



---

## ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI PADA ATLET KLUB GUNTUR 1000 KOTA PADANG

Fiqih Al Ripsi<sup>1</sup>, Muhammad Sazeli Refki<sup>2</sup>, Fahd Mukhtarsyaf<sup>3</sup>, Sonya Nelson<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang.Kesehatan dan Rekreasi, Padang,Indonesia.

Email : [fiqihalripsi80@gmail.com](mailto:fiqihalripsi80@gmail.com)

---

Received: artikel dikirim 5 April 2026; Revised: artikel revisi 29 April 2026; Accepted: artikel diterima 5 Mei 2026

---

### Fiqih Al Ripsi. 2026. Analysis of Basic Volleyball Technique Skills in Athletes of Guntur 1000 Volleyball Club, Padang City

**Abstract:** Basic technical skills are an important factor in determining the performance of volleyball athletes. However, based on observations at the Guntur 1000 Volleyball Club in Padang City, athletes' basic technical skills are still not optimal, as indicated by errors in serving, passing, and smashing. This study aims to analyze the basic volleyball technical skills of athletes at the Guntur 1000 Volleyball Club, Padang City.

This study employed a descriptive quantitative method using tests and measurements. The population consisted of all athletes registered in the Guntur 1000 Volleyball Club, totaling 65 athletes. The sample included 33 athletes who actively participated in training sessions. The instruments used were the AAHPER Serving Accuracy Test, Brumbach Forearm Pass Wall-Volley Test, AAHPER Face Pass Wall-Volley Test, and the Spike Test.

The results showed that: (1) serving ability was in the sufficient category, (2) forearm passing ability was in the sufficient category, (3) overhead passing ability was in the sufficient category, and (4) smash ability was in the poor category.

**Keywords:** Volleyball, basic techniques, serving, passing, smash

**Abstrak:** Kemampuan teknik dasar merupakan faktor penting dalam menentukan prestasi atlet bola voli. Namun, berdasarkan observasi di Klub Guntur 1000 Kota Padang, kemampuan teknik dasar atlet masih belum optimal, ditandai dengan kesalahan dalam servis, passing, dan smash. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan teknik dasar bola voli atlet Klub Guntur 1000 Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode tes dan pengukuran. Populasi penelitian ialah seluruh atlet yang menjadi anggota Klub Guntur 1000 Kota Padang yang berjumlah 65 orang. Namun sampel penelitian terdiri dari 33 atlet yang aktif mengikuti latihan. Instrumen yang digunakan meliputi AAHPER Serving Accuracy Test, Brumbach Forearm Pass Wall-Volley Test, AAHPER Face Pass Wall-Volley Test, dan Spike Test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kemampuan servis atas berada pada kategori cukup, (2) kemampuan passing bawah berada pada kategori cukup, (3) kemampuan passing atas berada pada kategori cukup, dan (4) kemampuan smash berada pada kategori kurang.

**Kata kunci:** Bola voli, teknik dasar, servis, passing, smash

**How to Cite:** Fiqih Al Ripsi, Muhammad Sazeli Refki, Fahd Mukhtarsyaf, Sonya Nelson (2026). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Bola Voli Pada Atlet Klub Guntur 1000 Kota Padang. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 14-21. doi:<https://doi.org/10.21831/jk.vXiY.00001>



---

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang berperan penting dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan prestasi. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan yang menegaskan bahwa olahraga bertujuan meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Salah satu cabang olahraga yang populer di Indonesia adalah bola voli. Menurut Fauzi dan Sapulete (2024), bola voli dikenal luas oleh berbagai kalangan masyarakat. Permainan ini menuntut kerja sama tim serta

penguasaan teknik dasar agar mampu bermain secara efektif. Bola voli adalah olahraga beregu yang dimainkan dua tim, masing-masing enam pemain, dengan tujuan menjatuhkan bola di daerah lawan dan mempertahankan bola di daerah sendiri (Erianti, 2004).

