



Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus

Egy Raihanati^{1✉}, Agung Wahyudi²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas
Negeri Semarang, Indonesia¹²

History Article

Received : 12 January 2021

Accepted : April 2021

Published : June 2021

Keywords

*smash; service; passing;
volley ball.*

Abstract

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar passing, smash, servis bolavoli pada klub Porvit, Berlian Muda Kudus Tahun 2020. Metode penelitian ini menggunakan mixed methods. Hasil kemampuan teknik dasar bolavoli prajunior putri pada Klub Berlian Muda yang mencapai kategori baik sekali sebesar 0%, dan kategori baik sebesar 0%, kategori sedang sebesar 85,71% untuk kategori kurang sebesar 7,14% dan kategori kurang sekali sebesar 0%. Sedangkan untuk klub Porvit menunjukkan kemampuan teknik dasar bolavoli prajunior putri pada Klub Porvit yang mencapai kategori baik sekali sebesar 0%, dan kategori baik sebesar 0%, kategori sedang sebesar 35,71% untuk kategori kurang sebesar 64% dan yang terakhir kategori kurang sekali sebesar 0%. Kesimpulan (1) Tingkat kemampuan teknik dasar bolavoli pada klub Berlian Muda Kudus tahun 2020 persentase terbesar adalah servis 42,85% kategori sedang, passing bawah 92,85% kategori baik, passing atas kategori baik, smash 42,82% kategori sedang dan kurang. (2) Tingkat kemampuan teknik dasar bolavoli pada klub Porvit Kudus tahun 2020 persentase terbesar ialah servis 42,85% kategori sedang, passing bawah 64,28% kategori sedang, passing atas 50% kategori kurang dan smash 64,28% kategori kurang. Simpulan penelitian ini ialah pemain pada klub Berlian muda dan Porvit memiliki hasil yang cukup baik. Hasil dari analisis penelitian klub Berlian Muda dan Klub Porvit memiliki kategori sedang. Saran dari penelitian yaitu menambah lagi porsi latihan, meningkatkan program latihan, karna itu sebagai bekal peningkatan prestasi..

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of basic technical skills passing, smash, servis at the Porvit club, Berlian Muda Kudus in 2020. The method used a mixed methods. The basic technical abilities of women's Prayunior volleyball at the Young Diamond Club which reached the excellent category of 0%, and the good category of 0%, the moderate category was 85.71%, then for the less category it was 7.14% and category was very low. 0%. Whereas for the Provit club, it showed the basic technical abilities of women's volleyball at the Porvit Club which reached the excellent category of 0%, and the good category was 0%, the moderate category was 35.71%, then for the category less than 64% and the last category was very low. 0%. Conclusion (1) The level of basic volleyball technical skills at the Berlian Muda Kudus club in 2020 the largest proportion is service 42.85% in the medium category, passing below 92.85% in the good category, passing over the good category, and 42.82% smash in the moderate category and less. (2) The level of basic volleyball technical skill at the Porvit Kudus club in 2020 the largest proportion is for service 42.85% in the medium category, passing below 64.28% in the moderate category, passing above 50% for the under category and smash for 64.28% for the less category. The conclusion of this research is the players at the young Berlian club and Porvit have quite good results. The results of the research analysis of Berlian Muda club and Club Porvit were in medium category. Suggestions from the research are to increase the portion of the exercise, because it is a provision for increased achievement.

How To Cite:

Raihanati, E., & Wahyudi, A., (2021). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 222 – 229.

