakar, M.Si**  
NIP. 19530516 198011 1 001

**Ketua Jurusan**



**Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes**  
NIP. 19700512 199903 2 001

## PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**Judul** : Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Padang

**Nama** : Fendra Qurniadi  
**Nim/BP** : 17125/2010  
**Program Studi** : Ilmu Keolahragaan  
**Jurusan** : Kesehatan dan Rekreasi  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang , Agustus 2017

### Tim Penguji

1. Ketua : Drs. Apri Agus, M.Pd
2. Sekretaris : Drs. Abu Bakar, M.Si
3. Anggota : Drs. Hanif Badri, M.Pd
4. Anggota : Dr. M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
5. Anggota : Nuridin Widya Pranoto, S.Pd, M.Or

Tanda Tangan

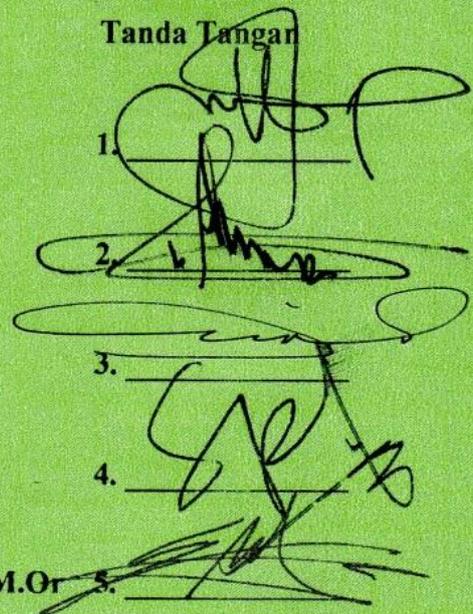
1.

2.

3.

4.

5.



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Padang”**, adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan penguji;
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 2017  
Yang menyatakan,



**Fendra Qurniadi**  
**NIM. 17125/2010**

## ABSTRAK

### **Fendra Qurniadi (2017): Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Siswa SMAN 13 Padang**

Masalah penelitian adalah rendahnya keterampilan teknik dasar bolavoli siswa SMAN 13 Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tinjauan keterampilan teknik dasar bolavoli.

Populasi penelitian ini adalah siswa SMA N 13 Padang yang berjumlah 718 orang. Pengambilan sampel di lakukan dengan teknik penarikan sampel *purposive random sampling* yaitu siswa putra kelas XI yang berjumlah 261 orang. Pengumpulan data di lakukan dengan tes kemampuan passing bawah (*brady wall volley test*), passing atas (*face wall volley test*), dan ketepatan servis.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan diperoleh hasil : norma tes keterampilan teknik dasar bola voli passing bawah yang kategori baik sekali tidak ada. Berdasarkan norma tes keterampilan teknik dasar bola voli passing atas yang kategori baik sekali tidak ada. Sedangkan ,menurut norma tes keterampilan teknik dasar bola voli servis yang kategori baik sekali cuma 2 orang.

**Kata Kunci : Keterampilan 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 Proposal Penelitian ini, dengan judul “ **Tinjauan Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Padang** ”. Proposal Penelitian ini disusun melakukan sebuah penelitian yang nantinya akan dijadikan sebuah Skripsi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta bimbingan dan penguji, oleh sebab itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs. Apri Agus, M.Pd selaku pembimbing 1 dan Drs. Abu Bakar, M.Si selaku pembimbing 2 saya, serta Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S.Si. M.Pd , Drs. Hanif Badri, M.Pd dan Nuridin Widya Pranoto, S.Pd. M.Or selaku penguji yang telah bersedia memberikan kritik dan saran yang membangun untuk penyusunan skripsi ini.

Dalam penulisan Proposal Penelitian ini Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua Orang Tua (Ayahanda dan Ibunda), dan Saudara-Saudara tercinta yang selalu memberikan motivasi serta dukungan moril dan materil.
2. Bapak Drs. Apri Agus, M.Pd Penasehat Akademik (PA) sekaligus pembimbing I yang telah meluangkan waktu dengan tulus dan sepenuh hati memberikan bimbingan terhadap penulis dalam menulis proposal penelitian ini.
3. Bapak Drs. Abu Bakar selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing Penulis selama dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

4. Ibuk Dr. Wilda Welid, SP, M.Kes sebagai Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

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

Padang, Agustus 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<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>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori .....	8
1. Permainan Bola Voli.....	8
2. Teknik Dasar Bola Voli .....	12
B. Kerangka Konseptual .....	17
C. Pertanyaan Penelitian .....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis, Waktu dan Tempa Penelitian.....	19
B. Populasi dan Sampel.....	19
C. Jenis dan Sumber Data .....	21
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	21
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	22