Prestasi dalam bola voli dipengaruhi oleh teknik dasar, kondisi fisik, mental, taktik, dan program latihan. Teknik dasar yang wajib dikuasai atlet meliputi servis atas, passing bawah, passing atas, dan smash. Penguasaan teknik yang baik dapat meningkatkan kualitas permainan, sedangkan teknik yang kurang baik menyebabkan kesalahan saat pertandingan seperti servis gagal, passing tidak akurat, dan smash kurang maksimal (Ramara dkk., 2025).

Selain teknik, program latihan yang terencana juga sangat penting. Fibriyanto dan Pritama (2026) menyatakan bahwa program latihan yang tidak sistematis dapat menghambat perkembangan atlet. Di sisi lain, kondisi fisik seperti kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan power juga sangat menentukan performa atlet (Nugroho dan Firmansyah., 2021).

Kemampuan adalah kapasitas individu, baik bawaan maupun hasil latihan, untuk melakukan suatu aktivitas secara efektif dan efisien. Menurut Schmidt dan Lee (2019), kemampuan dapat dikembangkan melalui latihan berkelanjutan.

Teknik dasar bola voli meliputi 1) Servis atas yaitu pukulan awal untuk memulai permainan, 2) Passing bawah yaitu teknik menerima bola menggunakan kedua lengan bawah, 3) Passing atas yaitu teknik mengoper bola menggunakan jari-jari tangan di atas kepala, 4) Smash yaitu pukulan keras dan tajam ke daerah lawan (Eka Supriatna, 2024).

Menurut Fibriyanto dan Pritama (2026) Program latihan adalah proses terencana untuk meningkatkan kemampuan teknik, fisik, dan mental atlet. Program latihan yang baik harus sistematis dan sesuai kebutuhan atlet Kondisi fisik merupakan faktor penting dalam bola voli, meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan power. Kondisi fisik atlet yang baik akan mendukung penguasaan teknik dan prestasi yang dimiliki atlet (Adhitia dkk, 2023).

## METODE

*Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Hal ini bertujuan untuk menggambarkan suatu variabel secara sistematis tanpa membandingkan atau menghubungkannya dengan variabel lain. Penelitian ini bertujuan menganalisis kemampuan teknik dasar bola voli atlet Klub Guntur 1000 Kota Padang yang meliputi servis atas, passing bawah, passing atas, dan smash.*

*Penelitian dilaksanakan di lapangan bola voli Klub Guntur 1000 Kota Padang pada tanggal 19–21 April 2026. Populasi penelitian adalah seluruh atlet yang terdaftar di klub sebanyak 65 orang, terdiri dari 32 atlet putra dan 33 atlet putri. Sampel penelitian berjumlah 33 atlet, terdiri dari 18 atlet putra dan 15 atlet putri, yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria atlet aktif berlatih dan sering mengikuti pertandingan.*

*Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan bola voli yang telah dinyatakan valid dan reliabel, yaitu: 1) AAHPER Serving Accuracy Test untuk mengukur kemampuan servis atas. 2) Brumbach Forearm Pass Wall-Volley Test untuk mengukur kemampuan passing bawah. 3) AAHPER Face Pass Wall-Volley Test untuk mengukur kemampuan passing atas. 4) Stanley Spike Test untuk mengukur kemampuan smash.*

*Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes lapangan sesuai prosedur masing-masing instrumen. Analisis data dilakukan secara deskriptif menggunakan Microsoft Excel untuk memperoleh nilai rata-rata (mean), median, skor tertinggi, skor terendah, dan standar deviasi. Data dikategorikan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ke dalam lima kategori, yaitu sangat kurang, kurang, cukup, baik, dan baik sekali (Winarno, 2006). Persentase tiap kategori dihitung dengan rumus:*

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

*Keterangan:*

*P = Persentase*

$f = \text{Frekuensi}$   
 $n = \text{Jumlah sampel}$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini, dibahas analisis dan diskusi penelitian yang didasarkan pada penjelasan yang telah dikemukakan sebelumnya. Analisis dilakukan sesuai dengan tujuan serta hipotesis penelitian yang telah ditetapkan. Data dari masing-masing kelompok akan dijelaskan melalui deskripsi berikut.

