

Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli

Yusup Jamil*, Wening Nugraheni, Bachtiar

Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Universitas muhammadiyah Sukabumi, Sukabumi, Indonesia

*Corresponding Author: yusupjamil76@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the level of basic technical skills for playing volleyball in extracurricular participants at MTs Manbaul Ulum in 2022. This study used a quantitative descriptive method with a survey method. The time of the implementation of this research is in August 2022 and takes place at MTs Manbaul Ulum. The population in this study were students who took part in volleyball extracurricular, totaling 7 male students, 23 female students and taking research samples using the Total Sampling technique. The data collection technique used the basic technique of playing volleyball. The results showed that the students' basic technical skills in playing volleyball extracurricular participants were still low on top service, bottom service, smash, and block. In the technique of passing down and passing up, students are quite good at doing it even though a few are still not able to do it well. The conclusion of this study is that the basic technical skills of playing volleyball students participating in extracurricular activities at MTs Manbaul Ulum are still in most volleyball techniques so that further efforts are needed to improve their skills.

Keywords: *skills; extracurriculars; volleyball*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bermain bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler di MTs Manbaul Ulum tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah pada agustus 2022 dan bertempat di di MTs Manbaul Ulum. Populasi dalam penelitian ini ialah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah putra 7 siswa, putri 23 siswi dengan pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *Total Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes teknik dasar bermain voli. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan teknik dasar bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler masih rendah pada service atas, *Service Bawah*, *smash*, dan *block*. Pada teknik *Passing* bawah dan *passing* atas, siswa cukup baik melakukannya walau pun sebagian kecil masih belum mampu melakukannya dengan baik. Kesimpulan penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum masih dalam sebagian besar teknik bola voli sehingga perlu ada diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan keterampilannya.

Kata Kunci: keterampilan; ekstrakurikuler; bola voli

Article History:

Received 2022-10-14

Revised 2022-11-27

Accepted 2022-12-16

DOI:

10.31949/educatio.v8i4.3494

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang digemari dan disukai berbagai kalangan dari usia anak-anak sampai dewasa. Permainan ini dapat dimainkan oleh enam orang dan dapat divariasikan dengan jumlah pemain per-grupnya (Lestari, 2020). Permainan bola voli dapat dimainkan di segala bentuk lapangan seperti pasir, kayu, rumput ataupun permukaan lantai buatan, dan dapat dilakukan diluar maupun di dalam gedung (Nuryastuti & Ismail, 2022; Pahrian & Esser, 2017; Sukowijoyono, 2021; Wulandari et al, 2022). Permainan bola voli juga dijadikan salah satu kegiatan belajar yang dapat dilakukan di waktu senggang. Kini permainan bola voli ini juga tidak dijadikan sebagai rekreasi saja, namun sudah menjadi salah satu bagian dari pembelajaran pendidikan, sebagai pembelajaran pendidikan selain sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan. Hal yang paling utama, bola voli dapat menunjang pemeliharaan kesehatan jasmani dan

pembinaan, dan berperan dalam membentuk anak dalam berkerjasama dengan temannya, serta pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat lainnya.

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak (Kardiyanto & Sunardi, 2020). Dengan demikian untuk menjadi regu atau tim yang kompak maka antar pemain harus menguasai teknik dasar permainan bola voli secara individual (Purba et al, 2020). Dalam bermain bola voli, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai antara lain passing bawah, passing atas, smash, servis bawah, servis atas dan blok (Akbari, 2013; Karim et al, 2017; Keswando et al, 2022). Keempat teknik dasar tersebut merupakan modal yang harus dipelajari sebelum bermain bola voli jika ingin berprestasi banyak atlet yang mengabaikan teknik dasar tersebut padahal teknik yang ada dalam bola voli saling berkaitan satu sama lain. Sehingga seorang atlet tidak akan maksimal saat melakukan teknik dasar bola voli saat bermain atau bertanding, hal ini akan menghambat prestasi atlet untuk berkembang.

