



---

## **PROFIL KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI PADA PELAJAR SLTA SEDERAJAT DI KOTA PADANG PANJANG**

Asep Kurniawan<sup>1</sup>, Muhamad Sazeli Rifki<sup>2</sup>, Nugroho Susanto<sup>3</sup>, Ilham<sup>4</sup> Marsika Sepyanda<sup>5</sup>

<sup>12345</sup> Universitas Negeri Padang, Padang, 25132, Indonesia.

\* Coressponding Author. E-mail: [asepkurniawan@gmail.com](mailto:asepkurniawan@gmail.com)

---

*Received: 10 Desember artikel dikirim; Revised: 20 Januari artikel revisi; Accepted: 30 Januari artikel diterima*

**Abstrak:** Masalah pada penelitian ini adalah belum diketahuinya kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang meliputi : *smash, passing, service* dan *block*. Tujuan penelitian ini melihat gambaran kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang berkenaan dengan *smash, passing, service* dan *block*. Jenis penelitian termasuk jenis penelitian kuantitatif menggunakan teknik analisis deskriptif. Populasi penelitian ini adalah pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yang mengikuti latihan bola voli, dimana pelajar SLTA Sederajat Kota Padang Panjang yang diambil sebagai subyek penelitian terdiri dari SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang dengan keseluruhan 71 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sehingga, sampel dalam penelitian ini 24 orang. Pengambilan data meliputi, *Smash* diukur dengan menggunakan tes *spike/smash*, *passing* diukur dengan menggunakan tes *passing*, *service* diukur menggunakan *AAHPER Serving Accuracy Test* dan *blocking* diukur dengan menggunakan tes *block*. Teknik analisa data menggunakan statistik deskriptif kuantitatif yaitu pencarian nilai dengan pencarian persentase. Hasil penelitian; "Secara keseluruhan kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang dalam kategori cukup"

**Kata Kunci :** *Kemampuan Teknik Dasar, Bola Voli.*

### **PROFILE OF BASIC VOLLEYBALL TECHNIQUE SKILLS IN EQUIVALENT HIGH SCHOOL STUDENTS IN PADANG PANJANG CITY**

**Abstract:** *The problem of this research is that the basic volleyball technical skills of high school and equivalent students in Padang Panjang City, including passing, passing, passing and blocking, are still unknown. The purpose of this study is to describe the basic technical skills of high school and similar students in Padang Panjang City in terms of braking, overtaking, overtaking and blocking. This type of research includes quantitative research that uses descriptive analysis techniques. The population of this study consisted of high school students and equivalents from Padang Panjang City who participated in volleyball training, with high school students and equivalents from Padang Panjang City selected as research subjects, composed of SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang and MAN. 3 Padang Panjang with a total of 71 people. The sampling technique uses targeted samples. The sample for this study therefore included 24 people. Data collection includes: smash is measured using the Top/Blow test, forehand is measured using the AAHPER serve accuracy test, serve is measured using the block test. The data analysis technique uses quantitative descriptive statistics, that is, finding values by looking for percentages. Search results; "Overall, the basic volleyball technical skills of high school and equivalent students in Padang City are in the corresponding category."*

**Keywords :** *Basic technical ability, volleyball.*

---

## **PENDAHULUAN**

Peran diselenggarakannya pendidikan jasmani pada jalur pendidikan salah satunya menjadi wadah dalam pembinaan bibit-bibit atlet yang berpotensi. Sehingga, melalui proses pembinaan yang sistematis dan terprogram akan melahirkan atlet-atlet yang berbakat dan berpotensi sehingga dapat meraih prestasi sesuai cabang olahraga yang digeluti. Tentu saja kesuksesan dalam dunia olahraga hanya dapat dicapai melalui pengembangan dan pelatihan yang tepat terhadap orang-orang yang memiliki minat, bakat dan kemampuan yang mampu mencapai hasil yang diinginkan (Prata, Y.W. et al, 2021).

Saat ini, salah satu kegiatan olahraga yang paling pesat pertumbuhannya adalah bola voli. Bola

voli telah menjadi olahraga yang sangat populer di kalangan semua lapisan masyarakat. Mulai dari anak-anak hingga orang tua, laki-laki hingga perempuan, masyarakat perkotaan hingga pedesaan, instansi pemerintah hingga swasta bahkan lembaga pendidikan pun giat mengembangkan olahraga bola voli. “Untuk itu, kita membutuhkan pemain bola voli dengan potensi nyata yang mulai berlatih sejak usia muda. Mulai dari Sekolah sampai perguruan tinggi (Hidayat, A.T & Apriagus, 2021).

