

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola Voli merupakan salah satu cabang olahraga yang menuntut penguasaan keterampilan teknik, kondisi fisik, serta kerja sama tim yang baik. Keberhasilan sebuah tim dalam pertandingan bola Voli sangat dipengaruhi oleh kemampuan setiap pemain dalam menerapkan teknik dasar secara efektif dan konsisten. Oleh karena itu, analisis terhadap keterampilan bermain bola Voli menjadi aspek penting dalam upaya meningkatkan prestasi tim.

Pelaksanaan penelitian olahraga, khususnya analisis keterampilan bermain bola voli, terdapat beberapa dasar hukum yang menjadi landasan, yaitu: Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Undang-undang ini menjelaskan bahwa olahraga merupakan bagian penting dalam pembangunan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia, serta mempererat persatuan bangsa. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan melalui pelatihan yang terarah dan berkelanjutan.

Keterampilan dasar dalam permainan bola Voli meliputi *servis*, *passing*, *smash*, *block*, dan pertahanan lapangan. Setiap keterampilan tersebut memiliki peranan yang saling berkaitan dalam membangun pola permainan yang efektif. Apabila salah satu keterampilan tidak dikuasai dengan baik, maka

performa tim secara keseluruhan dapat menurun dan memengaruhi hasil pertandingan.

Tim bola Voli Rokan Koto Ruang merupakan salah satu tim yang aktif mengikuti berbagai kegiatan dan kompetisi bola Voli di tingkat daerah. Partisipasi dalam kompetisi tersebut menuntut tim untuk memiliki kualitas permainan yang baik serta mampu bersaing dengan tim lain. Namun, dalam pelaksanaannya masih ditemukan beberapa kendala yang berkaitan dengan penguasaan keterampilan bermain bola Voli.

Berdasarkan pengamatan awal, permainan Tim Rokan Koto Ruang menunjukkan adanya variasi kemampuan antar pemain dalam menerapkan teknik dasar bola Voli. Beberapa pemain telah mampu melakukan teknik dengan baik, namun sebagian lainnya masih melakukan kesalahan, seperti *passing* yang kurang akurat, servis yang kurang efektif, dan koordinasi tim yang belum optimal serta belum diketahui pernah diketahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli dari pemain tersebut.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan pengamatan yang sistematis terhadap keterampilan teknik dasar bola Voli pada Tim Rokan Koto Ruang. Analisis keterampilan bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar setiap pemain sehingga dapat menjadi dasar dalam menyusun program latihan yang lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan tim kedepannya.

Analisis keterampilan teknik dasar bola Voli juga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas strategi permainan yang akan di susun oleh pelatih.

Dengan mengetahui kelebihan dan kelemahan teknik dasar pemain, pelatih dapat menentukan posisi bermain yang tepat, menyusun pola serangan yang efektif, serta memperkuat sistem pertahanan tim. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas permainan secara menyeluruh.

Selain itu, keterampilan teknik dasar bola Voli tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan teknik semata, tetapi juga oleh faktor kondisi fisik, mental, dan pengalaman bertanding. Oleh karena itu, analisis keterampilan yang dilakukan secara komprehensif dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai faktor-faktor yang memengaruhi performa pemain di lapangan. Kurangnya data objektif mengenai keterampilan bermain bola Voli pada Tim Rokan Koto Ruang menjadi salah satu kendala dalam proses pembinaan. Tanpa adanya analisis yang terukur, peningkatan prestasi tim cenderung berjalan kurang optimal dan hanya bergantung pada pengamatan subjektif semata.

Melalui analisis keterampilan teknik dasar bola Voli, diharapkan dapat diperoleh informasi yang akurat mengenai tingkat kemampuan servis, *passing* dan *smash* pemain Tim Rokan Koto Ruang. Informasi tersebut dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan kualitas latihan dan pembinaan atlet secara berkelanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, analisis keterampilan teknik dasar bola Voli pada Tim Rokan Koto Ruang perlu dilakukan secara sistematis dan terencana. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan prestasi tim, serta menjadi referensi bagi pelatih dan pihak

terkait dalam upaya meningkatkan mutu permainan bola Voli di lingkungan Rokan Koto Ruang.

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa pendapat para ahli yang dijadikan landasan teori terkait keterampilan bermain bola voli, antara lain: Menurut Barbara L. Viera dan Bonnie Jill Ferguson, keterampilan dasar dalam permainan bola voli meliputi servis, *passing*, *set-up* (umpan), *smash* (spike), dan *blocking*. Kelima teknik tersebut merupakan fondasi utama yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk mencapai permainan yang efektif.

Menurut M. Yunus, keterampilan bermain bola voli adalah kemampuan seseorang dalam melakukan teknik dasar permainan secara benar dan efektif, yang didukung oleh kondisi fisik, koordinasi, serta pemahaman taktik permainan.

Sementara itu, Suharno HP menyatakan bahwa keberhasilan dalam permainan bola voli sangat ditentukan oleh penguasaan teknik dasar yang baik serta kerja sama tim yang solid. Tanpa penguasaan teknik yang memadai, pemain akan mengalami kesulitan dalam menjalankan strategi permainan. Menurut Beutelstahl, teknik dalam bola voli merupakan cara melakukan gerakan dasar secara efisien dan efektif untuk mencapai hasil yang optimal dalam permainan. Teknik yang baik akan mempermudah pemain dalam mengontrol bola dan menentukan arah permainan.

Selanjutnya, Nuril Ahmadi berpendapat bahwa keterampilan bermain bola voli tidak hanya ditentukan oleh teknik, tetapi juga oleh faktor mental,

seperti konsentrasi, kepercayaan diri, dan kemampuan mengambil keputusan secara cepat di lapangan.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain bola voli merupakan kombinasi dari penguasaan teknik dasar, kondisi fisik, kemampuan taktik, serta faktor mental yang saling mendukung dalam mencapai performa permainan yang optimal

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi masalah yang ada dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Teknik Dasar Belum Konsisten *Passing* bawah, dan *Pasing* atas sering tidak stabil, Karna bola melambung terlalu tinggi atau melebar.
2. Lemah dalam Teknik *servis* disebabkan Posisi tangan saat *servis* kurang pas sehingga bola sering keluar lapangan.
3. Belum diketahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli Tim Rokan Koto Ruang
4. Koordinasi Tim Kurang Solid Karna Kurang komunikasi antar pemain, terutama pada bola *free ball*.
5. Pemahaman Pola Permainan Masih Rendah Disebabkan Belum terbiasa menjalankan pola serangan cepat (*quick attack*) atau kombinasi.
6. Kondisi Fisik Tidak Merata Karna Daya tahan rendah sehingga performa menurun di akhir set.
7. Mental Bertanding Belum Stabil
8. Peran Khusus Pemain Belum Jelas

1.3 Batasan Masalah

Untuk menjaga agar penelitian ini tetap fokus dan tidak menyimpang dari tujuannya, peneliti membatasi permasalahan pada kemampuan teknik dasar bola voli di kalangan pemain Tim Voli Rokan Koto Ruang. Ruang lingkup penelitian ini hanya mencakup kemampuan teknik dasar seperti servis bawah, servis atas, *passing* bawah, *passing* atas dan *smash*.

