



Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Pada Siswa Putra

Sahabuddin^{1*},

Keywords :

Keterampilan, Teknik Dasar
Bolavoli;

Correspondensi Author

¹ Universitas Negeri Makassar,
sahabuddin@unm.ac.id

Article History

Received: 16-07-2018;

Reviewed: 12-08-2018;

Accepted: 22-08-2018;

Published: 01-09-2018

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh keterampilan teknik dasar bolavoli pada siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah survei. Populasi adalah siswa putra SMA Negeri 1 Pinrang dengan Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa putra kelas XI dan mahir dalam permainan bolavoli SMA Negeri 1 Pinrang dengan jumlah 40 orang. Metode analisa yang digunakan adalah analisa diskriptif dengan perhitungan persentase. Kesimpulan hasil penelitian keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang, nampak bahwa dari 40 sampel siswa ternyata yang memiliki kategori sangat baik sebanyak 17 orang (42,5%) dan kategori baik sebanyak 23 orang (57,5%). Sedangkan dari hasil data rata-rata nilai keterampilan bolavoli pada siswa 4,1468. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang dikategorikan baik.

PENDAHULUAN

Permainan bolavoli adalah suatu permainan dalam bentuk melambungkan bola di udara hilir mudik di atas net dengan maksud dapat menjatuhkan bola ke dalam petak lawan. Permainan bolavoli membutuhkan penguasaan teknik serta taktik sebaik mungkin karena tugas tiap pemain harus dapat melaksanakan teknik sebagai landasan permainan serta taktik sebagai usaha lanjut dalam mengembangkan cara bermain. Dieter Beutelstahl (2003). Teknik dimaksudkan: "Prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktek, dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna". Lebih lanjut Sudradjat (1991) mengatakan: "Teknik dasar adalah keterampilan-keterampilan pokok yang harus dikuasai untuk dapat berprestasi tinggi".

Teknik dasar merupakan suatu proses gerakan yang dibuktikan dalam praktek dengan cara paling efektif dan efisien, dengan kata lain bahwa penguasaan kemampuan teknik dasar bolavoli yang baik mempunyai pengaruh pada peningkatan prestasi bolavoli. Permainan bolavoli menurut Ahmadi (2007) "Merupakan

suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang." Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi seorang pemain bolavoli adalah penguasaan teknik dasar permainan bolavoli yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain bolavoli akan dapat bermain dengan baik di segala posisinya. Menurut Amung dkk (Humaid dkk, 2002) teknik dasar bolavoli terdiri dari: 1) Servis, 2) Passing, 3) Smash, 4) Blok atau bendungan dan 5) umpan. Pemain bolavoli yang baik harus memenuhi syarat, baik sebagai individu maupun sebagai tim kesebelasan, artinya sebagai individu ia harus memiliki kemampuan fisik, teknik dan mental yang baik, sedangkan sebagai anggota tim dengan kemampuannya ia harus dapat bekerja sama dengan pemain lain membentuk suatu tim yang tangguh.

Untuk mencapai teknik dasar bolavoli yang baik haruslah didukung oleh kemampuan gerak (motor ability) yang baik pula. Gerak menurut Makmun dan Saputra (1999) adalah “Studi mengenai faktor-faktor fungsi syaraf yang mempengaruhi gerak manusia.” Sementara menurut pendapat Schmidh (Makmun dan Saputra, 1999) bahwa “Kemampuan dapat diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relatif abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan.”

Lutan (1988) menerangkan bahwa: “Kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak.” Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan gerak dasar yang bagus pada seorang atlet akan sangat mendukung pada perkembangan keterampilan teknik dasar olahraga yang ditekuninya. Sehingga kemampuan gerak dasar sangat diperlukan dalam permainan bolavoli, oleh karena aspek-aspek kemampuan gerak dasar sangat mendukung terhadap penguasaan teknik dasar bolavoli. aspek-aspek yang terdapat dalam kemampuan gerak dasar (motor ability) menurut Johson dan Nelson (Nurhasan, 2000) antara lain: “Kecepatan, kelincahan, koordinasi mata dan tangan dan Keseimbangan.”

Penguasaan setiap keterampilan dasar tersebut berhubungan erat dengan banyak faktor pendukung, diantaranya adalah tingkat (motor ability) seperti yang dijelaskan oleh beberapa ahli misalnya menurut Lutan (1988) “Kemampuan gerak dasar (motor ability) adalah kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak.”

Hal ini dapat mendasari bahwa seseorang yang memiliki tingkat gerak dasar (motor ability) yang baik dapat melakukan suatu gerakan atau keterampilan dengan baik seperti yang ada di cabang olahraga bolavoli.