MTs Manbaul Ulum merupakan salah satu sekolah tingkat SLTP yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Peserta kegiatan ini berjumlah 30 orang yang terdiri 7 laki-laki dan 23 Perempuan. Dari cabang olahraga bola voli, prestasi siswa Mts Manbaul Ulum kurang memuaskan jika melihat di setiap ajang yang diikuti antar tingkat SMP/MTs maupun dalam Porseni (Pekan Olahraga dan Seni) yang diadakan setiap dua tahun sekali. Bahkan tim bola voli ini belum pernah sekali pun mencapai semi-final maupun final. Kondisi ini tentu menunjukkan ada yang salah serius dalam pelaksanaan pembinaan bola voli di sekolah tersebut. Atas dasar itulah peneliti tertarik untuk melakukan survei terkait keterampilan teknik dasar bermain voli peserta ekstrakurikuler di MTs Manbaul Ulum.

Penelitian yang terkait survei keterampilan teknik dasar bola voli telah banyak dilakukan, diantaranya dalam penelitian Prayogatama (2021) yang melakukan survei teknik dasar passing bawah terhadap peserta ekstrakurikuler siswa SMPN 5 Jombang. Penelitian serupa juga dilakukan Masroni & Hariyanto (2021) yang melakukan survei teknik dasar bolavoli pada siswa Sekolah Menengah Atas di Batu, Malang. Heri et al. (2016) dalam penelitiannya juga melakukan survei keterampilan teknik dasar bola voli pada siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Negeri 4 Pontianak. Penelitian serupa juga dilakukan Wahyudi et al. (2020) yang melakukan survei keterampilan bermain bola voli siswa ekstrakurikuler SMK di Indramayu, Jawa Barat. Dengan demikian pada dasarnya, penelitian ini bukanlah penelitian yang baru, hanya saja dalam penelitian-penelitian sebelumnya yang disebutkan belum ada yang melakukan survei semua keterampilan teknik dasar bola voli dengan subyek penelitian siswa Madrasah Tsanawiyah. Atas dasar tersebut penelitian ini berusaha memberikan gambaran keterampilan teknik dasar bermain voli pada siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di MTs Manbaul Ulum.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah pada bulan Agustus 2022 dan bertempat di MTs Manbaul Ulum Sukabumi. populasi dalam penelitian ini ialah peserta yang mengikuti ekstrakurikuler di MTs Manbaul Ulum sebanyak 30 siswa. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, yaitu semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di MTs Manbaul Ulum berjumlah 30 siswa, 7 orang laki-laki dan 23 orang perempuan.

Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan teknik dasar bermain bola voli. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu untuk *Test Passing*, testi memvoli ke tembok sasaran yang berukuran lebar 152 cm dan tinggi dari lantai untuk putri 335 cm dan putra 350 cm testi memvoli bola sebanyak mungkin dalam satu menit jika bola sulit dikuasai boleh ditangkap dan diteruskan kembali, setiap testi melakukan tiga kali pelaksanaan dan diambil dua terbaik rata-rata. Untuk tes *passing* bawah, testi dengan bola menghadap tembok sasaran dinding yang rata dan halus dan garis sasaran selebar 2,54 cm, setinggi 2,23 untuk putri dan 2,44 untuk putra dari lantai, setiap testi melakukan 3 kali percobaan dalam satu menit. Untuk *Test Service*, testi melakukan service 10 kali kearah sasaran service, service yang mendapatkan nilai adalah

dimana bola jatuh didalam lapangan dengan nomer yang telah ditentukan. Untuk *Test Smash*, testi diberikan 10 kali kesempatan untuk *smash* yang dilambungkan oleh teman di dekat garis serang lapangan ntuk mengenai sasaran nomer yang telah ditentukan. Untuk *Test Block*, pemain melakukan blok dengan cara melempar bola menyerupai blok, kesempatan yang diberikan 10 kali, skor diberikan sesuai dengan jatuhnya bola ke sasaran yang telah ditentukan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif persentase. Perhitungan dilakukan dengan menghitung skor yang dicapai dari semua aspek keseluruhan yang diperoleh dari ahli yaitu ahli bola voli, ahli permainan dan praktisi terhadap kualitas teknik dasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil tes terhadap siswa peserta ekstrakurikuler bola voli MTs Manbaul Ulum Kec. Nyalindung melalui dengan tes keterampilan dan survey, diperoleh dari data tentang keterampilan teknik dasar bermain voli. Sumua data yang terkumpul dilakukan analisis data dengan perhitungan statistik secara deskriptif.

