

TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER

¹Fauziah Rahmayanti Matondang, ²Dandi Dantri Lubis, ³Faisal Tahan Siagian,

⁴Rimbun Gustiadi Purba, ⁵Niko Purba, ⁶Fadlan Albi, ⁷Dewi Endriani

¹⁻⁷Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Medan

¹fauziahrahmayantimd06@gmail.com, ²dandidantrilubis@gmail.com,

³faisalsiagian2003@gmail.com, ⁴rimbunpurba15@gmail.com,

⁵nikosiboro2015@gmail.com, ⁶fadlanalbi714@gmail.com, ⁷endriani@unimed.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the level of basic technical skills in volleyball among students participating in extracurricular activities. This is a quantitative descriptive study using a survey method with data collection techniques in the form of physical tests (battery test). The study sample consisted of 20 students selected using total sampling. The instruments used included four basic skill test items: the overhand/underhand serve test, the underhand pass test, the overhand pass test, and the smash test. Data analysis employed quantitative descriptive statistical analysis using percentages. The results of the study indicate that the level of basic volleyball skills among students participating in the extracurricular program is predominantly in the "Fair" category (50%), the "Good" category (25%), and the "Poor" category (25%). Based on these results, there is a need for a more intensive evaluation of the training program, particularly for the smash and serve techniques, which are still rated low.

Keywords: Skills, Basic Techniques, Volleyball, Extracurricular Activities.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan data berupa tes fisik (*battery test*). Sampel penelitian ini berjumlah 20 siswa yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi empat item tes teknik dasar: tes servis atas/bawah, tes *passing* bawah, tes *passing* atas, dan tes *smash*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa peserta ekstrakurikuler mayoritas berada pada kategori "Cukup" (50%), kategori "Baik" (25%), dan kategori "Kurang" (25%). Berdasarkan hasil tersebut, diperlukan adanya evaluasi program latihan yang lebih intensif pada teknik *smash* dan servis yang masih dinilai rendah.

Kata Kunci: Keterampilan, Teknik Dasar, Bola Voli, Ekstrakurikuler.

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah memiliki peran krusial dalam mengembangkan kebugaran jasmani dan keterampilan motorik siswa. Salah satu wadah pembinaan bakat olahraga di sekolah adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler bola voli menjadi salah satu cabang olahraga yang sangat diminati oleh siswa. Untuk dapat bermain bola voli dengan baik, setiap siswa dituntut untuk menguasai berbagai teknik dasar secara mutlak.

Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi servis, passing bawah, passing atas, dan smash. Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan pondasi utama bagi siswa untuk dapat mengembangkan permainan yang dinamis dan kompetitif. Namun, berdasarkan observasi awal pada kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, masih sering dijumpai kesalahan gerak, seperti perkenaan bola yang kurang tepat saat *passing* serta akurasi servis yang sering membentur net. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memetakan secara riil tingkat keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh siswa peserta

ekstrakurikuler guna menjadi bahan evaluasi pelatih atau guru olahraga.

B. Metode Penelitian

- **Desain Penelitian:** Deskriptif kuantitatif dengan metode survei.
- **Waktu & Tempat:** Eksperimen/tes dilakukan di Lapangan Olahraga Sekolah.
- **Subjek Penelitian:** 20 siswa putra dan putri yang aktif mengikuti ekstrakurikuler bola voli.
- **Instrumen Pengumpulan Data:** Menggunakan tes keterampilan bola voli standar (*Battery Test* dari Fauzi/Depdiknas) yang terdiri dari:
 1. *Tes Servis:* Mengukur ketepatan mengarahkan bola ke sasaran.
 2. *Tes Passing Bawah:* Mengukur kontinuitas memantulkan bola ke dinding.
 3. *Tes Passing Atas:* Mengukur kemampuan mengontrol bola di atas kepala.
 4. *Tes Smash:* Mengukur ketepatan pukulan keras

menyeberangi net ke area sasaran.

- **Analisis Data:** Skor mentah dikonversikan ke dalam nilai standar (*T-Score*), lalu dikelompokkan ke dalam 5 norma kategori: Sangat Baik, Baik, Cukup, Kurang, dan Sangat Kurang.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Setelah dilakukan pengambilan data terhadap 20 sampel, data skor keterampilan dikelompokkan berdasarkan distribusi frekuensi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli

No	Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	> 232	2	10%	Sangat Baik
2	185 – 231	5	25%	Baik
3	138 - 184	10	50%	Cukup
4	91 - 137	3	15%	Kurang
5	< 90	0	0%	Sangat Kurang
Total		20	100%	

Berdasarkan data di atas, persentase terbesar siswa berada pada kategori Cukup yaitu sebanyak 10 siswa (50%).

Pembahasan Per Item Teknik Dasar:

- **Passing (Bawah & Atas):** Mayoritas siswa memiliki penguasaan yang relatif baik pada komponen *passing*. Hal ini dikarenakan porsi latihan harian lebih sering menekankan kontinuitas bermain dengan menggunakan *passing* bawah dan atas.
- **Servis & Smash:** Berdasarkan analisis data parsial, teknik *smash* dan servis atas menyumbang skor rendah paling banyak. Banyak siswa gagal mengarahkan bola ke area target karena kurangnya kekuatan lengan (*power*) dan koordinasi mata-tangan yang belum matang. Kegagalan *smash* juga didominasi oleh penentuan waktu meloncat (*timing*) yang kurang pas dengan arah datangnya bola umpan.

D. Kesimpulan

Tingkat keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada siswa peserta ekstrakurikuler secara keseluruhan masuk dalam kategori **Cukup** (50%). Komponen *passing* menjadi teknik yang paling dikuasai, sedangkan teknik *smash* dan servis memerlukan porsi pembenahan yang lebih masif. Pelatih disarankan menerapkan metode latihan berbasis pengulangan (*drill*) atau modifikasi permainan guna meningkatkan akurasi dan performa teknik siswa secara berkala.

DAFTAR PUSTAKA

- Rahmania, A. (2021). *Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler*. Eprints UNY.
- Wahyudi, dkk. (2022). *Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli*. Eprints UMMI.