Menurut Zen, M.Z (2022), “Bola voli menjadi minat masyarakat yang relatif tinggi di Indonesia, terlihat dari banyaknya kompetisi baik resmi maupun tidak resmi”. Menurut Putra, S.S & Effendi, H (2020) menjelaskan, “Permainan bola voli merupakan salah satu materi pada pelajaran pendidikan jasmani. Permainan bola voli kini telah mengalami perkembangan yang cukup pesat.”

Menurut Ningsih, T.G. et al (2020), “Bola voli adalah suatu olahraga yang dimainkan antara dua tim yang terdiri dari enam orang pemain, dikelilingi oleh net, dimana masing-masing tim berusaha untuk memukul bola timnya sehingga jatuh ke zona lawan. pemain bola voli yang baik, perlu berlatih dengan baik”. Putri, A.N.D. et al (2022), “Bola voli adalah permainan yang unik yang membutuhkan kerja tim yang solid dan eksekusi individu yang konsisten.”

Menurut Dharma, D.S & Indika, P.M (2021), menjelaskan Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan kebugaran jasmani yang baik, sehingga pemain bola voli harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Selanjutnya, Afrina, N & Tohidin, D (2019), menambahkan, “Bermain bola voli memerlukan banyak aspek kebugaran, antara lain kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan daya ledak. Semua faktor ini penting untuk menunjang aktivitas permainan seperti: melompat, *blocking*, *smash*, *defence*.”

Menurut Diwantoro (2019) menjelaskan, “Setiap pemain yang berpartisipasi dalam tim bola voli selalu ditempatkan enam posisi berbeda berdasarkan skor mereka. Oleh karena itu, seluruh pemain di setiap tim peserta harus memiliki kemampuan teknis yang diperlukan untuk mencapai hasil terbaik, bahkan di enam posisi berbeda..”

Bola voli sebagai olahraga prestasi tinggi harus diselenggarakan melalui upaya yang teratur dan terukur melalui pendidikan dan pelatihan berkelanjutan yang terstruktur, bertingkat, dan didukung oleh sarana keilmuan dan olahraga yang memadai. Berdasarkan format tersebut, jelas bahwa salah satu tujuan olahraga nasional di tanah air adalah untuk meningkatkan prestasi di bidang olahraga. Keberhasilan dalam dunia olahraga tentunya dapat dicapai dengan cara mendorong dan melatih secara baik orang-orang yang mempunyai minat, bakat dan keterampilan untuk mencapai hasil yang diinginkan. (Hidayat, F & Rifki, M.S, 2020)

Di dalam permainan bola voli terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi bola voli. Menurut Wismiarti & Hermanzoni (2020), menyatakan bahwa : “Dua faktor yang mempengaruhi keberhasilan: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor intrinsik adalah faktor fisik, teknik, taktis, dan psikologis, sedangkan faktor ekstrinsik adalah faktor eksternal pemain seperti pelatih, infrastruktur, keluarga, nutrisi, dan lain-lain”. Hal ini sejalan dengan pendapat Satmoko, A.T & Bafirman (2019), “Agar atlet dapat menampilkan performa terbaiknya, mereka harus dalam kondisi fisik, teknis, taktis, dan mental.”

Dalam permainan bola voli, seorang pemain harus dapat menguasai teknik dasar dengan baik dan benar. Hal ini sejalan dengan pendapat Misudin (2019:2), “Pemain bola voli harus mempunyai keterampilan dasar bermain. Selain pengetahuan teknis dasar yang baik, koordinasi yang baik antara keterampilan dasar tersebut dengan gaya bermain yang ditampilkan juga diperlukan”. Terkait hal ini Maulana, S.A & Rifki, M.S (2020), menjelaskan “Bola voli merupakan permainan yang kompleks dan tidak semua orang dapat memainkannya dengan mudah. Karena permainan bola voli memerlukan koordinasi gerakan yang handal untuk melakukan seluruh gerakan dalam permainan bola voli.”