1.4 Rumusan Masalah

Bagaimanakah tingkat keterampilan teknik dasar bola voli yang dimiliki oleh pemain tim voli Rokan Koto Ruang ?

1.5 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli yang dimiliki pemain tim voli Rokan Koto Ruang.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

- a. Memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, terutama mengenai analisis keterampilan dasar permainan bola voli.
- b. Menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian serupa mengenai evaluasi teknik dasar bola voli.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pelatih Tim Voli Rokan Koto Ruang. Menjadi acuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar setiap pemain. Serta Membantu pelatih dalam merancang program latihan yang lebih tepat guna meningkatkan kekurangan pemain
- b. Bagi Pemain, Memberikan umpan balik mengenai kemampuan teknik yang sudah baik maupun yang perlu ditingkatkan.
- c. Bagi Klub/Tim, Menjadi dasar evaluasi untuk peningkatan kualitas tim secara keseluruhan.
- d. Bagi Pembina (jika relevan), Membantu merancang program pembinaan olahraga yang lebih efektif dan terarah.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Hakikat Permainan Bola Voli

Permainan Bola Voli adalah jenis olahraga tim yang dimainkan oleh dua kelompok, setiap kelompok terdiri dari enam pemain yang dipisahkan oleh jaring. Inti dari permainan ini adalah untuk mengarahkan bola ke wilayah permainan lawan dan menghalangi bola jatuh di area sendiri (Sahabuddin, 2018). Bola Voli merupakan cabang olahraga yang membutuhkan kecepatan reaksi dan akurasi gerakan. Setiap pemain harus bisa bergerak dengan cepat untuk menyesuaikan arah bola yang datang dalam waktu yang cukup singkat. Situasi ini memerlukan ketahanan fisik dan fokus yang tinggi sepanjang pertandingan.

Permainan bola Voli juga memiliki sifat permainan yang aktif dan berkelanjutan. Setiap reli permainan meliputi serangkaian gerakan teknik yang saling berkaitan, mulai dari servis, penerimaan bola, pengumpanan, hingga penyerangan. Selain faktor teknis, bola Voli juga sangat menekankan kolaborasi tim. Keberhasilan suatu tim tidak hanya bergantung pada keterampilan masing-masing anggota, tetapi juga pada soliditas dan kerja sama di antara para pemain di lapangan. Interaksi antara pemain menjadi elemen krusial dalam pertandingan bola Voli. Komunikasi yang efektif akan mempermudah koordinasi tindakan dan

pengambilan keputusan, terutama dalam situasi permainan yang cepat dan menantang.

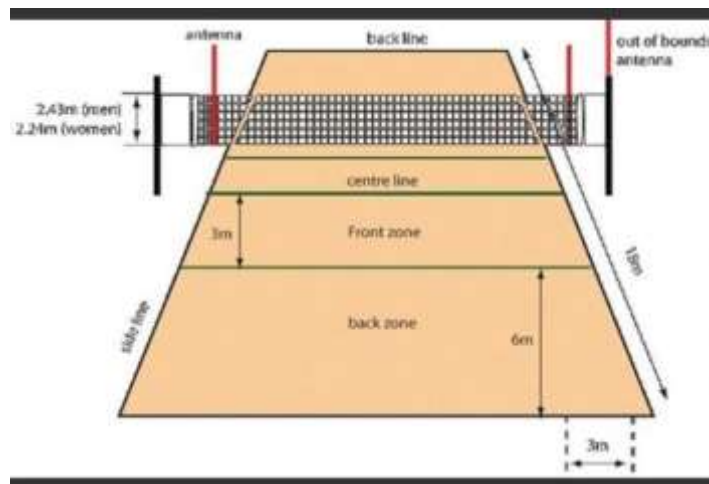
2.1.2 Teknik Dasar Bola Voli

Teknik dasar adalah elemen utama yang harus dikuasai oleh setiap pemain Voli. Penguasaan teknik fundamental yang kuat akan mendukung efisiensi permainan dan mengurangi kemungkinan terjadinya kesalahan. Dasar-dasar teknik dalam permainan bola Voli mencakup servis, *passing*, *smash*, dan *blok*. Keempat teknik ini merupakan fondasi penting dalam setiap aktivitas permainan dan saling terhubung satu sama lain. Menguasai teknik dasar tidak bisa didapatkan secara langsung, tetapi melalui proses latihan yang teratur dan terus menerus. Latihan yang terencana akan mendukung pemain untuk secara bertahap meningkatkan kualitas teknik mereka.

Setiap teknik dasar memiliki peran dan tujuan yang berbeda dalam permainan. Karena itu, pemain perlu memahami karakteristik setiap teknik agar dapat digunakan dengan tepat dalam situasi permainan. Kesalahan dalam penguasaan teknik dasar bisa berpengaruh langsung pada kinerja tim. Kesalahan kecil seperti operan yang kurang tepat dapat mengganggu ritme serangan dan memberikan keuntungan bagi lawan. Penguasaan teknik dasar yang solid akan meningkatkan rasa percaya diri pemain saat berlaga. Pemain yang memiliki kepercayaan diri biasanya lebih tenang dan konsisten dalam permainan. Dalam pengembangan prestasi, teknik dasar menjadi titik fokus utama dalam tahap latihan awal. Dasar teknik yang

kokoh akan mempermudah pemain dalam memahami teknik tingkat lanjut serta strategi permainan.

Ada beberapa sarana dan prasarana diantaranya bola, dan lapangan .



Sumber: Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas menggambarkan bentuk dan ukuran lapangan voli serta pembagian zona permainannya. Lapangan voli memiliki bentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Lapangan itu dibagi menjadi dua bagian yang sebanding oleh sebuah net yang terpasang di tengah lapangan. Setiap zona tim berukuran 9×9 meter.