1. Hasil Tes Service Atas

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan Service Atas disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil *Service* Atas Putri

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	0	0%
4.	35%-51%	Sedang	0	0%	0	0%
5.	18%-34%	Kurang	7	30%	6	86%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	16	70%	1	14%

Hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan Service Atas sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 30%, dan kategori Kurang Sekali 70%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstarkurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan Service Atas sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 86%, dan kategori Kurang Sekali 14%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar Service Atas putra dan putri MTs manbaul Ulum sangat buruk. Hal ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya latihan untuk melakukan service atas sehingga ketika melemparkan bola ke atas kurang koordinasi untuk memukul bola dan kurang mengerahkan kekuatan untuk melakukannya.

Padahal kemampuan service atas bisa dijadikan teknik menyerang jika dilakukan dengan baik dan benar (Fitriansyah & Mansur, 2019). Adapun kesalahan-kesalahan yang mungkin terjadi ketika melakukan Service Atas adalah pergerakan yang tidak ritmis. Ini terjadi kalau pemain ragu-ragu. Sikap Service ketika awalan memukul bola, baik sikap kaki, tangan, tubuh maupun lengan yang salah. Lengan bermain kurang terayun sehingga pukulan atas kurang mengeluarkan daya kekuatan. Lemparan bola ke atas kurang baik, sehingga bola tidak dapat terkontrol dengan baik. Kurang memperhatikan bola (Dieter, 2003)

2. Hasil Tes Service Bawah

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan Service bawah disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil tes servis bawah

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	0	0%
4.	35%-51%	Sedang	0	0%	0	0%
5.	18%-34%	Kurang	15	65%	4	57%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	8	35%	3	43%

Dari tabel 2, hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Service* Bawah sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 65%, dan kategori Kurang Sekali 35%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstarkurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Service* bawah sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 57%, dan kategori Kurang Sekali 43%. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar *Service* Bawah putra dan putri MTs manbaul Ulum sangat buruk. Hal ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya latihan *Service* bawah sehingga ketika memukul bola tidak bisa mengarah kesasaran atau ketempat lapangan.

Kesalahan-kesalahan ketika melakukan pukulan *service* bawah diantaranya adalah (1) Pada saat perkenaan dengan bola, pergelangan tangan kaku; (2) pukulan terhadap bola kurang keras dan mantap sehingga pukulan bukan bagian tangan bola melainkan bagian pinggir bola sehingga bola berputar tidak dapat mengarah ke sasaran; dan (3) Observasi bola kurang tajam, pada saat tangan menyentuh bola, pemain harus memperhatikan dan meliha bola sebaik mungkin (Dieter, 2003).

Teknik *service* yang masih kurang dikuasai dapat dikarenakan oleh beberapa faktor yang terjadi, yaitu faktor yang ada dalam diri siswa itu sendiri dalam melakukan *service* pada waktu tes, dan faktor fisik yang masih sekolah Menengah Pertama sehingga kekuatan tangan belum kuat dan maksimal.

3. Hasil tes Passing Bawah

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *passing* bawah disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil *Passing* Bawah Putri

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	1	14%
4.	35%-51%	Sedang	3	13%	6	86%
5.	18%-34%	Kurang	20	87%	0	0%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	0	0%	0	0%

Hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Passing* Bawah sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 13%, Kategori Kurang 87%, dan kategori Kurang Sekali 0%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstarkurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Passing* bawah sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 14%, kategori Sedang 86%, Kategori Kurang 0%, dan kategori Kurang Sekali 0%. Dilihat dari hasil survei tes, hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa kesalahan, antara lain: posisi kedua kaki kurang seimbang sehingga mengarahkan bola tidak

bagus, perkenaan bola kepada tangan tidak sempurna misalnya terkena ujung tangan atau perkenaannya tidak mengenai ke kedua tangan malah kesatu tangan sehingga pantulan bola tidak sempurna yang menyebabkan pantulan bola cenderung liar sehingga sulit untuk dijangkau.

Kesalahan-kesalahan yang sering ketemu ketika melakukan *passing* bawah diantaranya adalah (1) Lengan terlalu atas ketika melakukan memukul bola; (2) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang, sehingga bola yang dioper ke teman terlalu rendah dan kencang; (3) Tidak memindahkan berat badan ketumpuan sasaran sehingga bola tidak bergerak kemuka; (4) Lengan terpisah dari sebelahnya lagi sebelum atau sesudahnya menerima bola sehingga operan salah; dan (5) Bola salah mendarat di daerah siku atau menyentuh tubuh (Viera, 2004).