Menurut Junaidi, S & Harmono, S (2015), “Adapun teknik dasar pada permainan bola voli terdiri atas teknik *service*, *passing*, *smash* dan *block*”. Penjelasan mengenai teknik dasar bola voli yang terdiri dari *service*, *passing*, *smash* dan *block* diuraikan sesuai pendapat Setiawan (2022) : 1) *Service*. *Service* adalah pukulan pertama lawan yang melewati net dari baseline. 2) *Passing*. *Passing* adalah Upaya seorang pemain untuk mengoper bola ke pemain lain dan menggunakan teknik tertentu untuk bermain di lapangannya. 3) *Smash (Spike)* Smash atau spike adalah pukulan bola keras ke atas dan ke bawah dengan gerakan ke bawah, jalannya menukik tajam. 4) *Bendungan (Block)*. *Block* merupakan alat pertahanan utama untuk menghalau serangan musuh.

Bola voli juga merupakan olahraga yang sangat populer di Sumatera Barat dan dapat dianggap sebagai salah satu olahraga favorit. Di Sumatera Barat, mulai dari anak-anak, remaja hingga orang tua,

hampir semua orang mengenal dan memainkan bola voli, baik laki-laki maupun perempuan. Berbagai kejuaraan bola voli resmi dan tidak resmi diselenggarakan di Sumatera Barat yang diikuti oleh berbagai klub olah raga dari daerah Sumatera Barat dan sekitarnya.

Kejuaraan bola voli di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat juga banyak dilaksanakan, termasuk kejuaraan yang resmi maupun tidak resmi, (tingkat profesional/atlet, tingkat pelajar, tingkat umum bahkan antar kampung). Akan tetapi, belum semua pelajar di Kota Padang Panjang dapat mengikuti kegiatan tersebut termasuk juga pelajar SLTA (Sekolah Lanjutan Tingkat Atas) sederajat di Kota Padang Panjang. Bagi SLTA yang menekankan pada prestasi bola voli biasanya mempunyai program latihan bola voli, namun sebaliknya, sekolah yang tidak fokus pada prestasi bola voli tidak memiliki program latihan bola voli.

Adapun SLTA (Sekolah Lanjutan Tingkat Atas) sederajat di Kota Padang Panjang yang menerapkan pembinaan bola voli, antara lain : SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang. Dimana kegiatan pembinaan dilaksanakan di lapangan bola voli masing-masing sekolah yang diadakan setiap hari pukul 16:00 WIB ataupun jum'at dan sabtu pukul 16:00 WIB. Prestasi yang diraih oleh SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang masih kurang dan belum mampu bersaing Pada tingkat Provinsi Sumatera Barat, terbukti dalam kompetisi kejuaraan bola voli antar pelajar se-Provinsi Sumatera Barat belum pernah mendapatkan prestasi sama sekali. Kondisi ini tentu menunjukkan terdapat masalah serius dalam pelaksanaan pembinaan bola voli di sekolah-sekolah Kota Padang Panjang tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih bola voli SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang dan pengamatan langsung ke lapangan. Dapat disimpulkan, ternyata kurangnya prestasi sekolah-sekolah tersebut dalam olahraga bola voli salah satunya dikarenakan banyaknya kesalahan-kesalahan teknik dasar (Meliputi : *service*, *passing*, *smash* dan *block*) yang dilakukan pemain bola voli SMA 3 Padang Panjang, pemain bola voli SMK 2 Padang Panjang dan pemain bola voli MAN 3 Padang Panjang.

Beberapa kesalahan yang dilakukan antara lain melakukan servis terlalu sering, tidak menjangkau atau mengenai net, melakukan servis tanpa arah, kurang cepat atau kurang bertenaga, sehingga memudahkan lawan menangkap bola. Passing bola voli masih kurang memperhatikan posisi badan dan posisi kaki, mata kurang fokus, dan efek passingnya kurang baik. Kemampuan memblok pemain masih lemah dan lemah, sering melakukan kesalahan saat memblok, karena kelincihan saat memblok yang buruk, lompatannya kurang tinggi, saat memblok, sering kali tidak mampu memblok bola, saat melakukan smash, gerakannya tidak efisien. dan tidak efektif. Hal ini dapat mengakibatkan bola dilempar terlalu lambat, tanpa arah, atau keluar lapangan permainan.