F. Instrumen Penelitian .....	25
G. Teknik Analisis Data .....	31
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	32
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	37
B. Saran .....	37
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>39</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>40</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Jumlah Populasi Siswa SMA N 13 Padang .....	20
Tabel 2. Statistik Hasil Penelitian <i>Passing</i> Bawah .....	25
Tabel 3. Statistik Hasil Penelitian <i>Passing</i> Atas .....	27
Tabel 4. Statistik Hasil Penelitian Servis Atas .....	29
Tabel 5. Distribusi Frekuensi <i>Passing</i> Bawah .....	32
Tabel 6. Distribusi Frekuensi <i>Passing</i> Atas .....	33
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Servis .....	34

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. <i>Passing</i> Bawah .....	14
Gambar 2. <i>Passing</i> Atas .....	16
Gambar 3. <i>Service</i> Atas.....	17
Gambar 4. Bagan Kerangka Konseptual .....	17
Gambar 5. <i>Brady Wall Volley Test</i> .....	27
Gambar 6. <i>Face Wall Volley Test</i> .....	29
Gambar 7. Tes Ketepatan <i>Service</i> .....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Data Mentah.....	40
Lampiran 2. Uji Hipotesis .....	41
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian .....	42
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan .....	45
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumbar .....	46
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Negeri 13 Padang .....	47

## **BAB I**

### **PENDAHUALUAN**

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

Olahraga dapat diartikan sebagai kebutuhan yang merupakan kegiatan manusia untuk mencapai kehidupan yang sehat baik secara jasmani maupun rohani. Dalam olahraga banyak aspek yang bisa membentuk manusia yang seutuhnya. Hal ini sesuai dengan apa yang disebutkan dalam Undang-Undang RI No 3 tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi:

“Keolahragaan Nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran dan kebugaran jasmani, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa”.

Olahraga memiliki banyak tujuan, diantaranya adalah Olahraga prestasi. Di Indonesia olahraga prestasi sangat mendapatkan perhatian baik pemerintah pusat dan daerah, sehingga nantinya diharapkan pengembangan dan pembinaan prestasi dapat dilakukan lebih serius sehingga melahirkan atlet yang berprestasi, baik tingkat daerah maupun tingkat nasional bahkan internasional sekalipun. Sesuai dengan tujuan prestasi yang dijelaskan dalam Undang-undang Republik Indonesia No.3 pasal 27 ayat 4 bahwa:

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan dengan memberdayakan kumpulan olahraga prestasi yang dilakukan secara terpusat dan menumbuh-kembangkan sentral pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah sehingga dapat menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Bagi seorang atlet, olahraga merupakan ajang berkompetisi dalam meraih prestasi setinggi-tingginya. Prestasi itu sendiri merupakan hasil tertinggi yang di capai melalui proses yang panjang dan memiliki tujuan. Untuk mencapainya diperlukan usaha dan proses latihan yang terarah dan terkoordinir secara baik sehingga mendapatkan hasil yang baik. Untuk mencapai prestasi terbaik banyak faktor yang mempengaruhi atlet, faktor tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Hal ini sesuai dengan pendapat Syafruddin (2011:80) :

Pencapaian prestasi terbaik atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar). Faktor internal antara lain: kemampuan fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mentalnya, sedangkan faktor eksternal yang timbul dari luar atlet seperti: pelatih, pembina, iklim dan cuaca, gizi, sarana dan prasarana, organisasi, penonton, wasit, hakim garis, keluarga dan lain sebagainya.

Dari uraian di atas, dapat dilihat bahwa prestasi olahraga dapat dicapai bila didukung dengan pembinaan dan mengembangkan prestasi dari program latihan. Salah satu cabang olahraga yang sangat berkembang dalam percaturan olahraga prestasi Indonesia adalah bolavoli. Bola voli menurut dari peraturan permainan PBVSI (2002: 7) adalah olahraga yang di mainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan di pisahkan oleh sebuah net. Dengan tujuan melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan, dan mencegah usaha yang sama dari lawan. Dalam bola voli mengenal beberapa teknik dasar antara lain passing atas , passing bawah, servis, block, dan smash. Semua teknik tersebut di butuhkan dan penting untuk di kuasai

oleh siswa SMA N 13 Padang. Sebagai dasar harus lebih dahulu mengenal passing.