Di tengah lapangan terdapat garis serang atau garis tiga meter yang terletak 3 meter dari garis tengah. Garis ini berperan sebagai batas bagi pemain belakang ketika menyerang agar tidak melintasi zona tertentu saat melakukan smash. Di samping itu, ada garis samping dan garis belakang yang menetapkan batas resmi zona permainan bola voli.

Jaring yang digunakan dalam permainan dipasang di pusat lapangan dengan ketinggian yang berbeda untuk putra dan putri.

Ketinggian net untuk pria adalah 2,43 meter, sedangkan untuk wanita adalah 2,24 meter. Di sekitar lapangan juga ada area bebas yang dimanfaatkan pemain untuk bergerak mengejar bola selama permainan.

Lapangan voli dibuat sesuai dengan standar agar permainan berlangsung dengan baik, teratur, dan adil. Pemahaman tentang ukuran dan bentuk lapangan sangat krusial bagi pemain karena dapat mendukung penguasaan posisi, strategi permainan, serta penerapan teknik dasar bola voli dengan optimal.

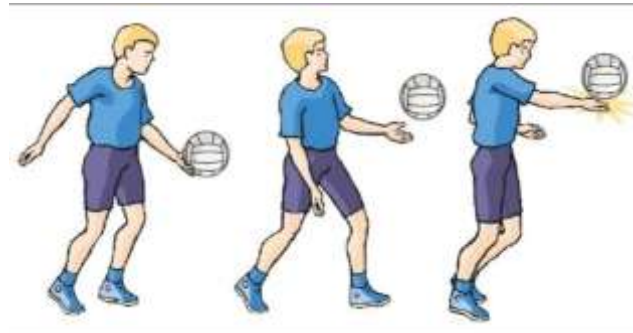
a. Servis dalam Permainan Bola Voli

Dalam pengembangan prestasi, teknik dasar menjadi fokus utama pada tahap pelatihan awal. Dasar teknik yang kuat akan membantu pemain dalam menguasai teknik lanjutan serta strategi permainan. Servis yang efektif tidak hanya bertujuan untuk mengirim bola ke area musuh, tetapi juga bisa menghambat penerimaan bola oleh lawan. Layanan yang efisien dapat langsung menghasilkan poin. Tipe servis dalam permainan bola Voli meliputi servis bawah, servis atas, dan servis lompat. Setiap jenis layanan memiliki tingkat kompleksitas dan ciri yang beragam.

Pemilihan jenis layanan perlu disesuaikan dengan kemampuan atlet dan kondisi permainan. Pemain pemula biasanya memanfaatkan servis bawah, sementara pemain berpengalaman lebih sering memakai servis atas atau servis lompat. Keberhasilan servis ditentukan oleh kekuatan pukulan, akurasi arah, dan konsistensi. Pemain perlu memiliki kemampuan mengendalikan bola supaya servisnya tidak mudah diprediksi oleh lawan.

Selain aspek teknik, layanan juga terpengaruh oleh keadaan mental pemain. Tensi dalam pertandingan sering kali mengakibatkan kesalahan servis ketika pemain tidak bisa mengontrol emosi.

1. Teknik Servis bawah

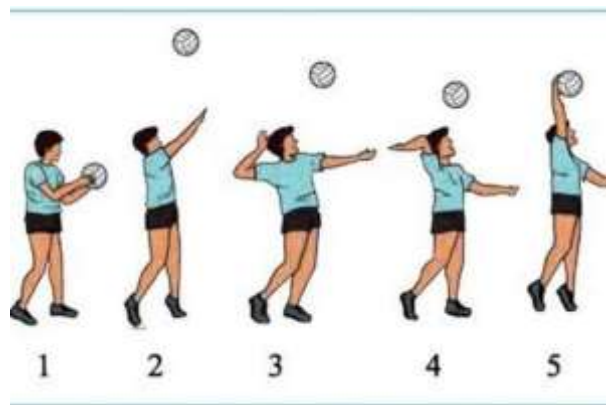


Sumber: Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas menggambarkan salah satu teknik fundamental dalam permainan voli, yaitu teknik servis dari bawah. Servis bawah adalah metode dasar yang dipakai untuk memulai permainan dengan cara memukul bola dari bawah menggunakan satu tangan agar bola dapat melewati net dan masuk ke wilayah lawan. Teknik ini merupakan salah satu layanan yang paling mudah dan sederhana untuk dipelajari, sehingga sering diajarkan kepada pemain pemula dan siswa dalam pendidikan jasmani. Dalam pelaksanaannya, servis bawah memerlukan koordinasi gerakan tubuh yang baik, mulai dari posisi kaki, postur tubuh, ayunan tangan, hingga ketepatan saat memukul bola. Pemain perlu dapat mempertahankan keseimbangan tubuh supaya pukulan yang dihasilkan lebih tepat dan memiliki tenaga yang memadai. Di samping itu, perhatian mata juga perlu terarah ke bola agar interaksi antara tangan dan bola bisa berlangsung dengan akurat. Servis bawah

memiliki peranan krusial dalam permainan bola voli karena menjadi awal dari dimulainya suatu rally atau serangan. Walaupun tampak mudah, metode ini tetap memerlukan latihan secara teratur supaya pemain bisa menghasilkan servis yang tepat, konsisten, dan sulit untuk dihadapi oleh lawan. Dengan demikian, penguasaan teknik servis bawah merupakan fondasi penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain voli sebelum mempelajari teknik-teknik kompleks lainnya.

2. Teknik Servis atas



Sumber: Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas menggambarkan langkah-langkah dalam melaksanakan servis atas pada permainan bola voli. Servis atas adalah salah satu teknik fundamental dalam bola voli yang dilakukan untuk memulai pertandingan dengan cara memukul bola dari atas kepala memakai satu tangan. Teknik ini merupakan salah satu tipe servis yang sering diterapkan dalam pertandingan karena mampu memberikan pukulan yang lebih kuat, cepat, terarah, dan lebih sulit untuk dihadapi oleh lawan dibandingkan dengan servis bawah.

Dalam pelaksanaannya, servis atas memerlukan koordinasi gerakan tubuh yang baik, mulai dari posisi awal, pengoperan bola, ayunan tangan, hingga gerakan lanjut setelah bola dipukul. Pemain perlu memiliki ketepatan waktu saat melakukan interaksi antara tangan dan bola supaya arah serta kecepatan bola dapat dikelola dengan optimal. Di samping itu, kestabilan tubuh dan kekuatan ayunan tangan juga berperan penting dalam keberhasilan servis.