Perbaikan ketika mau melakukan *Passing* Bawah adalah biarkan bola bergerak sendiri sejajar pinggang sebelum mau memukulnya, tekuk lutut dan juga punggung sejajar tetap lurus pada saat berada dibawah bola, pastikan berat badan bertumpu pada kaki depan dan tubuh membungkuk kedepan, tetap satukan lengan dengan jari jemari yang lain nya lagi dan ibu jari sejajar (Viera, 2004). Siswa setelah menguasai teknik tertentu akan menjadikan gerakan refleks yang salah pada saat melakukan tekni dasar *Passing* bawah. Di mana gerakan refleks yang digerakan tanpa berfikir benar ataupun salah tergantung pada saat siswa mendengarkan arahan pelatih

4. Hasil tes Passing Atas

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan passing atas disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil tes *Passing* Atas

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	0	0%
4.	35%-51%	Sedang	9	39%	7	100%
5.	18%-34%	Kurang	14	61%	0	0%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	0	0%	0	0%

Hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Passing* Atas sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 39%, Kategori Kurang 61%, dan kategori Kurang Sekali 0%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Passing* Atas sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 100%, Kategori Kurang 0%, dan kategori Kurang Sekali 0%. Hasil ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: bagian bola menyentuh telapak tangan dan tertahan, bola bergerak keatas bukan kedepan, posisi kaki tidak seimbang sehingga mengarahkan bola tidak seimbang, sehingga ketika mengarahkan bola tidak sempurna. Bukan itu saja postur tubuh juga berpengaruh ketika melakukan tes, postur tubuh yang rendah akan lebih sulit ketika mengarahkan bola kesasaran, tetapi untuk siswa yang mempunyai tubuh tinggi bisa lebih mudah mengarahkan bola kesasaran.

Kesalahan yang terjadi ketika mempraktikan *passing* atas diantaranya adalah (1) Bola tertahan dan menyentuh telapak tangan; (2) Bola bergerak keatas, bukan meninggi kedepan; (3) Pemain terlalu susah dalam mengarahkan ke sasaran; (4) Bola berputar terlalu keras sehingga tidak dapat terkontrol; dan (5) Bola tidak sampai kesasaran yang dituju (Viera, 2004).

Perbaikan yang dapat dilakukan ketika melakukan *Passing* Atas antara lain (1) Buka jari-jari tangan sehingga menyelubungi bola; (2) Meluruskan kedua kaki dan memindahkan berat badan ke sasaran, terima bola pada bagian belakang tapi harus pada bagian bawah bola; (3) Posisi bahu harus lurus sejajar dengan arah

sasaran, kekuatan tangan dikeluarkan yang sama kiri dan kanan; dan (4) Jangan memutar bola tapi harus mendorong bola kesasaran (Viera, 20104).

Siswa yang memiliki stamina, keseimbangan dan gerak otot yang berbeda-beda dalam melakukan *tes passing* atas yang dilakukan selama satu menit. Keseimbangan membutuhkan *Feeling* dan ketenangan faktor mental untuk menjamin keseimbangan yang baik dan benar. Kemampuan siswa untuk mempelajari tekrim dasar *Passing Atas* yang berbeda-beda. Daya fikir, minat, kemauan, perasaan dan gerakan otomatisnya yang masih kurang dari siswa untuk melakukannya.

5. Hasil tes Smash

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan smash disajikan pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil tes *Smash*

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	0	0%
4.	35%-51%	Sedang	0	0%	0	0%
5.	18%-34%	Kurang	2	9%	7	100%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	21	91%	0	0%

Hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Smash Atas* sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 9%, dan kategori Kurang Sekali 91%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Smash Atas* sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 0%, dan kategori Kurang Sekali 100%. Melihat dari yang ada maka Hasil ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: perkenaan kepada bola kurang tepat sehingga bola tidak dapat melewati net atau keluar lapangan, atau lompatan kurang tinggi sehingga pukulan kurang maksimal.

Kesalahan-kesalahan ketika melakukan *Smash* antara lain (1) Pemain melakukan persiapan tanpa kekuatan yang memadai akibatnya ketika memukul bola yang ada ditinggikan tidak tepat dipukul; (2) Semua gerak ketika melakukan *Smash* tidak disertai dengan ritme yang baik; (3) Ayunan lengan kurang baik; (4) Pergelangan tangan selalu kaku, sehingga bola tidak terpukul bagian atas bola; dan (5) Lengan yang memukul bola ditekuk waktu melakukan *Smash*, akibatnya bola terpukul terlalu rendah sehingga bola tidak bisa melewati net (Dieter, 2003).