*Passing* bawah merupakan teknik dasar yang paling awal, elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan( bola yang datangnya terlalu keras dan sulit di mainkan dengan passing atas, maka di ambil dengan passing bawah ). Passing atas merupakan suatu teknik memainkan bola yang di lakukan seorang pemain bola voli dengan tujuan untuk mengarahkan bola yang di mainkan ke suatu tempat atau kepada teman seregunya untuk di mainkan di lapangan sendiri. Menurut, Viera dkk (1996: 27) mengatakan bahwa “*servis* adalah satu satunya teknik yang di gunakan untuk memulai pertandingan“.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan dilapangan pada tanggal 23 April 2017, kondisi fisik yang dimiliki oleh pemamin SMA N 13 juga tergolong rendah. Selama pertandingan sedang berlangsung pemain cenderung cepat terlihat lelah. Kelincahan yang dimiliki oleh pemain juga terlihat kurang. Hal ini terlihat pada saat pemain mengambil bola yang agak jauh, mereka cenderung tidak mampu mengembalikan bola tersebut kepada lawan. Selain itu masalah mental pemain juga sangat mempengaruhi prestasi yang dimiliki oleh siswa. Sering kali dalam permainan, pemain terlihat gugup saat memulai permainan, efeknya pada menit-menit awal pemain juga mudah kehilangan poin.

Selain itu peneliti mendapati bahwa kemampuan teknik dalam bermain bolavoli yang dimiliki oleh siswa SMA N 13 Padang masih rendah.

Dibeberapa kali pertandingan terakhir siswa dari SMA ini tidak mampu meraih kemenangan. Mereka seringkali tidak sanggup mengembalikan *smash* dari lawan, efeknya lawan malah mendapatkan poin. Kemampuan *smash* yang dimiliki juga tidak begitu bagus, seringkali *smash* yang dilakukan tersangkut di net. Servis yang dilakukan oleh siswa seringkali tidak tepat sasaran. Ketika melakukan servis, seringkali tersangkut di jaring net atau walaupun lewat, malah melewati garis lapangan. Jika hal ini terus dibiarkan, maka akan sangat tidak baik bagi perkembangan tim bolavoli sekolah ini. Oleh karena itu, pemberain metode latihan dan pembelajaran yang tepat sangat dibutuhkan untuk meningkatkan teknik dasar dalam bermain bolavoli ini.

Ada beberapa bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar bola voli seperti passing bawah, passing atas, dan servis. Bentuk latihannya seperti bentuk rangkaian latihan, rangkaian permainan, game situasi, dan lain sebagainya. Pertama adalah rangkaian latihan. Menurut Darwis (1999), menyatakan rangkaian latihan adalah usaha pencapaian suatu tujuan peningkatan dari elemen-elemen baik secara terpisah maupun secara kombinasi di antara beberapa elemen yang saling berhubungan antara satu dengan yang lain. Selanjutnya bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar bola voli adalah bentuk rangkaian permainan. Menurut Emral (2016:114), menyatakan pendekatan rangkaian permainan adalah metode untuk mencapai tujuan permainan melalui permainan yang kompleks mencerminkan bentuk suatu permainan yang rumit antara regu

penyerang dan regu bertahan. Pendekatan pengajaran permainan merupakan pendekatan pengajaran yang menjadikan suasana atau situasi bermain untuk menumbuhkan persaingan yang menyenangkan dalam diri seseorang, agar mereka termotivasi dalam berlatih untuk meraih prestasi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk ikut membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh siswa SMA N 13 Padang. Oleh karena itu peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian terkait “Pengaruh Metode Rangkaian Permainan terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli siswa SMA N 13 Padang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Setelah melihat latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan siswa SMA N 13 Padang sebagai berikut :

1. Kemampuan siswa untuk penguasaan teknik dasar dalam bermain bolavoli.
2. Motivasi siswa untuk belajar teknik dasar bola voli.
3. Bola voli termasuk olahraga pilihan ekstrakurikuler.

## **C. Batasan Masalah**

Disamping karena keterbatasan kemampuan untuk mencakup semua aspek penelitian serta biaya yang terbatas maka dalam penelitian ini agar mendapatkan hasil yang maksimal dan akurat, maka penelitian di batasi pada satu kajian saja. Penelitian ini hanya di batasi pada aspek materi *passing* bawah, *passing* atas, dan *servis* dengan menggunakan metode latihan permainan.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah di atas dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut;

1. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar passing bawah bola voli siswa SMA N 13 Padang?
2. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar passing atas bola voli siswa SMA N 13 Padang?
3. Bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar servis bola voli siswa SMA N 13 Padang?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar passing bawah bola voli siswa SMA N 13 Padang.
2. Untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar passing atas bola voli siswa SMA N 13 Padang.
3. Untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar servis bola voli siswa SMA N 13 Padang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang di capai dari peneltian ini diuraikan sebagai berikut:

1. Penulis, sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana strata satu (S1) jurusan kesehatan dan rekreasi fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang

2. Di harapkan dapat memberikan manfaat atau bahan ajar bagi dosen FIK untuk menciptakan atau membina para mahasiswa dalam pembelajaran teknik dasar bola voli.
3. Perpustakaan, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkapkan informasi yang bermanfaat terutama dalam teori gerak sebagai pengetahuan yang di perlukan dalam pembinaan olahraga.