✉ Corresponding author :

E-mail: inisayaegy@gmail.com

© 2021 Universitas Negeri Semarang

p-ISSN 2723-6803

e-ISSN-

PENDAHULUAN

Olahraga bolavoli cabang olahraga yang turut meramaikan cabang olahraga di Indonesia maupun dunia. Olahraga bolavoli ini juga telah banyak mencuri hati penggemar. Ada 4 tujuan manusia melakukan olahraga. Pertama adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga hanya untuk tujuan rekreasi yakni mereka berolahraga untuk mengisi waktu luang dilakukan dengan penuh gembira. Kedua mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan, olahraga ini dilakukan secara formal dengan tujuan untuk mencapai sasaran pendidikan. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Hal ini dikerjakan secara formal baik program sarana maupun fasilitas di bawah bimbingan tenaga profesional. Keempat adalah 2 mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu (M. Sajoto, 1995 : 2) Olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang selalu dipertandingkan di lokal maupun internasional. Olahraga bolavoli juga dapat menanamkan jiwa sportifitas, kekompakan, kerjasama serta rasa percaya diri untuk peningkatan prestasi. Untuk mencapai peningkatan prestasi tidaklah mudah, diperlukan latihan dan kerja keras dan upaya pembinaan yang intensif untuk mencapai tujuan prestasi yang maksimal. Upaya pembinaan prestasi bola voli perlu adanya jalan keluar atau pemecahan agar potensi yang dimiliki pembinaan prestasi dapat diarahkan demi tertujunya kondisi pembinaan prestasi. Prinsip pembinaan yang terbaik hanya akan dapat tercapai bila dilaksanakan dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya (Rusli Lutan 2000 : 32) Kondisi fisik merupakan salah satu syarat penting dalam meningkatkan prestasi seseorang atlet, bahkan sebagai keperluan yang sangat mendasar untuk 32 meraih prestasi olahraga, sebab seorang atlet tidak dapat melangkah sampai ke puncak prestasi bila tidak didukung kondisi fisik yang baik (Suhendro 1999:4.1) bolavoli yang baik sesuai yang diharapkan. Selain untuk pencapaian prestasi olahraga ini juga berguna sebagai alat pendidikan dan rekreasi. Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut (M. Sajoto, 1995:8) Komponen prestasi olahraga yang merupakan ciri atau karakteristik suatu cabang olahraga oleh sebab itu, komponen teknik harus dipersiapkan sebaik mungkin. Penguasaan teknik yang baik

akan dapat menghemat dan mengoptimalkan penggunaan kondisi fisik. Hal itu berarti, penguasaan teknik yang baik akan dapat membantu menghemat penggunaan tenaga. Ini berarti bahwa semakin baik penguasaan teknik suatu cabang olahraga maka semakin hemat dalam pemakaian tenaga yang dikeluarkan. Selain itu, antara teknik dan kondisi fisik mempunyai kaitan satu sama lain. Pengembangan dan penguasaan keterampilan teknik sangat ditentukan oleh tingkat kondisi fisik yang dimiliki, dengan kata lain bahwa tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin teknik dapat ditingkatkan dan dimantapkan.

Permainan bolavoli 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. Walaupun begitu, permainan bolavoli sangat cepat berkembang dan merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia (Nuril Ahmadi, 2007:20). Dalam cabang bolavoli membutuhkan penguasaan teknik dasar sebaik mungkin, maka sangatlah perlu setiap pemain bolavoli harus mampu menguasai teknik dasar bolavoli dengan baik. Kurangnya penguasaan teknik dasar mengakibatkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar.

Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang maksimal. Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut. Adapun teknik-teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah sebagai berikut : (1) *service*, (2) *passing*, (3) *umpan (set-up)*, (4) *smash (spike)*, (5) *bendungan (block)*, dari kelima teknik dasar bolavoli di atas salah satu teknik yang tidak kalah pentingnya dari teknik yang lain dan sering teknik ini di anggap sepele dalam melakukannya adalah teknik melakukan *service* (M. Yunus, 1992:130-132).