Berdasarkan realita di atas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai, "Profil Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli Pada Pelajar SLTA Sederajat Di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat."

### METODE

Jenis penelitian termasuk penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Populasi penelitian ini adalah pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yang mengikuti latihan bola voli, dimana pelajar SLTA Sederajat Kota Padang Panjang yang diambil sebagai subyek penelitian terdiri dari SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang dengan keseluruhan berjumlah 71 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Oleh karena itu, sampel untuk penelitian ini terdiri dari 24 orang. Instrumen tes menggunakan *Smash* diukur dengan menggunakan tes *spike/smash*, *passing* diukur dengan menggunakan tes *passing*, *service* diukur dengan menggunakan *AAHPER Serving Accuracy Test* dan *blocking* diukur dengan menggunakan tes *block*. Penelitian ini dilaksanakan di lapangan bola voli SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan , sedangkan waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari 2024 sampai dengan Februari 2024.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Data

Bab ini menganalisis dan membahas hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh dan dikumpulkan. Data diinterpretasikan sesuai dengan tujuan penelitian dan pertanyaan yang dikemukakan di atas. Adapun Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat yang meliputi, *Smash* diukur dengan menggunakan tes *spike/smash*, *passing* diukur dengan menggunakan tes *passing*, *service* diukur dengan menggunakan *AAHPER Serving Accuracy Test* dan *blocking* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan tes *block* Berikut dapat dilihat deskripsi data secara keseluruhan:

**Tabel 1. Distribusi Data Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli Pada Pelajar SLTA Sederajat Di Kota Padang Panjang**

No	Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli Pada Pelajar SLTA Sederajat Di Kota Padang Panjang	Jumlah Sampel	Nilai Rata-Rata	Kategori
1	<i>Smash</i>	24	10,79 Poin	Cukup
2	<i>Passing</i>		4,50 Poin	Cukup
3	<i>Service</i>		9,33 Poin	Cukup
4	<i>Block</i>		8,58 Poin	Cukup

Selanjutnya, semua hasil tes kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat dijadikan satu kesatuan per instrumen tes. Selanjutnya, Seluruh data dianalisis secara deskriptif menggunakan tabel frekuensi. Variabel yang diteliti adalah:

### 1. Kemampuan *Smash*

Hasil kemampuan *smash* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang diukur dengan menggunakan tes *spike/smash* yang didapatkan dari 3 SLTA sederajat di Kota Padang Panjang yaitu SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang yang dilakukan terhadap 24 orang sampel. Dari tes dan pengukuran diperoleh skor tertinggi sebesar 18 Poin tergolong kategori sangat baik, skor terendah sebesar 5 poin tergolong kategori sangat kurang, median (nilai tengah) sebesar 10,5 poin tergolong kategori cukup dan standar deviasi sebesar 3,64. Rata-rata kemampuan *smash* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang didapatkan sebesar 10,79 poin tergolong kategori cukup. Berdasarkan tabel hasil pengukuran tes kemampuan *smash* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang dapat diperoleh data distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Smash* Bola Voli Pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang**

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
Sangat Baik	$> 16,24$	1	4.17
Baik	$12,61 < X \leq 16,24$	7	29.17
Cukup	$8,97 < X \leq 12,61$	9	37.5
Kurang	$5,34 < X \leq 8,97$	4	16.67
Sangat Kurang	$< 5,34$	3	12.5
<b>JUMLAH</b>		<b>24</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *smash*, hasilnya dianalisis terhadap 24 orang sampel, nilainya  $>16,24$  maka 1 orang (4,17%) termasuk dalam kategori sangat baik, pada nilainya  $12,61 < X \leq 16,24$  pada nilai  $8,97 < X \leq 12,61$  terdapat 9 orang (37,5%) atau dengan kategori cukup, pada nilai  $5,34 < X \leq 8,97$  terdapat 4 orang (16,67%) atau dengan nilai  $< 5,34$  Terdapat 3 orang (12,5%) atau berkategori sangat kurang.