Servis atas tidak hanya berperan sebagai permulaan permainan, tetapi juga bisa dimanfaatkan sebagai bentuk serangan awal kepada lawan. Apabila dilakukan dengan metodologi yang tepat, servis atas dapat menyusahkan lawan dalam menangkap bola sehingga dapat mengacaukan rencana serangan tim lawan. Karena itu, penguasaan teknik servis sangat penting dimiliki oleh setiap pemain bola voli untuk meningkatkan kualitas permainan dan mendukung pencapaian prestasi tim

2.1.3 *Passing* dalam permainan Bola Voli

Selain faktor teknis, kondisi mental pemain juga mempengaruhi performa layanan. Tekanan dalam kompetisi sering kali menyebabkan kesalahan servis saat atlet tidak mampu mengendalikan perasaannya.

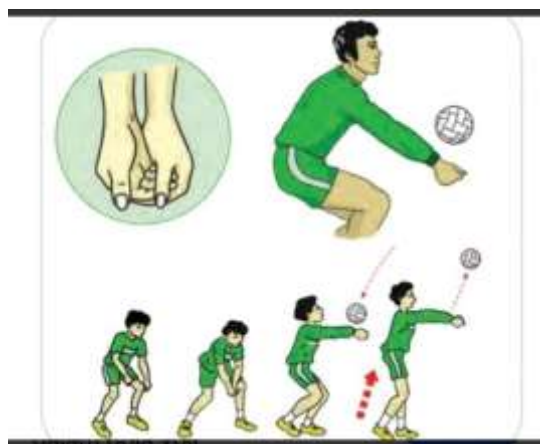
Passing terbagi menjadi *passing* rendah dan *passing* tinggi. Kedua tipe *passing* ini memiliki peran yang berbeda tergantung pada keadaan permainan. *Passing* bawah umumnya dipakai untuk menerima servis atau serangan dari lawan yang datang dengan kecepatan tinggi. Teknik ini

memerlukan ketelitian pada posisi tubuh dan sudut tangan. *Passing* atas digunakan untuk mengoper bola kepada smasher. Pengiriman bola yang baik akan mempermudah smasher dalam melancarkan serangan

Kesalahan saat melakukan umpan dapat mengganggu alur permainan dan merusak serangan. Karena itu, passing harus dilakukan dengan pengendalian dan konsentrasi yang tinggi. Konsistensi dalam umpan sangat penting untuk menjaga agar pola permainan tim tetap terjaga. Pemain diharapkan dapat melakukan passing dengan efektif dalam berbagai situasi permainan.

Latihan *passing* harus dilakukan secara berulang dan bertahap, baik secara individu maupun dalam kelompok, agar dapat meningkatkan akurasi dan kolaborasi tim. Dengan begitu, passing adalah keterampilan krusial yang perlu dianalisis untuk memahami kualitas permainan sebuah tim Voli. *Pasing* memiliki dua Teknik diantaranya *pasing* atas dan *pasing* bawah.

1. Pasing bawah



Sumber: Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

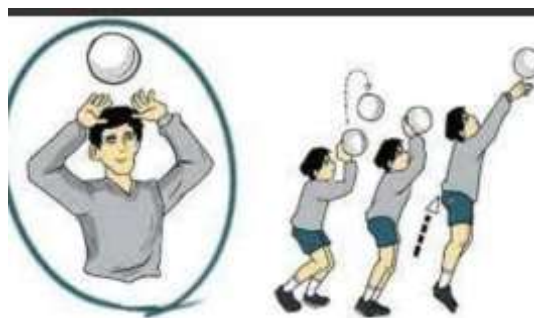
Gambar di atas menunjukkan teknik fundamental passing bawah dalam permainan voli. *Passing* bawah adalah salah satu teknik terpenting dalam permainan voli karena digunakan untuk menerima dan mengontrol bola dengan kedua lengan bawah yang dijepit. Metode ini sering dipakai untuk menerima servis, menahan smash dari lawan, atau mengatur bola rendah agar tetap bisa dimainkan oleh tim. *Passing* bawah merupakan elemen kunci dalam membangun pertahanan serta langkah awal dalam merancang serangan dalam permainan bola voli.

Di sudut kiri atas gambar ditunjukkan posisi tangan yang tepat saat melakukan passing bawah, yaitu kedua tangan disatukan dengan satu tangan memegang tangan yang lain, lalu kedua ibu jari diarahkan ke depan. Posisi ini bertujuan agar permukaan lengan bawah menjadi rata dan kokoh, sehingga bola dapat memantul dengan baik, tepat, dan lebih mudah untuk dikendalikan. Apabila posisi tangan tidak tepat, maka arah pantulan bola akan sulit untuk diatur dan dapat menyebabkan kesalahan dalam permainan.

Selain posisi tangan, postur tubuh juga sangat memengaruhi keberhasilan passing bawah. Pemain perlu berdiri dengan kaki sedikit terpisah, lutut ditekuk, dan tubuh sedikit membungkuk ke depan supaya lebih siap untuk menerima bola yang datang. Ketika bola tiba, gerakan kedua tangan diarahkan dari bawah ke atas dengan dukungan dorongan lutut dan tubuh agar pantulan bola menjadi lebih konsisten. Koordinasi antara kaki, tangan, dan fokus mata sangat penting agar *passing* bawah dapat dilaksanakan dengan efektif dan tepat.

Keterampilan dalam teknik passing bawah yang baik akan memudahkan pemain untuk menjaga bola tetap aktif dan mempermudah rekan satu tim dalam melakukan umpan atau serangan berikutnya. Oleh sebab itu, penguasaan passing bawah perlu dilatih secara teratur supaya pemain dapat mengembangkan kemampuan kontrol bola, akurasi arah, dan kerja sama tim yang lebih baik dalam permainan voli.

2. passing atas



Sumber: Oleh : : Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas memperlihatkan teknik fundamental passing atas dalam olahraga bola voli. Passing atas adalah sebuah teknik krusial yang diterapkan untuk mengoper bola dengan menggunakan ujung jari tangan di atas kepala. Metode ini sering dipakai untuk memberikan umpan atau pengaturan kepada rekan satu tim supaya bisa melakukan serangan, khususnya *smash*. Dalam permainan bola voli, *passing* atas memiliki fungsi yang sangat krusial karena menjadikan penghubung antara pertahanan dan serangan sehingga jalannya permainan dapat berlangsung dengan lancar dan teratur.