Pada mulanya *service* hanyalah merupakan pukulan pembukaan untuk memulai permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik *service* saat ini tidak hanya sebagai permulaan pertandingan, jika ditinjau dari sudut taktik adalah merupakan suatu awal untuk mendapatkan nilai agar regu

berhasil meraih kemenangan. Hery Koesyanto,(2004 :) mengatakan bahwa beberapa perubahan peraturan pada permainan bola voli diantaranya : 1. Tahun 1912 diberlakukan sistem rotasi. 2. Tahun 1917 sistem 21 poin diganti sistem 15 poin. 3. Tahun 1918 tim ditetapkan hanya enam orang yang berada dalam satu regu dan tinggi net adalah 8 feet (2,43 meter) 4. Tahun 1921 ditetapkan garis tengah dibawah net. 5. Tahun 1922 setiap regu diperbolehkan memainkan bola masing-masing hanya tiga kali kemudian harus diseberangkan ke daerah lawan. 6. Tahun 1990 sistem poin mulai berlaku dengan 21 poin untuk satu set

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dibelakang garis akhir lapangan melampaui net ke daerah lawan. pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Karena pukulan servis berperan besar untuk mendapatkan poin maka pukulan servis harus meyakinkan, terarah, keras, dan menyulitkan lawan. Edi irwanto (2017: 12).

Sedangkan Dieter Beutelstahl (2008:8) mendefinisikan servis sebagai sentuhan pertama dengan bola. Servis juga diartikan sebagai pukulan pertama yang mengawali rentetan bolakbaliknya bola dalam permainan (A.Sarumpet dkk, 1992:95).

Passing adalah mengoperkan bola dengan teman satu tim dengan suatu teknik dan taktik tertentu untuk langkah awal sebagai seragan kepada tim lawan. Ahmadi Nuril (2007:22) Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Teknik dasar passing adalah mengoperkan bola kepada temannya sendiri dalam suatu titik tertentu ,sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan M. Yunus (1992:79).

Smash mempunyai ciri-ciri menukik, tajam dan cepat, dengan membentuk serangan pukulan yang keras waktu bola berada diatas jaraing untuk dimasukkan didaerah lawan. Winarno dkk (2013: 115). Menurut iwan kristanto (2003) dalam jurnal teknik dasar bola voli smash adalah pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau sulit dikembalikan. Spike adalah merupakan bentuk serangan yang paling sering digunakan untuk menyerang dalam upaya memperoleh nilai suatu tim dalam permainan bolavoli.

Klub adalah suatu perkumpulan seorang atlet agar membentuk kemampuan yang berkualitas dengan tujuan agar mendapat pencapaian prestasi maksimal. Klub bola voli merupakan wadah berkumpulnya seorang atlet

secara terorganisir dengan tujuan membentuk dan meningkatkan prestasi dibidang bolavoli. Olahraga bolavoli juga olahraga yang sudah tersebar luas di Indonesia, salah satunya ialah kabupatenKudus. Di kudus juga sudah tersebar banyak klub bolavoli diantaranya Porvit, Berlian Muda. Klub bolavoli putri Kudus merupakan sebuah klub yang dapat membangun kerjasama dan komunikasi sehingga kental dengan nuasa social. Keberadaan klub Porvit dan Berlian Muda salah satu bukti perkembangan pesat bolavoli ditingkat kabupaten Kudus, Hal terbukti bahwa tingkat usia muda dan kondisi fisik yang tidak begitu ideal, bahkan postur yang kurang proposional tidak menjadi penghalang untuk atlet mampu berprestasi. Karena semua itu telah ditutupi dengan teknik dasar yang mumpuni serta mampu mengkombinasikan dengan cara bermain bolavoli yang ideal.

Bolavoli Kudus tiap tahun mengalami pasang surut di level Jawa Tengah, dari hasil wawancara dengan bapak Karno selaku pelatih di Berlian Muda pak karno mengatakan bahwa bolavoli dilevel jateng masih belum mampu bersaing dengan baik dikarenakan pembinaan, kondisi fisik atlet yang kurang proposional sehingga prestasi dikudus belum mampu menyaingi dikancah level Jawa Tengah, namun setiap tahun di Kudus mengalami peningkatan prestasi yang telah diraih.