METODE

Variabel penelitian yang diteliti dalam penelitian adalah keterampilan teknik dasar bolavoli. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa Putra SMA Negeri 1 Pinrang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa putra kelas XI dan mahir dalam permainan bolavoli SMA Negeri 1 Pinrang dengan jumlah 40 orang. Teknik atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang sudah disiapkan adalah alat yang sudah baku, agar hasil pengukuran yang diperoleh mendekati normal. Data yang dikumpulkan dalam penelitian adalah keterampilan bolavoli yang meliputi: tes servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, dan smash. Analisa statistik dapat memberikan efisiensi dan efektivitas kerja karena dapat membuat data agar lebih ringkas bentuknya. Metode analisa yang digunakan adalah analisa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Rekapitulasi porsentase nilai keterampilan bolavoli pada teknik servis bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada teknik servis bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang diuraikan dalam berbagai pernyataan. Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada teknik servis bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli pada teknik servis bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	17	42,5	Sangat Baik
3,40 – 4,19	23	57,5	Baik
2,60 – 3,39	0	0,0	Sedang
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

b. Rekapitulasi porsentase nilai keterampilan bolavoli pada teknik servis atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada teknik servis atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang diuraikan dalam berbagai pernyataan.

Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada teknik servis atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli pada teknik servis atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	18	45,0	Sangat Baik
3,40 – 4,19	21	52,5	Baik
2,60 – 3,39	1	2,5	Sedang
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

c. Rekapitulasi porsentase nilai keterampilan bolavoli pada teknik passing bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada teknik passing bawah siswa SMA Negeri 1

Pinrang diuraikan dalam berbagai pernyataan. Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada teknik passing bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 5 berikut:

Tabel 5. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli Pada teknik passing bawah siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	21	52,5	Sangat Baik
3,40 – 4,19	19	47,5	Baik
2,60 – 3,39	0	0,0	Sedang
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

d. Rekapitulasi porsentase nilai keterampilan bolavoli pada teknik passing atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada teknik passing atas siswa SMA Negeri 1

Pinrang diuraikan dalam berbagai pernyataan. Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada teknik passing atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 6 berikut:

Tabel 6. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli Pada teknik passing atas siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	17	42,5	Sangat Baik
3,40 – 4,19	23	57,5	Baik
2,60 – 3,39	0	0,0	Sedang
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

e. Rekapitulasi porsentase nilai keterampilan bolavoli pada teknik smash siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada teknik smash siswa SMA Negeri 1 Pinrang

diuraikan dalam berbagai pernyataan. Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada teknik smash siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 7 berikut:

Tabel 7. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli Pada teknik smash siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	21	52,5	Sangat Baik
3,40 – 4,19	18	45,0	Baik
2,60 – 3,39	1	2,5	Sedang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

Hasil penelitian rekapitulasi persentase data keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Gambaran tentang keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang diuraikan

dalam berbagai pernyataan. Dari hasil pernyataan tentang keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang dapat dilihat pada rangkuman Tabel 8 berikut:

Tabel 8. Rekapitulasi frekuensi data keterampilan bolavoli Pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang

Nilai	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
4,20 – 5,00	17	42,5	Sangat Baik
3,40 – 4,19	23	57,5	Baik
2,60 – 3,39	0	0,0	Sedang
1,80 – 2,59	0	0,0	Kurang
1,00 – 1,79	0	0,0	Sangat Kurang
Jumlah	40	100	

Berdasarkan tabel 8 di atas tentang hasil penelitian keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang, nampak bahwa dari 40 sampel siswa ternyata yang memiliki kategori sangat baik sebanyak 17 orang (42,5%) dan kategori baik sebanyak 23 orang (57,5%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian keterampilan bolavoli pada siswa SMA Negeri 1 Pinrang dikategorikan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa : keterampilan bolavoli pada teknik smash siswa SMA Negeri 1 Pinrang dikategorikan baik

Untuk merealisasikan hasil dalam penelitian, maka saran dapat dikemukakan sebagai berikut: 1) Bagi siswa hendaknya dapat mempertahankan minat dan motivasinya dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani yang tinggi sebagai upaya pengembangan aspek fisik, psikomotor, kognitif dan psikis/afektif pada dirinya. 2) Bagi guru hendaknya dapat mempertahankan metode mengajarnya yang baik serta selalu berinovasi dalam penggunaan metode mengajar maupun sarana prasarana yang ada di sekolah agar siswa dapat memiliki bakat yang menjadi bekal bagi siswa dalam pembinaan prestasi. 3) Bagi sekolah diharapkan untuk senantiasa

berusaha meningkatkan sarana dan prasarana dalam mata pelajaran penjas seiring dengan perkembangan teknologi pendidikan jasmani dan olahraga

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmadi. 2007. Permainan Bolavoli. Jakarta: Gramedia
- Arikunto, Suharsimi. 1992. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT. Rhineka cipta
- Beutelsthal, Dieter. 1986. Belajar Bermain Bola Volley. terjemahan Pioner Jaya. Bandung: Pioner Jaya.
- Durrahter. G., 1990. Belajar dan Berlatih Sambil Bermain Bolavoli. Jakarta: Gramedia.
- Humaid. 2002. Permainan Bolavoli Modern. Kanisius, Bandung.
- Kristianto, Iwan. 2003. Bermain Bolavoli. Bandung, Pioner.
- Lutan, Rusli. 1988. Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- M. Mariyanto, Sunardi, dan Agus Margono. 1994. Bolavoli Bimbingan, Petunjuk dan Teknik Bermain. Penerbit Dhara Prize.
- Makmum dan Saputra. 1999. Keterampilan Gerak dalam Berolahraga. Bandung, Pioner.