### 1. Hasil Penilaian Kemampuan Servis Atas

#### a. Hasil Penilaian Kemampuan Servis Atas pada Atlet Putri

Berdasarkan hasil tes servis atas pada 15 atlet putri Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 25, terendah 6, rata-rata 18,3, median 21, dan standar deviasi 5,69. Data tersebut kemudian digunakan sebagai dasar penyusunan rentang norma penilaian servis atas atlet putri yang dapat dilihat pada tabel dan grafik dibawah ini.

**Tabel 1.** Norma Penilaian Kemampuan Servis Atas Atlet Putri

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 26.83	4	A	Baik Sekali	0	0%
21.14 - 26.83	3	B	Baik	5	33%
15.45 - 21.14	2	C	Cukup	6	40%
9.76-15.45	1	D	Kurang	2	13%
<9.76	0	E	Sangat Kurang	2	13%
Jumlah				15	100%



**Gambar 1.** Grafik Penilaian Kemampuan Servis Atas Atlet Putri

Berdasarkan hasil penilaian kemampuan teknik dasar servis atas pada atlet putri klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa tidak ada atlet (0%) yang memperoleh nilai 4 (A) berkategori baik sekali, 5 atlet (33%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 6 atlet (40%) memperoleh nilai C (2) berkategori cukup, 2 atlet (13%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang dan 2 atlet (13%) memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

#### b. Hasil Penilaian Kemampuan Servis Atas pada Atlet Putra

Berdasarkan hasil tes servis atas pada 18 atlet putra Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 29, terendah 14, rata-rata 21,7, median 22, dan standar deviasi 4,09. Data tersebut digunakan sebagai dasar acuan norma penilaian kemampuan servis atas bola voli putra dapat digunakan acuan norma penilaian sebagai berikut:

**Tabel 2.** Norma Penilaian Kemampuan Servis Atas Atlet Putra

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 27.74	4	A	Baik Sekali	2	11%
23.71 - 27.74	3	B	Baik	5	28%
19.68 - 23.71	2	C	Cukup	6	33%
15.65 - 19.68	1	D	Kurang	3	17%
< 15.65	0	E	Sangat Kurang	2	11%
Jumlah				18	100%



**Gambar 2.** Grafik Penilaian Kemampuan Servis Atas Atlet Putra

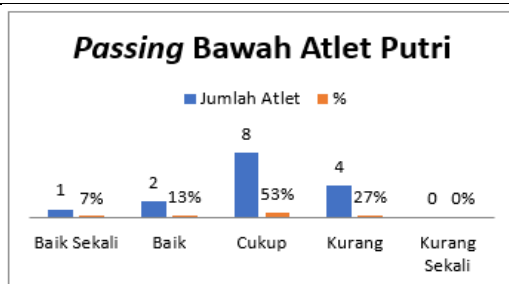
Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar servis atas pada atlet putra klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa 2 atlet (11%) memperoleh nilai 4 (A) berkategori baik sekali, 5 atlet (28%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 6 atlet (33%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 3 atlet (17%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang dan 2 atlet (11%) memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

## 2. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Bawah

### a. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Bawah pada Atlet Putri

Berdasarkan hasil tes *passing* bawah pada 15 atlet putri Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 113, terendah 52, rata-rata 76,3, median 76, dan standar deviasi 17,18. Data tersebut digunakan sebagai dasar acuan norma penilaian kemampuan *passing* bawah atlet putri sebagai berikut:

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 102.07	4	A	Baik Sekali	1	7%
84.89 – 102.07	3	B	Baik	2	13%
67.71 – 84.88	2	C	Cukup	8	53%
50.53 – 67.70	1	D	Kurang	4	27%
< 50.53	0	E	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah				15	100%



**Gambar 3.** Grafik Penilaian Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Putri

Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar *passing* bawah pada atlet putri klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa 1 atlet (7%) memperoleh nilai 4 (A) berkategori baik sekali, 2 atlet (13%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 8 atlet (53%) memperoleh nilai 3 (C) berkategori cukup, 4 atlet (27%) memperoleh nilai 2 (D) berkategori kurang.