Tabel 1 Data Prestasi PPBV Porvit Kudus

Jenis Kegiatan	Tahun	Keterangan
Bupati Cup Kudus 2017	2017	BM Putri (Juara I)
Bupati Cup Kudus 2018	2018	BM Putri (Juara I)
Satria Bima Cup Purworejo	2018	BM Putri (Juara I)
Jatirogo Cup 2	2019	BM Putri (Juara III)

Tabel 2. Data Prestasi PPBV Berlian Muda Kudus

Jenis Kegiatan	Tahun	Keterangan
Bupati Cup Kudus 2014	2014	BM Putri (Juara III)
Bupati Cup Kudus 2016	2016	BM Putra (Juara III)
Bupati Cup Kudus 2016	2016	BM Putri (Juara III)
Kejurprov Junior U17 Pati 2017	2017	BM Putra (Juara II)
Kejurprof junior U17 Yogyakarta	2017	BM Putra (8 besar)

Bupati Cup Kudus	2018	BM Putra (Juara IV)
Bupati Cup Kudus	2018	BM Putri (Juara III)
Kapolres Cup Kudus	2018	BM Putra (Juara II)
Kapolres Cup Kudus	2018	BM Putri (Juara II)

Berdasarkan hasil wawancara pada Selasa, 14 Januari, dengan Bapak Arifin selaku salah satu pelatih di klub Porvit. Klub ini sudah berdiri sejak tahun 1980 sebagai tempat untuk menyalurkan bakat mereka. Klub Porvit memiliki 20 anak didik kategori pra Junior, pada usia 10 - 13 tahun. Untuk pelatih klub di Porvit juga sudah melatih kurang lebih 20 tahun. Untuk program latihan di klub Porvit berjalan dan terprogram dengan baik. Namun latihan berjalan sesuai program hanya dilakukan ketika akan mengikuti perlombaan saja. Biasanya dilakukan 3 bulan sebelum diadakannya perlombaan, yaitu 1 bulan program fisik, 1 bulan latihan teknik dasar, dan 1 bulan terakhir sparing dan pemantapan teknik dasar.

Di klub Porvit untuk pelatihnya juga sudah memiliki modifikasi latihan yang cukup menarik seperti halnya latihan secara perorang, masing-masing dan menggunakan media alat. Porsi latihan dan model latihan juga setiap latihan berbeda-beda, di klub Porvit ini latihan diadakan setiap hari Selasa, Kamis dan Jumat, pukul 16.00 - 18.00. Namun banyak sekali kendala pada pemain pra junior saat melakukan latihan teknik dasar bola voli ini. Dari hasil wawancara dengan Bapak Arifin beliau mengatakan bahwa untuk penguasaan teknik dasar secara penguasaan belum sepenuhnya sempurna, tentu sebagai pelatih akan terus memaksimalkan latihan dan akan selalu ada pembenaran disetiap kesalahan atlet agar tidak berlarut-larut.

Untuk hasil pengamatan juga terlihat anak saat latihan teknik dasar masih kurang sempurna dan hanya ada beberapa anak yang penguasaan teknik dasarnya sudah mumpuni dan bisa dikatakan cukup bagus. Apalagi ketika sudah mulai pertandingan pemain kurang memperhatikan teknik dasar yang benar dalam bolavoli namun seorang pemain lebih mengejar dan mengutamakan untuk mendapatkan point demi kemenangan tim mereka. Padahal sangat penting bagi seorang pemain untuk berlatih teknik dasar, karena teknik ini juga berhubungan dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Maka dari itu berdasarkan pertimbangan-pertimbangan diatas, pentingnya latihan teknik dasar pada anak pra junior. Serta belum pernah diadakannya penelitian tentang teknik dasar pada permainan bolavoli maka penulis melakukan

penelitian kepada pemain bolavoli putri pra junior untuk klub yang berada di Kabupaten Kudus dengan judul "Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus Tahun 2020".

METODE

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2015: 03). Agar tujuan penelitian sesuai dengan yang diharapkan dan mendapatkan hasil yang sesuai dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah. Peneliti harus menentukan metode dengan tepat dan sesuai. Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan survei tes.

Metode pengumpulan data ialah cara yang digunakan peneliti untuk menyimpulkan data. Metode pengumpulan data merupakan faktor penting dalam sebuah penelitian karena akan langsung berhubungan dengan data secara langsung yang telah diperoleh peneliti, untuk memperoleh data, peneliti menggunakan metode Observasi yaitu mengadakan pengamatan langsung terhadap objek yang akan diteliti untuk mendapatkan data yang dibutuhkan.