Pada gambar di sebelah kiri ditampilkan posisi tangan yang tepat saat melakukan *passing* atas. Kedua tangan diletakkan di atas dahi dengan jari-jari terbuka membentuk separuh lingkaran mirip mangkuk. Posisi ini bertujuan agar bola diterima dengan lembut memakai ujung jari, bukan telapak tangan.

Dengan penempatan tangan yang tepat, pemain dapat mengatur arah, kecepatan, dan ketinggian pantulan bola sehingga umpan yang dilakukan menjadi lebih tepat dan mudah diterima oleh kolega satu tim.

Selain posisi tangan, keberhasilan passing yang baik juga dipengaruhi oleh postur tubuh dan koordinasi gerakan. Pemain perlu berdiri dengan kedua kaki terbuka sedikit dan lutut ditekuk untuk menjaga keseimbangan tubuh serta siap menyambut bola yang datang. Ketika bola menyentuh jemari tangan, kedua tangan dan kaki berfungsi bersamaan untuk mendorong bola ke arah yang diinginkan. Gerakan pendorongan dilakukan dengan lembut namun tepat agar bola dapat terbang dengan baik melalui passing atas, diperlukan konsentrasi, ketepatan, serta koordinasi yang baik antara mata, tangan, dan gerakan tubuh. Kalau teknik ini dilakukan dengan tepat, maka pemain bisa memberikan umpan yang berkualitas untuk mendukung terbentuknya serangan yang efisien. Oleh sebab itu, passing atas perlu dilatih secara konsisten agar pemain dapat menguasai pengendalian bola, akurasi umpan, dan kolaborasi tim dalam permainan bola voli

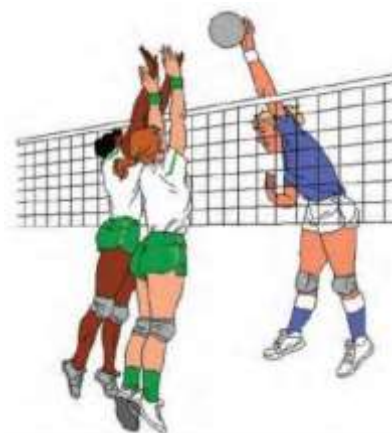
2.1.4 *Smash* dan *Block* dalam permainan bola Voli

Smash adalah ayunan kuat dan menukik yang bertujuan untuk menjatuhkan bola di area lawan. *Smash* merupakan senjata kunci dalam meraih poin. Teknik *smash* membutuhkan koordinasi gerak yang baik antara awalan, tolakan, pukulan, dan pendaratan. Timing yang tepat sangat menentukan keberhasilan *smash*. Selain tenaga, posisi bola juga memiliki

dampak besar terhadap efisiensi *smash*. Serangan *smash* yang ditujukan ke ruang kosong akan lebih sukar untuk diprediksi oleh lawan.

Block adalah metode defensif yang digunakan untuk menghalangi *smash* lawan di depan net. *Block* dapat dilakukan baik secara individu maupun dalam kelompok. Keberhasilan blok ditentukan oleh tinggi lompatan, ketepatan waktu, dan kolaborasi antara pemain depan. Blok yang efektif dapat langsung memberikan poin atau menghambat serangan musuh. Smash dan blok adalah teknik yang saling terkait dalam permainan Voli. Serangan yang hebat perlu diimbangi dengan pertahanan yang kokoh. Latihan *smash* dan *block* perlu dilakukan secara terencana untuk meningkatkan kemampuan serangan dan pertahanan tim. Sebagai akibatnya, analisis keterampilan *smash* dan *block* sangat penting dilakukan untuk mengetahui keseimbangan antara kemampuan menyerang dan bertahan dari tim.

1. Smash



Sumber: : Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas memperlihatkan teknik *blocking* (hadangan) dalam permainan bola voli. *Blocking* adalah teknik dasar pertahanan yang dilakukan di dekat net dengan melompat dan mengangkat kedua tangan setinggi mungkin untuk menghalangi, menahan, atau membendung serangan smash dari lawan agar bola tidak melewati net dan masuk ke area permainan sendiri. Teknik ini berperan krusial dalam sistem pertahanan tim karena dapat mengurangi kesempatan lawan mendapatkan poin sekaligus sebagai bentuk perlawanan langsung terhadap serangan yang dilakukan oleh lawan.

Dalam permainan voli masa kini, *blocking* tidak hanya berperan sebagai pertahanan, tetapi juga dapat menjadi awal dari serangan balik. Apabila *blocking* dilakukan dengan baik dan akurat, bola yang terdefleksi dapat langsung jatuh di daerah lawan, sehingga memberikan poin untuk tim yang bertahan. Oleh karena itu, keterampilan *blocking* sangat penting bagi pemain, terutama yang berada di posisi depan dekat jaring.

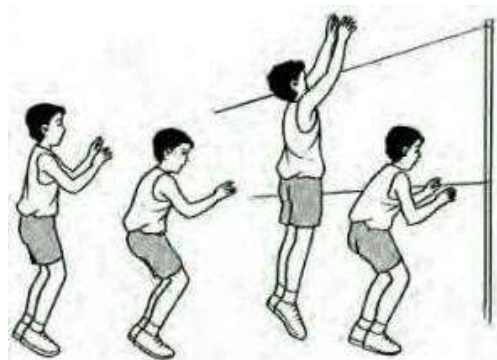
Penerapan teknik *blocking* membutuhkan keterampilan fisik dan koordinasi gerakan yang baik. Pemain perlu memiliki kekuatan otot kaki untuk melakukan lompatan tinggi, kecepatan reaksi dalam membaca arah serangan lawan, serta ketepatan waktu saat melompat agar bisa menghadang bola dengan maksimal. Selain itu, kedua tangan harus berada dalam posisi tegak ke atas dengan jari-jari yang terentang agar area benteng menjadi lebih luas dan kesempatan untuk menghentikan bola semakin meningkat.

Kejayaan dalam *blocking* juga bergantung pada kolaborasi antara pemain di dalam tim. Dalam keadaan tertentu, *blocking* bisa dilakukan

oleh dua sampai tiga pemain secara bersamaan untuk memperkuat pertahanan terhadap smash lawan yang kuat dan cepat. Komunikasi dan kerjasama antar pemain sangat penting untuk mencegah kesalahan posisi saat melakukan bendungan.