### b. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Bawah pada Atlet Putra

Berdasarkan hasil tes *passing* bawah pada 18 atlet putra Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 104, terendah 38, rata-rata 67,2, median 69,5, dan standar deviasi 20,24. Data tersebut digunakan sebagai dasar acuan norma penilaian kemampuan *passing* bawah atlet putra yang dapat dilihat sebagai berikut.

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 97.56	4	A	Baik Sekali	1	6%
77.32 – 97.56	3	B	Baik	4	22%
57.08 – 77.31	2	C	Cukup	6	33%
36.84-57.07	1	D	Kurang	7	39%
< 36.84	0	E	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah				18	100%



**Gambar 4.** Grafik Penilaian Kemampuan *Passing* Bawah Atlet Putra

Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar *passing* bawah pada atlet putra klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa 1 atlet (6%) memperoleh nilai 4 (A) berkategori baik sekali, 4 atlet (22%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 6 atlet (33%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 7 atlet (39%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang dan tidak ada atlet (0%) yang memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

## 3. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Atas

### a. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Atas pada Atlet Putri

Berdasarkan hasil tes *passing* atas pada 15 atlet putri Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 86, terendah 40, rata-rata 56,1, median 54, dan standar deviasi 11,99. Data tersebut digunakan sebagai dasar acuan norma penilaian kemampuan *passing* atas atlet putri yang dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 5.** Norma Penilaian Kemampuan Passing Atas Atlet Putri

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 74.08	4	A	Baik Sekali	1	7%
62.09 – 74.08	3	B	Baik	3	20%
50.11 – 62.08	2	C	Cukup	6	40%
38.13-50.10	1	D	Kurang	5	33%
< 38.13	0	E	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah				15	100%



**Gambar 5.** Grafik Penilaian Kemampuan Passing Atas Atlet Putri

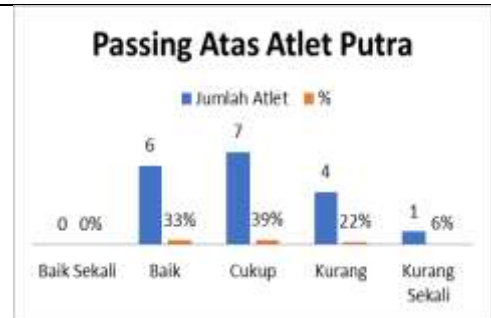
Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar passing atas pada atlet putri klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa 1 atlet (7%) memperoleh nilai 4 (A) berkategori baik sekali, 3 atlet (20%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 6 atlet (40%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 5 atlet (33%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang.

**b. Hasil Penilaian Kemampuan *Passing* Atas pada Atlet Putra**

Berdasarkan hasil tes passing atas pada 18 atlet putra Klub Guntur 1000 Kota Padang, diperoleh nilai tertinggi 91, terendah 37, rata-rata 69,7, median 71, dan standar deviasi 16,39. Data tersebut digunakan sebagai dasar acuan norma penilaian kemampuan passing atas atlet putra yang dapat dilihat sebagai berikut.

**Tabel 6.** Norma Penilaian Kemampuan Passing Atas Atlet Putra

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 94.28	4	A	Baik Sekali	0	0%
77.89 – 94.28	3	B	Baik	6	33%
61.51 – 77.88	2	C	Cukup	7	39%
45.12 – 61.50	1	D	Kurang	4	22%
< 45.12	0	E	Sangat Kurang	1	6%
Jumlah				18	100%



**Gambar 6.** Grafik Penilaian Kemampuan Passing Atas Atlet Putra

Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar passing atas pada atlet putra klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa tidak ada atlet putra (0%) memperoleh nilai 4 (A) yang berkategori baik sekali, 6 atlet (33%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 7 atlet (39%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 4 atlet (22%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang, dan 1 atlet (6%) memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

**4. Hasil Penilaian Kemampuan *Smash***

**a. Hasil Penilaian Kemampuan *Smash* pada Atlet Putri**

Berdasarkan hasil pengukuran kemampuan smash bola voli pada 15 atlet putri Klub Guntur 1000, skor mentah diubah ke skor standar menggunakan rumus T-Score. Diperoleh rata-rata skor sasaran 50, rata-rata waktu 50, standar deviasi skor 6,45, standar deviasi waktu 6,55, serta rata-rata T-score 100 dengan standar deviasi 6,79. Kemampuan smash atlet putri disusun ke dalam acuan penilaian yang dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 7. Norma Penilaian Kemampuan Smash Atlet Putri**