### 2. Kemampuan *Passing*

Hasil kemampuan *passing* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang diukur dengan menggunakan tes *passing* bola voli dari AAHPERD yang didapatkan dari 3 SLTA sederajat di Kota Padang Panjang yaitu SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang yang dilakukan terhadap 24 orang sampel. Dari tes dan pengukuran diperoleh skor tertinggi sebesar 8 Poin tergolong kategori sangat baik, skor terendah sebesar 0 poin tergolong kategori sangat kurang, median (nilai tengah) sebesar 4 poin tergolong kategori

Asep Kurniawan, Muhamad Sazeli Rifki, Nugroho Susanto, Ilham cukup dan standar deviasi sebesar 2,43. Rata-rata kemampuan *passing* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang didapatkan sebesar 4,5 poin tergolong kategori cukup. Berdasarkan tabel hasil pengukuran tes kemampuan *passing* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang dapat diperoleh data distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Passing* Bola Voli Pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang**

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
Sangat Baik	$> 8,15$	0	0
Baik	$5,72 < X \leq 8,15$	11	45.83
Cukup	$3,28 < X \leq 5,72$	5	20.83
Kurang	$0,85 < X \leq 3,28$	6	25
Sangat Kurang	$< 0,85$	2	8.33
<b>JUMLAH</b>		<b>24</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *passing*, diperoleh hasil dari 24 orang sampel, pada nilai  $5,72 < X \leq 8,15$  terdapat 11 orang (45,83%) atau dengan kategori baik, pada nilai  $3,28 < X \leq 5,72$  terdapat 5 orang (20,83%) atau dengan kategori cukup, pada nilai  $0,85 < X \leq 3,28$  terdapat 6 orang (25%) atau dengan kategori kurang, pada nilai  $< 0,85$  terdapat 2 orang (8,33%) atau dengan kategori sangat kurang dan tidak ada pada kategori sangat baik.

### 3. Kemampuan *Service*

Hasil kemampuan *service* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang diukur dengan menggunakan tes *AAHPER Serving Accuracy Test* yang didapatkan dari 3 SLTA sederajat di Kota Padang Panjang yaitu SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang yang dilakukan terhadap 24 orang sampel. Dari tes dan pengukuran diperoleh skor tertinggi sebesar 20 Poin tergolong kategori sangat baik, skor terendah sebesar 5 poin tergolong kategori kurang, median (nilai tengah) sebesar 8 poin tergolong kategori cukup dan standar deviasi sebesar 3,73. Rata-rata kemampuan *service* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang didapatkan sebesar 9,33 poin tergolong kategori cukup. Berdasarkan tabel hasil pengukuran tes kemampuan *service* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang dapat diperoleh data distribusi frekuensi sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Service* Bola Voli Pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang**

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
Sangat Baik	$> 14,92$	3	12.5
Baik	$11,22 < X \leq 14,92$	2	8.33
Cukup	$7,47 < X \leq 11,22$	10	41.67
Kurang	$3,74 < X \leq 7,47$	9	37.5
Sangat Kurang	$< 3,74$	0	0
<b>JUMLAH</b>		<b>24</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *service*, diperoleh hasil dari 24 orang sampel, pada nilai  $> 14,92$  terdapat 3 orang (12,5%) atau dengan kategori sangat baik, pada nilai  $11,22 < X \leq 14,92$  terdapat 2 orang (8,33%) atau dengan kategori baik, pada nilai  $7,47 < X \leq 11,22$  terdapat 10 orang (41,67%) atau dengan kategori cukup, pada nilai  $3,74 < X \leq 7,47$  terdapat 9 orang (37,5%) atau dengan kategori kurang dan tidak ada pada kategori sangat kurang.

### 4. Kemampuan *Blocking*

Hasil kemampuan *blocking* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang diukur dengan menggunakan tes *block* yang didapatkan dari 3 SLTA sederajat di Kota Padang Panjang yaitu SMA 3 Padang Panjang, SMK 2 Padang Panjang dan MAN 3 Padang Panjang yang dilakukan terhadap 24 orang sampel. Dari tes dan pengukuran diperoleh skor tertinggi sebesar 16 Poin tergolong kategori sangat baik, skor terendah sebesar 0 poin tergolong kategori sangat kurang, median (nilai tengah) sebesar 8 poin tergolong kategori cukup dan standar deviasi sebesar 4,65. Rata-rata kemampuan *blocking* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang didapatkan sebesar 8,58 poin tergolong kategori cukup. Berdasarkan tabel hasil pengukuran tes kemampuan *blocking* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang dapat diperoleh data distribusi frekuensi sebagai berikut:

Asep Kurniawan, Muhamad Sazeli Rifki, Nugroho Susanto, Ilham  
**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Blocking* Bola Voli Pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang**

Kategori	Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
Sangat Baik	$> 15,56$	1	4.17
Baik	$10,91 < X \leq 15,56$	10	41.67
Cukup	$6,26 < X \leq 10,91$	6	25
Kurang	$1,60 < X \leq 6,26$	4	16.67
Sangat Kurang	$< 1,60$	3	12.5
<b>JUMLAH</b>		<b>24</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *blocking*, diperoleh hasil dari 24 orang sampel, pada nilai  $> 15,56$  terdapat 1 orang (4,17%) atau dengan kategori sangat baik, pada nilai  $10,91 < X \leq 15,56$  terdapat 10 orang (41,67%) atau dengan kategori baik, pada nilai  $6,26 < X \leq 10,91$  terdapat 6 orang (25%) atau dengan kategori cukup, pada nilai  $1,60 < X \leq 6,26$  terdapat 4 orang (16,67%) atau dengan kategori kurang dan pada nilai  $< 1,60$  terdapat 3 orang (12,5%) atau dengan kategori sangat kurang.

## B. Pembahasan

Berdasarkan analisis dan olahan data mengenai “Profil kemampuan teknik dasar bola voli pada pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat”, Dengan demikian, pada bab ini, mengikuti rumusan masalah sebelumnya, kita menjawab pertanyaan penelitian: Keterampilan teknis dasar apa yang dimiliki siswa Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat dalam permainan bola voli yang meliputi : *smash*, *passing*, *service* dan *block*. Agar lebih jelasnya jawaban dari pertanyaan penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Rata-rata kemampuan *smash* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yaitu sebesar 10,79 poin dikategorikan cukup. Artinya pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum memiliki kemampuan *smash* bola voli yang baik. Diharapkan pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang dapat meningkatkan kemampuan *smash* bola voli yang dimiliki sekarang ini. Berdasarkan temuan dilapangan, hal ini terjadi dikarenakan pada saat melakukan gerakan *smash*, gerakan pemain kurang efisien dan efektif sehingga mengakibatkan lontaran bola sering terlalu pelan, tidak terarah atau keluar dari lapangan pertandingan.

*Smash* adalah serangkaian gerakan bola voli yang dilakukan sebagai serangan yang ditempatkan dengan baik untuk mencetak poin di lapangan lawan. Urutan gerakan yang efektif adalah awal, pantulan, posisi kontak, dan posisi akhir.

Untuk menunjang permainan *smash* yang baik diperlukan kekuatan otot lengan untuk melakukan pukulan dengan tepat dan bertenaga, serta kekuatan otot eksplosif tungkai diperlukan untuk mempertahankan lompatan tinggi dalam keadaan diam. Untuk menguasai teknik ini, Anda harus memiliki kondisi fisik yang baik, terutama dalam hal kekuatan otot dan daya ledak. Kekuatan otot lengan dan daya otot tungkai merupakan syarat fisik yang menunjang keterampilan unggul. Sedangkan kekuatan lengan merupakan kemampuan otot seseorang dalam menangani stres kerja, sedangkan kekuatan otot tungkai merupakan kemampuan mengerahkan tenaga maksimal dalam waktu singkat. Kekuatan otot lengan membantu atlet melakukan lemparan yang tepat dan tepat sasaran, dan kekuatan otot tungkai yang eksplosif membantu atlet melompat tinggi. Oleh karena itu, jika seorang atlet ingin mencapai hasil yang baik dalam permainan bola voli maka harus menguasai teknik dan melatih kondisi fisik untuk melakukan permainan bola voli.

Pada usia pelajar SLTA, Sangat penting bagi pemain bola voli untuk mampu memukul bola dengan keras ke lapangan lawan. Untuk pemain bola voli SMA, akurasi adalah kuncinya, namun pemain bola voli yang lebih muda mampu memukul bola ke arah yang benar. Ketepatan memukul bola voli merupakan salah satu keterampilan teknik memukul yang harus dimiliki oleh setiap pemain bola voli pelajar SLTA untuk meningkatkan kemampuannya..