Dengan penguasaan teknik *blocking* yang efektif, sebuah tim akan memiliki pertahanan yang lebih kokoh dan dapat menghadapi berbagai jenis serangan lawan. Karena itu, latihan *blocking* harus dilakukan secara teratur dan terencana agar pemain dapat meningkatkan kemampuan membaca permainan, akurasi lompatan, serta koordinasi gerak yang maksimal dalam pertandingan bola voli.

2. Block



Sumber: : Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson.

Gambar di atas menggambarkan teknik *blocking* (penangkapan) dalam permainan bola voli. *Blocking* merupakan strategi bertahan yang dilakukan oleh pemain depan dengan cara meloncat dekat net sambil mengangkat kedua tangan ke atas untuk menghalangi serangan atau smash dari lawan. Tujuan utama dari *blocking* adalah untuk memastikan bola tidak melewati net dan tidak jatuh di zona permainan sendiri.

Pada gambar terlihat pemain melakukan pemblokiran dengan posisi tubuh menghadap ke net dan kedua tangan tegak ke atas. Jari-jari tangan diperlebar agar area penghalang menjadi lebih luas sehingga kesempatan untuk menghentikan bola semakin meningkat. Metode ini umumnya diterapkan saat lawan melancarkan smash atau serangan kuat ke benteng tim dalam pelaksanaannya, *blocking* memerlukan ketepatan waktu, kecepatan reaksi, serta kemampuan untuk membaca arah serangan lawan. Pemain perlu melompat pada saat yang tepat untuk dapat memblok bola di atas net. Di samping itu, keseimbangan fisik dan kekuatan otot kaki sangat penting untuk mencapai lompatan yang optimal.

Pemblokiran bisa dilakukan oleh satu pemain (blok tunggal), dua pemain (blok ganda), atau tiga pemain (blok tripel) sesuai dengan kondisi permainan. Semakin baik kolaborasi dan koordinasi antar anggota, maka pertahanan tim akan semakin kokoh dalam menghadapi serangan dari lawan.enguasaan teknik *blocking* sangat krusial dalam permainan bola voli karena selain berfungsi sebagai pertahanan, *blocking* juga dapat mencetak poin langsung jika bola yang dibendung jatuh di wilayah lawan. Oleh karena itu, teknik *blocking* harus dilatih secara konsisten agar pemain memiliki keterampilan bertahan yang baik dan dapat meningkatkan mutu permainan tim

2.1.5 Analisis Teknik Dasar Keterampilan Bermain Bola Voli

Kemampuan bermain bola Voli adalah kemampuan atlet untuk mengimplementasikan teknik dasar dengan efektif dalam konteks permainan yang sesungguhnya. Analisis keterampilan bermain bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat penguasaan teknik pemain secara objektif dan terstruktur. Dengan menganalisis keterampilan, pelatih dapat mendeteksi kekuatan dan kelemahan pemain dalam setiap teknik dasar permainan.

Hasil analisis dapat menjadi landasan untuk menyusun program latihan yang lebih fokus dan sesuai dengan kebutuhan tim. Analisis keterampilan bermain umumnya meliputi elemen servis, *passing*, *smash*, dan blok. Setiap elemen dievaluasi berdasarkan standar tertentu. Evaluasi keterampilan dilaksanakan untuk mendapatkan gambaran yang jelas mengenai kemampuan atlet baik dalam pertandingan maupun sesi latihan. Analisis keterampilan yang berlangsung secara rutin akan membantu meningkatkan mutu permainan tim secara keseluruhan. Dengan demikian, analisis kemampuan teknik dasar bola Voli pada tim Voli Rokan Koto Ruang diharapkan mampu memberikan informasi yang berguna untuk meningkatkan prestasi tim.

2.2 Penelitian yang Relevan

Penelitian relevan merupakan kajian terhadap hasil-hasil penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Tujuan dari penelitian relevan adalah untuk memperkuat landasan teori

serta menunjukkan posisi penelitian dalam konteks keilmuan yang telah ada. Untuk itu penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Yunus (2016) mengenai analisis keterampilan dasar permainan bola Volly pada atlet pelajar menunjukkan bahwa tingkat penguasaan teknik servis, passing, smash, dan block memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas permainan tim. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa passing merupakan teknik dasar yang paling dominan dalam menunjang keberhasilan serangan.
2. Ahmadi (2019) melakukan penelitian tentang analisis keterampilan bermain bola Volly pada tim sekolah menengah. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat penguasaan teknik dasar antar pemain, khususnya pada teknik smash dan block. Penelitian ini merekomendasikan perlunya evaluasi keterampilan secara berkala sebagai dasar perbaikan program latihan.
3. Beutelstahl (2018) mengkaji efektivitas teknik serangan dan pertahanan dalam permainan bola Volly. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa keseimbangan antara kemampuan menyerang dan bertahan sangat menentukan keberhasilan tim dalam pertandingan. Block yang efektif terbukti mampu menekan produktivitas serangan lawan.
4. Mulyono (2017) dalam penelitiannya tentang pembinaan teknik dasar bola Volly pada atlet daerah menyatakan bahwa latihan yang disusun berdasarkan hasil analisis keterampilan dapat meningkatkan performa atlet secara signifikan. Penelitian ini menekankan pentingnya analisis keterampilan sebagai dasar penyusunan program latihan yang sistematis dan berkelanjutan.
5. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Putra (2020) mengenai analisis keterampilan bermain bola Volly pada tim klub lokal menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik pemain berkorelasi dengan intensitas latihan dan pengalaman bertanding. Semakin tinggi intensitas latihan dan jam terbang pertandingan, semakin baik keterampilan bermain yang dimiliki pemain.

Berdasarkan uraian penelitian-penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa analisis keterampilan teknik dasar bola Voli

merupakan aspek penting dalam upaya peningkatan kualitas permainan dan prestasi tim. Penelitian-penelitian tersebut menjadi rujukan sekaligus pembanding bagi penelitian ini.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode deskriptif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta serta sifat populasi atau daerah tertentu. Dalam hal ini, peneliti melakukan analisis untuk memotret tingkat keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh pemain tim bola Voli Rokan Koto Ruang pada periode tertentu.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

3.2.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan latihan tim bola Voli Rokan Koto Ruang, Kecamatan Rokan IV Koto, Kabupaten Rokan Hulu, Provinsi Riau



Gambar 3.1 Lokasi Lapangan Voli Rokan Koto Ruang

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada hari Sabtu tanggal 04 Juli 2026.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain yang tergabung dalam tim voli Rokan Koto Ruang. Jumlah keseluruhan pemain dalam tim tersebut adalah 12 orang, yang terdiri dari pemain inti dan pemain cadangan. menurut Sugiyono, populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

3.3.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 12 orang pemain. Penggunaan teknik total sampling dilakukan karena jumlah populasi relatif kecil, sehingga seluruh anggota tim dapat dijadikan responden untuk memperoleh data yang lebih akurat dan menyeluruh mengenai keterampilan bermain bola voli. menurut Sugiyono, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

3.4 Instrumen Penelitian

Untuk mengukur keterampilan teknik dasar bola bola voli tim bola voli rokan koto ruang menggunakan petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli dari Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Departemen Pendidikan Nasional tahun 1999, petunjuk tes keterampilan bolavoli Teknis Pelaksanaan:

a. *Passing* bawah

1) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan pass bawah selama 60 detik.