Smash merupakan teknik dasar bermain bola voli yang memerlukan kekuatan fisik yang cukup tinggi, karena perpaduan teknik *Smash* perpaduan antara loncat dan tepat ketika memukul bola di atas net (Dahrial, 2018). Faktor latihan secara terus-menerus dilakukan mengingat sifat adaptasi anak labil dan sementara supaya adaptasi menjadi sempurna dan kukuh untuk menjadi kebiasaan yang permanen.

6. Hasil Tes Block

Hasil tes survei kemampuan siswa anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan block disajikan pada tabel 6. Dari tabel 6, diketahui hasil tes survei kemampuan putri anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan Block sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 9%, Kategori Kurang 781%, dan kategori Kurang Sekali 13%. Sedangkan hasil tes survei kemampuan putra anggota ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum melakukan *Passing Atas* sebagai berikut: untuk kategori Istimewa sebanyak 0%, kategori Baik Sekali 0%, kategori Baik 0%, kategori Sedang 0%, Kategori Kurang 100%, dan kategori Kurang Sekali 0%. Hasil ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: posisi berdiri kurang dekat dengan net sehingga tidak dapat melihat atau

membaca Smash penyerangan lawan, ketika melakukan lompatan untung Block tidak tepat atau terlambat sehingga serangan lawan tidak tertutup, kedua tangan terlalu terbuka sehing serangan lawan menembus.

Tabel 6. Hasil tes *Block*

No.	Interval	Kriteria	Putri		Putra	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1.	86%-100%	Istimewa	0	0%	0	0%
2.	69%-85%	Baik Sekali	0	0%	0	0%
3.	52%-62%	Baik	0	0%	0	0%
4.	35%-51%	Sedang	2	9%	0	0%
5.	18%-34%	Kurang	18	78%	7	100%
6.	0%-17%	Kurang Sekali	3	13%	0	0%

Teknik dasar *Bolok* ini adalah salah satu teknik dasar yang harus dikuasai seseorang ketika bermain bola voli (Mubarok & Adi, (2017). Jika tidak menguasai teknik dasar serangan atau *Smash* dari lawan selalu tembus bila tidak bisa membendunya atau mem-*Block* nya.

Keenam tes tersebut rata-rata kemampuan siswa putra dan putri anggota bola voli ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum dalam melakukan teknik dasar bermain bola voli dapat dilihat dari tabel-tabel sebelumnya bahwa keterampilan teknik dasarnya banyak yang kurang atau kurang sekali. Dari hasil penelitian di MTs Manbaul Ulum bahwa kemampuan teknik dasar bermain bola voli masih lemah. Setiap siswa memiliki kemampuan teknik dasar yang berbeda-beda dalam menguasainya, beberapa siswa yang diajarkan teknik yang sama belum tentu dapat menguasainya sering terjadi kesalahan-kesalahan dari latihan dan dikoreksi oleh pelatih tapi tetap sama.

Kesalahan teknik dasar yang dilakukan siswa ada beberapa faktor, diantaranya (1) Siswa memiliki gerakan yang salah disebabkan peserta salah menangkap penjelasan dari pelatih atau cara menjelaskan dari pelatih kurang jelas; (2) Kemampuan fisik yang kurang mendukung; dan (3) Kurang percaya diri sehingga berfikir tidak dapat melakukan sesuatu yang baik. Penguasaan teknik dasar dipengaruhi oleh keadaan fisik yang memadai, metode latihan yang baik dan tepat, kecerdasan siswa ketika memilih teknik dasar yang dapat dipakai ketika waktu tertentu, kualitas psikologis atau mental yang kuat ketika bermain.

Berdasarkan tingkat kemampuan teknik dasar bola voli putra dan putri MTs Manbaul ulum rata-rata termasuk kategori kurang atau kurang sekali. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, faktor yang pertama adalah frekuensi latihan bola voli. Untuk mencapai sebuah prestasi atlet muda memulai dengan suatu latihan yang lebih tersusun bila latihan 2-4 kali seminggu (Afrianto, 2010). Di MTs Manbaul Ulum latihan bola voli dilakukan dua kali satu minggu tapi tidak berjalan dikarenakan siswa mempunyai kesibukan sendiri-sendiri.