Rata-rata kemampuan *passing* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yaitu sebesar 4,5 poin dikategorikan cukup. Artinya pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum memiliki kemampuan *passing* bola voli yang bagus. Sehingga, diharuskan pemain bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang meningkatkan kemampuan *passing* bola voli, dapat melalui program latihan yang terprogram dan terstruktur. Berdasarkan temuan penelitian hal ini terjadi dikarenakan, *Passing* bola voli pelajar SLTA Sederajat Kota Padang

Panjang setingkat masih kurang memperhatikan postur tubuh, posisi kaki dan kurang konsentrasi pada bola sehingga efek passingnya kurang baik.

*Passing* adalah tindakan mengoper bola kepada rekan setim dengan menggunakan teknik tertentu sebagai langkah awal dalam mempersiapkan rencana serangan lawan. Mungkin masalah terbesarnya adalah teknologi pengiriman. *Passing* merupakan salah satu cara servis yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli. Lari merupakan bagian penting dalam permainan bola voli dan harus dikuasai agar performanya optimal

Setiap pemain harus melakukan *passing* dengan baik dan tuntas, kesalahan satu pemain akan memberikan poin tambahan kepada lawan. Posisi servis sangat penting dalam permainan bola voli, oleh karena itu teknik dasar servis harus dikuasai. Pengukuran harus tepat dan tepat sasaran. Keterampilan sukses dapat ditingkatkan melalui pelatihan yang terorganisir dan sistematis..

2. Rata-rata kemampuan *service* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yaitu sebesar 9,33 poin dikategorikan cukup. Artinya pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum memiliki kemampuan *service* bola voli yang baik. Artinya, kemampuan *service* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum maksimal dan harus lebih ditingkatkan. Penelitian menemukan bahwa penyebab dari keadaan ini adalah servis pemain sering keluar dan tidak mencapai atau membentur net, servis tidak memiliki arah, kurang cepat, dan kurang kuat sehingga memudahkan lawan untuk menangkap bola.

*Service* adalah bola yang dilempar dari garis dasar melewati net dan masuk ke zona lawan. Servis dilakukan pada saat kick-off dan setelah istirahat. Servis pukulan memegang peranan penting dalam mencetak gol, sehingga harus percaya diri, membidik dan menyulitkan lawan

Penyebab belum maksimalnya kemampuan teknik servis di akibatkan salah satunya dikarenakan lemahnya kekuatan otot lengan pemain bola voli pelajar SLTA untuk melakukan pukulan. Pemain bola voli pelajar SLTA juga memerlukan kelenturan tubuh dan koordinasi tangan-mata untuk mengarahkan bola ke area yang sulit dijangkau pemain lain. Agar memiliki kemampuan *service* yang baik maka pemain bola voli pelajar SLTA harus dilatih melalui program latihan yang intensif.

3. Rata-rata kemampuan *blocking* bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang yaitu sebesar 8,58 poin dikategorikan cukup. Artinya pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum memiliki kemampuan *blocking* bola voli yang baik. Artinya, kemampuan *blocking* bola voli bola voli pelajar SLTA Sederajat di Kota Padang Panjang belum maksimal dan harus lebih ditingkatkan. Menurut penelitian, penyebab dari keadaan ini adalah kemampuan memblok pemain yang kurang kuat, sering melakukan kesalahan saat melakukan pemblokiran, ketika melakukan pemblokiran seringkali tidak dapat memblok bola karena kelincahan yang buruk dan pantulan yang kurang.

*Blocking* dalam permainan bola voli mengacu pada salah satu teknik memblokir ruang lawan pada saat melakukan serangan terkontrol sehingga bola akan dipantulkan oleh bola dan terhindar dari serangan lawan. Tangan pemblokir akan mampu melempar bola ke area lawan, yang akan menjadi bonus poin tim yang memblok bola

Pada dasarnya, *block* adalah tentang mencegah lawan memajukan bola dan mencetak poin tambahan. Namun, seiring berkembangnya bola voli, pemblokiran telah menjadi strategi pertahanan yang menarik dan, jika berhasil bisa mencetak poin

Keberhasilan *block* ditentukan oleh tinggi lompatan pemain dan jangkauan pemain relatif terhadap bola yang dipukul lawan. Dengan menggerakkan tangan dari sisi ke sisi saat melakukan *block*, dapat melakukan blok dengan gerakan tangan yang aktif, juga dapat mematikan gerakan tangan dengan merentangkan tangan ke atas tanpa menggerakkannya. Berdasarkan hal tersebut, salah satu faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan melakukan penyelamatan adalah kondisi fisik mulai dari ketinggian lompatan hingga penyelamatan, dalam hal ini daya ledak dan kekuatan otot kaki serta koordinasi. , tidak lain hanyalah mobilitas. Otot kaki, lengan. Mereka juga mempunyai dampak yang signifikan terhadap efisiensi *block*. Keterampilan *block* dapat ditingkatkan melalui program pelatihan yang tepat, terstruktur dan terencana..