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 110.18	4	A	Baik Sekali	1	7%
103.39 – 110.18	3	B	Baik	4	27%
96.61 – 103.38	2	C	Cukup	3	20%
89.81-96.60	1	D	Kurang	7	47%
< 89.81	0	E	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah				15	100%



**Gambar 6. Grafik Penilaian Kemampuan Smash Atlet Putri**

Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar *smash* pada atlet putri klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa terdapat 1 atlet (7%) memperoleh nilai 4 (A) yang berkategori baik sekali, 4 atlet (27%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 3 atlet (20%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 7 atlet (47%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang, dan tidak ada atlet (0%) memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

**b. Hasil Penilaian Kemampuan *Smash* pada Atlet Putra**

Berdasarkan hasil pengukuran kemampuan *smash* bola voli pada 18 atlet putra Klub Guntur 1000, skor mentah diubah ke skor standar dengan rumus T-Score. Diperoleh rata-rata skor sasaran 50, rata-rata waktu 50, standar deviasi skor 7,7, standar deviasi waktu 28,22, serta rata-rata T-score 100 dengan standar deviasi 24,5. Kemampuan *smash* atlet putra disusun ke dalam acuan penilaian yang dapat dilihat sebagai berikut

**Tabel 8. Norma Penilaian Kemampuan Smash Atlet Putra**

Rentang Norma	Nilai		Kriteria	Jumlah Atlet	%
	Angka	Huruf			
> 136.75	4	A	Baik Sekali	2	11%
112.25 – 136.75	3	B	Baik	5	28%
87.75 – 112.24	2	C	Cukup	3	17%
63.25-87.75	1	D	Kurang	8	44%
< 63.25	0	E	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah				18	100%



**Gambar 8. Grafik Penilaian Kemampuan Smash Atlet Putra**

Berdasarkan hasil pengkategorian kemampuan teknik dasar *smash* pada atlet putra klub Guntur 1000 kota Padang, dapat dilihat bahwa terdapat 2 atlet (11%) memperoleh nilai 4 (A) yang berkategori baik sekali, 5 atlet (28%) memperoleh nilai 3 (B) berkategori baik, 3 atlet (17%) memperoleh nilai 2 (C) berkategori cukup, 8 atlet (44%) memperoleh nilai 1 (D) berkategori kurang, dan tidak ada atlet (0%) memperoleh nilai 0 (E) berkategori sangat kurang.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap atlet Klub Guntur 1000, diperoleh gambaran kemampuan teknik dasar bola voli yang meliputi servis atas, passing bawah, passing atas, dan *smash*. Keempat teknik tersebut merupakan komponen penting dalam permainan karena berkaitan langsung dengan proses menyerang maupun bertahan. Penguasaan teknik dasar yang baik sangat menentukan kualitas permainan atlet dan keberhasilan tim. Menurut Ahmadi (2018), bola voli merupakan olahraga beregu yang menuntut kerja sama, kondisi fisik yang baik, serta penguasaan teknik secara menyeluruh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar atlet Klub Guntur 1000 secara umum berada pada kategori kurang hingga cukup. Artinya, atlet telah memiliki dasar keterampilan bermain, namun masih memerlukan peningkatan latihan yang lebih terarah agar kemampuan menjadi lebih optimal dan konsisten.

Kemampuan servis atas atlet putri didominasi kategori cukup dan kurang, sedangkan atlet putra menunjukkan pola serupa meskipun terdapat beberapa atlet berkategori baik. Hal ini menandakan kemampuan servis belum maksimal, terutama pada aspek akurasi, kekuatan, dan konsistensi. Menurut Erianti (2004), servis yang baik harus memiliki kekuatan, kecepatan, ketepatan sasaran, dan variasi arah. Rendahnya kemampuan servis dapat dipengaruhi kurangnya latihan spesifik dan koordinasi mata-tangan yang belum optimal.