Faktor yang kedua adalah pengaruh pelatih. Salah satu syarat untuk menjadi pelatih yang tegas dan baik adalah mempunyai penerapan ilmu dalam bidang bola voli dan menerapkannya untuk memperlihatkan hasil prestasi kerja dengan sebaik-baiknya. Mengingat ilmu dan teknologi di dunia berkembang, maka pelatih juga harus berkembang melalui skill dan latihan sesuai dengan kemajuan yang ada. Keberhasilan seorang pelatih di dalam melatih sangat tergantung dari mampu dan tidaknya penerapan ilmu dan skill yang telah dimilikinya (Suharno, 1985). Pelatih yang ada di MTs Manbaul Ulum adalah mantan pemain di grup voli tarkan yang biasa, sehingga tidak mengetahui cara-cara melatih yang sesuai dengan prinsip-prinsip kepelatihan dan hanya mengandalkan pengalaman yang diperoleh ketika menjadi pemain voli.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan kemampuan teknik dasar bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler masih rendah pada service atas, Service Bawah, smash, dan block. Pada teknik Passing bawah dan passing atas, siswa cukup baik melakukannya walau pun sebagian kecil masih belum mampu

melakukannya dengan baik. Kesimpulan penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler MTs Manbaul Ulum masih dalam sebagian besar teknik bola voli sehingga perlu ada diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan keterampilannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfianto, D. (2010). *Survei Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma/Smk/Ma Se Kecamatan Sukorejo Kab. Kendal tahun ajaran 2010/2011*. Under Graduates thesis, Universitas Negeri Semarang.
- Akbari, H. (2013). Pengaruh latihan skipping terhadap hasil peningkatan lompatan block pada permainan bolavoli (Studi pada atlet Bolavoli Putera Universitas Negeri Surabaya). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 1(3).
- Dahrial, D. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bolavoli Universitas Islam Indragiri. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 2(1), 1-16.
- Dieter, B. (2003). *Belajar Bermain Bola Voli*. Jakarta: PT. Poinir Jaya.
- Fitriansyah, T., & Mansur, M. (2019). Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Alat Terhadap Kemampuan Teknik Passing Bawah Klub Bola Voli Yuso Gunadarma Yogyakarta. *Pend. Kepelatihan Olahraga-S1*, 8(3).
- Heri, J., Supriatna, E., & Purnomo, E. (2016). Survey Keterampilan Tehnik Dasar Bola Voli Pada Siswa Putra yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 4 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 5(2).
- Karim, D. A., Ginanjar, A., & Sugiyanto, D. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Team Games Tournament Terhadap Teknik Dasar Passing Bawah Permainan Bola Voli. *Jskk (Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan)*, 2(1), 1-4.
- Keswando, Y., Sistiasih, V. S., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168-177.
- Lestari, F. W. (2020). *Mengimplementasi Model Pembelajaran Cooperative Learning Tipe Stad Untuk Meningkatkan Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli SMP Negeri 21 Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Masroni, A. H., & Hariyanto, E. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Ekstrakurikuler Bolavoli Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 3(5), 284-293.
- Mubarrok, M., & Adi, S. (2017). Pengaruh Variasi Latihan Squat Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai pada Pemain Bolavoli Putri. *Indonesia Performance Journal*, 1(2), 125-129.
- Nuryastuti, T., & Ismail, I. (2022). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Pada Permainan Bola Voli Siswa SMK Negeri 6 Tidore Kepulauan. *Jurnal Ilmiah Wabana Pendidikan*, 8(8), 311-324.
- Pahrian, A., & Esser, B. R. N. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola voli. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 4(2), 66-69.
- Prayogatama, B. (2021). Survei Kemampuan Teknik Dasar Passing Bawah Ekstrakurikuler Bolavoli. *Sport Science and Health*, 3(1), 34-39.
- Purba, R., Widowati, A., Mardian, R., & Ali, M. (2020). *Pengaruh Variasi Latihan Passing Bawah Terhadap Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Putri Kelas Vii Smp Negeri 33 Sarolangun* (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Suharno HP. (1985). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP. Yogyakarta.
- Sukowijoyono, D. (2021). Analisis Keterampilan Passing Bawah Pada Pemain Bola Voli Putra Club Lapgas Kota Jambi. *Jurnal Score*, 1(2), 15-20.

Viera, B. L. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Wulandari, R., Supriyanto, S., & Perdima, F. E. (2022). Analisis Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli Pada Klub Siswi Di Smp Negeri 19 Bengkulu Selatan. *Educative Sportive*, 3(02), 46-50.