Survey teknik tes, yaitu tes yang sudah mencatumkan petunjuk, pelaksanaan, waktu yang dibutuhkan, bahan yang tercakup dan lain-lain (Suharsimi Arikunto, 2010: 267). Data-data yang diperoleh dari penelitian ini yaitu :

- a. Tes servis dengan mengukur kemampuan mengarahkan bola yang diservis sesuai dengan saran yang tepat yang terarah.
- b. Tes kecakapan *passing*, baik *passing* atas maupun *passing* bawah.
- c. Tes *smash* AAHPER.

Menurut Sutrisno Hadi (1981: 221) bahwa dalam suatu penelitian seorang peneliti dapat menggunakan dua jenis analisis yaitu Statistik dan non statistik. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah perhitungan statistik menggunakan analisis deskriptif prosentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dilaksanakan di kota Kudus memiliki 4 klub bolavoli yang sudah berkembang secara baik, namun peneliti hanya akan mengambil 2 klub yaitu berlian muda dan Porvit, dikarenakan 2 klub lainnya yaitu SWA dan Sukun tidak adanya

pembibitan untuk prayunior. 2 lokasi dilakukan untuk penelitian yaitu di klub bolavoli berlian muda yang berada Jl. Lingkar Utara, Ledok, Karangmalang, Kec. Gebog, Kabupaten Kudus dan dan klub bolavoli porvit yang berada di Jl. Gentong Kulon, Tanjunggemuk, Jetis Kapuan, Kec. Jati, Kabupaten Kudus.

Bersumber pada informasi yang telah diperoleh dari data hasil uji tes keterampilan dasar bolavoli putri prayunior dikabupaten kudus tahun 2020 lewat survei dengan menggunakan metode tes berikutnya dianalisis dengan menggunakan deskriptif presentase. Analisi ini memiliki tujuan memberikan penjelasan terkait teknik dasar pada masing-masing klub bola voli.

Tabel 3. Teknik Dasar Bola voli Berlian Muda

Interval Presentase	Kategori	Pemain	Presentase
81% - 100%	Baik Sekali	0	0%
61% - 80%	Baik	0	0%
41% - 60%	Sedang	12	85.71%
21% - 40%	Kurang	1	7.14%
0% - 20%	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah		14	100%

Berdasarkan penggambaran pada tabel diatas maka dapat dilihat bahwa kemampuan teknik dasar bolavoli prayunior putri pada Klub Bermain Muda yang mencapai kategori baik sekali sebanyak 0 pemain atau sebesar 0%, sedangkan kategori baik mencapai sebanyak 0 pemain atau sebesar 0%, kategori sedang mendapatkan 12 pemain atau sebesar 85,71% lalu untuk kategori kurang mencapai sebanyak 1 pemain atau sebesar 7,14% dan yang terakhir kategori kurang sekali mencapai 0 pemain atau sebesar 0%. Untuk penjelasan lebih detail dapat dilihat pada grafik **gambar 1**:



Dapat dilihat grafik **gambar 1** dari hasil tes kemampuan pada servis, sebanyak 14 pemain yang telah memperoleh data untuk kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 42,85%, lalu kategori kurang sebanyak 42,85%, sedangkan kategori

kurang sekali sebanyak 14,28%. Demikian dari analisis seluruh pemain pada klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus masih dikategorikan kurang mampu dalam penguasaan teknik servis dengan baik. Hal ini menunjukkan pada beberapa faktor antara lain : pemain masih kurang aktif, kurang memiliki keseriusan untuk berlatih dan kurang mendalami pada saat latihan teknik dasar servis.