Kemampuan passing bawah pada atlet putri dan putra mayoritas berada pada kategori cukup. Atlet sudah memiliki dasar teknik, namun belum konsisten dalam pelaksanaannya. Passing bawah merupakan teknik yang paling sering digunakan untuk menerima servis dan bertahan, sehingga perlu ditingkatkan melalui latihan reaksi, perpindahan posisi, serta penerimaan bola keras.

Kemampuan passing atas juga berada pada kategori cukup hingga kurang. Hal ini menunjukkan kemampuan memberikan umpan (set-up) belum optimal. Passing atas sangat penting dalam membangun serangan karena menentukan kualitas umpan kepada smasher. Rendahnya kemampuan ini dapat disebabkan posisi jari yang kurang tepat, koordinasi gerak yang belum baik, dan timing sentuhan bola yang kurang sesuai.

Kemampuan smash atlet masih bervariasi, namun sebagian besar berada pada kategori cukup dan kurang. Smash merupakan teknik serangan utama yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, koordinasi, dan timing yang baik. Rendahnya kemampuan smash dapat dipengaruhi kurangnya daya ledak otot tungkai, teknik awalan dan tolakan yang belum tepat, serta koordinasi gerak yang belum maksimal.

Secara keseluruhan, kemampuan passing bawah dan passing atas cenderung lebih baik dibandingkan servis atas dan smash. Hal ini menunjukkan kemampuan menerima dan mengatur bola sudah cukup baik, namun kemampuan menyerang dan menghasilkan poin masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih untuk menyusun program latihan yang lebih terarah, terutama pada peningkatan servis atas dan smash tanpa mengabaikan passing bawah dan passing atas. Selain itu, pembinaan fisik, mental bertanding, dan pengalaman kompetisi juga perlu ditingkatkan agar prestasi Klub Guntur 1000 semakin berkembang.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan teknik dasar bermain bola voli pada atlet Klub Guntur 1000, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kemampuan teknik dasar servis atas atlet putri dan putra berada pada kategori cukup. Sebagian besar atlet berada pada kategori cukup, meskipun terdapat beberapa atlet putra yang mencapai kategori baik dan baik sekali.
2. Kemampuan teknik dasar passing bawah atlet putri berada pada kategori cukup, sedangkan atlet putra berada pada kategori kurang. Hal ini menunjukkan passing bawah atlet putri lebih baik dibanding atlet putra.
3. Kemampuan teknik dasar passing atas atlet putri dan putra berada pada kategori cukup. Mayoritas atlet berada pada kategori cukup, walaupun masih ada yang masuk kategori kurang.
4. Kemampuan teknik dasar smash atlet putri dan putra berada pada kategori kurang. Sebagian besar atlet masih berada pada kategori kurang, meskipun beberapa atlet telah mencapai kategori baik.
5. Secara keseluruhan, tingkat kemampuan teknik dasar bola voli atlet Klub Guntur 1000 berada pada kategori kurang hingga cukup, sehingga masih perlu peningkatan melalui latihan yang lebih terarah dan berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhithia, C.T., Ismawan, H., dan Cahyono, D. (2023). *Analisis Kondisi Fisik Atlet Junior Bola Voli Club Barata Kutai Barat*. *Borneo Physical Education Journal*.
- Erianti. (2004). *Bola Voli (Bahan Ajar)*. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Eka Supriatna. (2024). *Buku Ajar Permainan Bola Voli*. Indramayu: Pt Adab Indonesia.
- Fauzi, M. S., dan Sapulete, J. J. (2024). *Didaktik metodik pembelajaran bola voli*. Penerbit: Adab.

- Fibriyato, M., dan Pritama,M. (2026). *Analisis Kondisi Fisik Atlet Bola Voli*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar.Malang: Universitas Negeri Malang.
- Nugroho, A., dan Firmansyah,R.(2021). *Sistem Pertahanan Dalam Permainan Bola Voli*. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 12(2), 90-98.
- Ramara, A.D, dkk.(2025). *Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli*. Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi.
- Winarno.2004. *Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Jakarta: Center For Human Capacity