2) Alat dan perlengkapan

- a) Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- b) Bolavoli.
- c) *Stopwatch*.
- d) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 x 4,5 m.
- e) Bangku/box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes yang berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horizontal) dengan tinggi net.
- f) Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

a) Petugas tes I:

Berdiri bebas di dekat area peserta tes.

Menghitung waktu selama 60 detik.

Memberi aba-aba.

Mengamati kaki peserta tes jika keluar arena.

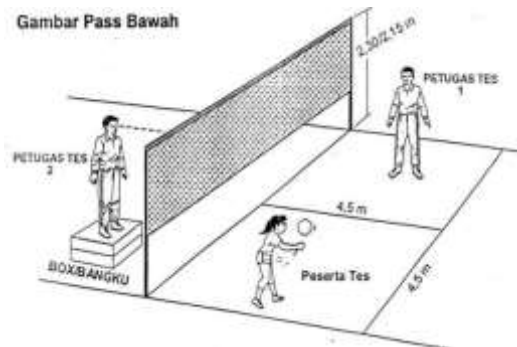
b) Petugas tes II:

Berdiri di atas bangku/box.

Menghitung pass bawah yang benar.

3) Pelaksanaan:

- a) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 x 4,5 m.
- b) Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes, setelah mendengar aba-aba “Ya”.
- c) Setelah bola dilambungkan, peserta tes melakukan passing bawah dengan ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- d) Bila peserta tes gagal melakukan pass bawah dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan pass bawah kembali.
- e) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes I memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul sewaktu kedua kaki berada di luar area tidak dihitung.



Gambar 2.1. Tes Passing Bawah
(Sumber : Prastio, 2015)

4) Pencatatan hasil

Passing bawah yang dianggap benar dan dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 untuk putri dan dilakukan di dalam area selama 60 detik.

b. Passing atas

1) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan pass atas selama 60 detik.

2) Alat dan perlengkapan :

- a) Tiang berukuran 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- b) Pita berukuran panjang 10 meter dan lebar 30 cm (tidak tembus pandang).
- c) *Stopwacth*.
- d) Lapangan dengan bentuk segi empat sama sisi dengan ukuran 4,5 x 4,5 m.
- e) Bangku/box yang bisa diatur tinggi rendahnya agar petugas tes yang berdiri di atasnya, pandangannya segaris (horizontal) dengan tinggi

net.

3) Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

a) Petugas tes I:

Berdiri bebas di dekat area peserta tes.

Menghitung waktu selama 60 detik.

Memberi aba-aba.

Mengamati kaki peserta tes jika keluar area.

b) Petugas tes II:

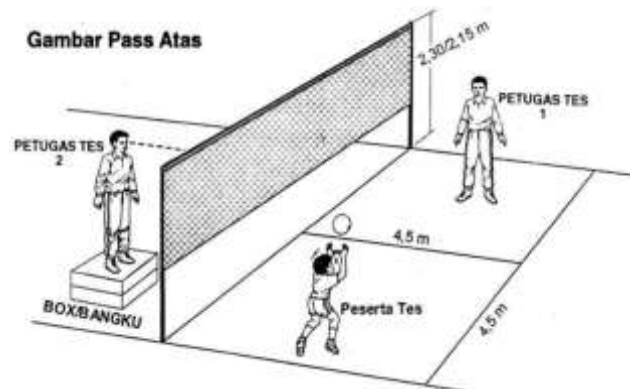
Berdiri di atas bangku/box.

Menghitung pass atas yang benar.

4) Pelaksanaan tes

- a) Peserta tes berdiri di tengah area ukuran 4,5 x 4,5 m.
- b) Untuk memulai tes, bola dilambungkan sendiri oleh peserta tes, setelah mendengar aba-aba “Ya”.
- c) Setelah bola dilambungkan, peserta tes melakukan passing atas dengan ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- d) Bila peserta tes gagal melakukan passing atas dan bola keluar area, maka peserta tes segera mengambil bola tersebut dan melanjutkan passing atas kembali.
- e) Bila kedua kaki peserta tes berada di luar area, maka petugas tes

memerintahkan agar peserta tes segera kembali ke area, dan bola yang terpantul waktu kedua kaki berada di luar tidak dihitung.



Gambar 2.2. Tes Passing Atas
(Sumber : Prastio, 2015)

5) Pencatatan hasil

Passing atas yang dianggap benar dan dihitung adalah bila bola mencapai ketinggian minimal 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri dan dilakukan di dalam area selama 60 detik.

c. Servis bawah

1) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan servis bawah.

2) Alat dan perlengkapan

- a) Lapangan bola voli ukuran normal lengkap dengan tiang dan net, dibuat garis-garis yang membatasi sasaran nilai.
- b) Tinggi net 2,30 m untuk putra dan 2,15 untuk putri.
- c) Bola voli.
- d) Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

Petugas tes I:

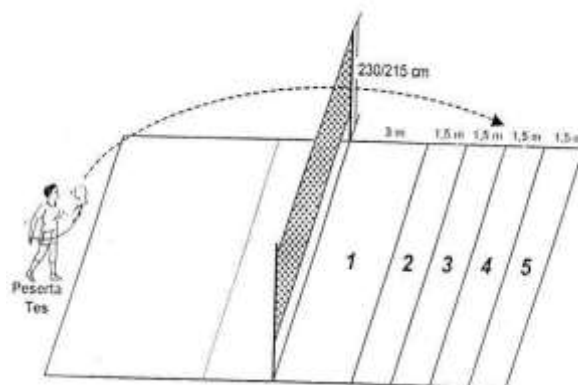
1. Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
2. Mengawasi pelaksanaan tes.