## SIMPULAN

### **Jurnal Ilmu Keolahragaan 3 (1), 2025**

Asep Kurniawan, Muhamad Sazeli Rifki, Nugroho Susanto, Ilham

Berdasarkan hasil penelitian pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar permainan bola voli siswa SLTA sederajat di Kota Padang Panjang Provinsi Sumatera Barat secara umum masuk dalam kategori cukup.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrina, N & Tohidin, D (2019). *Efek Metode Latihan Jump Inplace Dan Depth Jump Terhadap Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai Atlet Bola voli M3C Kabupaten Pesisir Selatan*. Jurnal Stamina. Vo.2, No.1
- Dharma, D.S & Indika, P.M (2021). *Pengaruh Kafein Terhadap Pemulihan Denyut Nadi Pemain Voli PLTA Maninjau*. Jurnal Stamina. Vo.4, No.2
- Diwanto (2019). *Analisis Keterampilan Bermain Pertandingan Bola voli Final Asian Games 2018: Korea Selatan Lawan Iran*. Jurnal Unesa. Vol. 2, No.1
- Hidayat, A.T & Apriagus (2021). *Pengaruh Latihan Box Jump Dan Box Landing Terhadap Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Bola voli SMP Negeri 23 Padang*. Jurnal Stamina. Vo.4, No.3
- Hidayat, F & Rifki, M.S (2020). *Pengaruh Latihan Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Pemain Bola voli*. Jurnal Stamina. Vo.3, No. 11
- Junaidi, S & Harmono, S (2015). *Servis Melompat Bola voli Pada Final Proliga Tahun 2015 Di Yogyakarta*. Jurnal Sportif. Vol. 1, NO. 1
- Maulana, S.A & Rifki, M.S (2020), *Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pemain Bola Voli Putri SMA*. Jurnal Stamina. Vo.3, No.3
- Misudin, R (2019). *Analisis Keterampilan Bermain (Penghasil Poin) Tim Putra Surabaya Bhayangkara Samator Di Final Proliga 2019*. Jurnal Garuda
- Ningsih, T.G, Witarsyah, Tjung Hauw Sin & Yogi Setiawan (2020), *Manfaat Latihan Variasi Jarak Servis Terhadap Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola voli* Jurnal Patriot Vol. 2, No. 4
- Prata, Y.W, Rifki, M.S & Sari, A.P (2021). *Latihan Drill Terhadap Peningkatan Kemampuan Block Bola voli*. Jurnal Stamina. Vo.3, No.3
- Putra, S.S & Effendi, H (2020), *Tinjauan Terhadap Kemampuan Servis Atas Dan Smash Bola voli Atlet Sekolah Menengah Kejuruan Pelayaran Padang*. Jurnal Stamina. Vo.3, No.4
- Putri, A.N.D, Rifki, M.S & Syafrianto, D (2022), *Pengaruh Penerapan Latihan Bola Di Gantung Terhadap Kemampuan Service Atas Pemain Bola voli Putra*. Jurnal Stamina. Vo.5, No.1
- Satmoko, A.T & Bafirman (2019). *Pengaruh Latihan Depth Jump and Side Step Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Atlet Bola voli Putri Universitas Negeri Padang*. Jurnal Stamina. Vo.2, No.5
- Setiawan, D (2022). *Analisis Keterampilan Servis Bola Voli Bagi Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli MTs Hidayatul Islamiah Parit Kahar*. Jurnal Pion. Vol. 2, No.2
- Wismiarti & Hermanzoni (2020). *Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Bola voli*. Jurnal Patriot Vol. 2 No. 2.
- Zen, M.Z (2022), *Dampak Program Latihan Bounding Terhadap Kinerja Fisik Atlet Bola voli*. Jurnal Stamina. Vo.5, No.6