Petugas tes II:

3. Berdiri tidak jauh dari area sasaran.
4. Menghitung dan mencatat hasil tes.

3) Pelaksanaan tes

- a) Peserta tes berdiri di daerah servis dan melakukan servis bawah sebanyak 6 kali.
- b) Peserta dianjurkan untuk mengarahkan bola pada area sasaran nilai tertinggi



Gambar 2.3. Tes Servis Bawah
(Sumber : Prastio, 2015)

4) Pencatatan hasil

- a) Nilai diberikan kepada pelaksanaan servis bawah yang benar.
- b) Besarnya nilai sesuai dengan jatuhnya bola pada sasaran angka 1, 2, 3,

4, dan 5.

- c) Bila bola yang jatuh digaris batas akan diberikan nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya antara angka 2 dan 3, maka dihitung dengan nilai 3.

d. Servis atas

1) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan dalam melakukan servis atas.

2) Alat dan perlengkapan

- a) Lapangan bolavoli ukuran normal lengkap dengan tiang dan net, dibuat garis-garis yang membatasi sasaran nilai.
- b) Tinggi net 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- c) Bolavoli.

3) Petugas tes

Petugas terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

a) Petugas tes I:

1. Berdiri bebas di dekat area peserta tes.
2. Mengawasi pelaksanaan tes.

b) Petugas tes II:

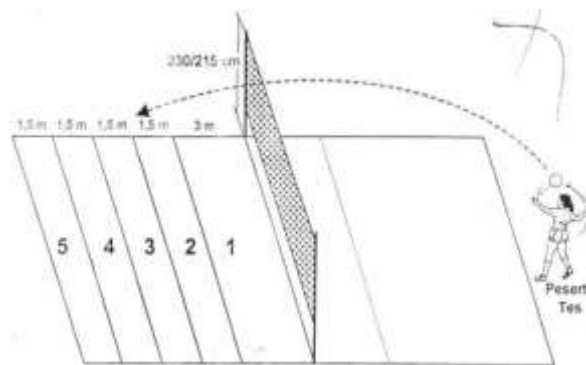
1. Berdiri tidak jauh dari area sasaran.
2. Menghitung dan mencatat hasil tes.

4) Pelaksanaan tes

- a) Peserta berdiri di daerah servis dan melakukan servis atas sebanyak 6

kali.

- b) Peserta dianjurkan untuk mengarahkan bola pada area sasaran nilai tertinggi



Gambar 2.4. Tes Servis Atas
(Sumber : Prastio, 2015)

5) Pencatatan hasil

- Nilai diberikan kepada pelaksanaan servis atas yang benar.
- Besarnya nilai sesuai dengan jatuhnya bola pada sasaran angka 1, 2, 3, 4, dan 5.
- Bila bola yang jatuh di garis batas akan diberikan nilai pada sasaran yang lebih tinggi, misalnya antara angka 2 dan 3, maka dihitung dengan nilai 3.

e. *Smash*

1) Tujuan

Untuk mengukur keterampilan melakukan *smash*.

2) Alat dan perlengkapan

- Tinggi net 2,30 m untuk putra dan 2,15 m untuk putri.
- Bolavoli.
- Lapangan bolavoli ukuran normal lengkap dengan tiang dan net, dandibuat garis-garis yang membatasi sasaran nilai.

3) Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut:

a) Petugas tes I:

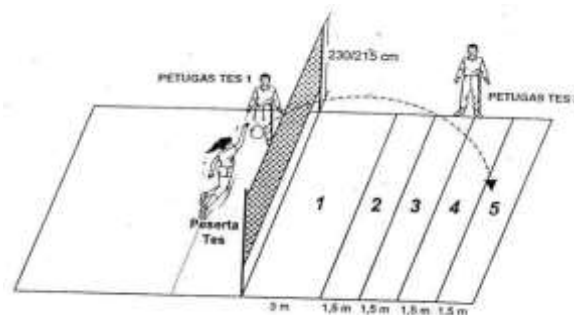
1. Berdiri di dekat net di area peserta tes.
2. Sebagai pengumpan.

b) Petugas tes II:

1. Berdiri tidak jauh dari area sasaran.
2. Menghitung dan mencatat hasil tes.

4) Pelaksanaan tes

- a) Peserta tes berdiri di garis serang, pengumpan berdiri di tengah dekat net dan melambungkan bola untuk di *smash* peserta tes.
- b) Pada saat bersamaan peserta tes melakukan smash sambil melompat dan mengarah pada sasaran yang paling tinggi.
- c) Melakukan smash sebanyak 6 kali.
- d) Apabila bola lambung tidak sempurna maka dapat diulang kembali.



Gambar 2.5. Tes Smash
(Sumber : Prastio, 2015)

5) Pencatatan hasil

Hasil yang dicatat berdasarkan jatuhnya bola pada setiap sasaran dengan benar sebanyak 6 kali.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data digunakan untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Adapun teknik pengumpulan data diantaranya:

3.5.1 Observasi

Observasi dilakukan untuk mendapatkan permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini yaitu Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli..

3.5.2 Keperpustakaan

Referensi yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya berkaitan dengan teori tentang keterampilan teknik dasar bola voli yaitu, servis, *passing*, *smash*, dan *block*.

3.5.3 Tes dan Pengukuran

Penelitian ini melakukan pengukuran tes Keterampilan Bola voli terdiri atas *passing* bawah 60 detik, *passing* atas 60 detik, servis bawah 6x, servis atas 6x dan *smash* 6x. Pelaksanaan dari kelima tes tersebut sesuai dengan Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli (Depdiknas,1999: 7-16).

3.6 Teknik Analisa Data

Data yang diperoleh merupakan data kasar dari hasil tes yang dicapai siswa, selanjutnya data kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara mengkonsultasikan data kasar yang dicapai siswa dengan kategori yang telah ditentukan pengkategorian dikelompokkan menjadi lima kategori yaitu sangat

baik, baik, cukup, kurang dan sangat kurang. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma (Anas Sudijono, 2009: 30) sebagai berikut:

Tabel 2.2 Rumus Kategori

No	Interval Skor	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan :

M : Nila Rata-rata

X : Skor Perolehan

SD : Standar Deviasi

Setelah mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli tim bola voli rokan koto ruang apakah termasuk kategori sangat kurang, kurang, sedang, baik, atau sangat baik yang akan dapat ditentukan presentasi dari setiap penilaian yang ada. Rumus Mencari persentasi hail kuesioner, menurut (Sugiyono, 2009),

$$p = f/n \times 100\%$$

dengan p : Presentase

f : Frekwensi dari setiap jawaban angket

n : Jumlah responden