Passing bawah ialah gerakan yang sangat penting sebab umumnya pemain melakukan receive (menerima) bola akan lebih sempurna bila memakai passing bawah. Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat dari gambaran bahwa pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik 0%, dan kategori sedang 64,28%, kategori kurang 35,71% dan kategori kurang sekali 0%. Berdasarkan pada analisis tersebut dapat dikatakan bahwa kemampuan teknik *passing bawah* dapat melakukan dengan cukup baik ataupun rata-rata memiliki kemampuan sedang sedang hal ini menunjukkan beberapa faktor yang menyebabkan pada pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit posisi badan kurang condong kedepan lebih kearah agak sedikit tegak, posisi pergerakan kaki kurang lincah.

Dapat dilihat dari hasil tes kemampuan pada *passing atas* , sebanyak 14 pemain Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat dari gambaran bahwa pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik 7,14%, dan kategori sedang 42,85%, kategori kurang 50% dan kategori kurang sekali 0. Berdasarkan pada analisis tersebut dapat dikatakan bahwa kemampuan teknik *passing bawah* dapat melakukan dengan kurang maksimal hal ini menunjukkan beberapa faktor yang menyebabkan pada pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus ialah para pemain pada saat penguasaan bola masih kurang bagus, posisi kaki dan posisi badan sama saat melakukan passing bawah namun masih belum kuat. pantulan bola didorong dengan telapak jari terkadang beberapa kali melesat dan terjatuh dan padangan sesuai arah bola yang menghampiri.

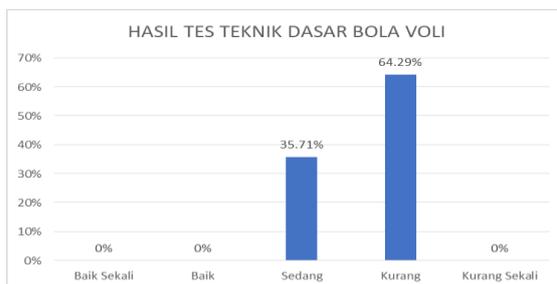
Seorang pemain bola voli harus mampu menguasai keseluruhan teknik dengan baik, salah satunya adalah *smash*. Karena *smash* salah satu teknik yang harus dikuasai dalam suatu tim bolavoli. Selain itu, *smash* juga merupakan salah satu serangan untuk mendapatkan poin. Dapat dilihat dari hasil

tes kemampuan pada *smash*, sebanyak 14 pemain yang telah memperoleh data untuk kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 21,64%, lalu kategori kurang sebanyak 64,28%, sedangkan kategori kurang sekali sebanyak 14,28%. Pada penggambaran analisis tersebut, ada beberapa faktor yang menyebabkan pemain pada klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus masih dikategorikan kurang dalam penguasaan teknik dasar *smash*, langkah kaki kurang aktif dan kurang cepat. Penggambaran dari hasil tes teknik dasar bolavoli pada klub Porvit prayunior putri kudus Tahun 2020 dapat dilihat dari table berikut ini.

Tabel 4 Teknik Dasar Bola voli Berlian Muda.

Interval Presentase	Kategori	Pemain	Presentase
81% - 100%	Baik Sekali	0	0%
61% - 80%	Baik	0	0%
41% - 60%	Sedang	5	35.71%
21% - 40%	Kurang	9	64.29%
0% - 20%	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah		14	100%

Berdasarkan penggambaran pada tabel diatas maka dapat dilihat bahwa kemampuan teknik dasar bolavoli prayunior putri pada Klub Porvit yang mencapai kategori baik sekali sebanyak 0 pemain atau sebesar 0%, sedangkan kategori baik mencapai sebanyak 0 pemain atau sebesar 0%, kategori sedang mendapatkan 5 pemain atau sebesar 35,71% lalu untuk kategori kurang mencapai sebanyak 9 pemain atau sebesar 64% dan yang terakhir kategori kurang sekali mencapai 0 pemain atau sebesar 0%. Untuk penjelasan lebih detail dapat dilihat pada grafik **gambar 2**:



Dapat dilihat dari grafik **gambar 2** hasil tes kemampuan pada servis, sebanyak 14 pemain yang telah memperoleh data untuk kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 42,85%, lalu kategori kurang sebanyak 42,85%, sedangkan kategori kurang sekali sebanyak 14,28%. Demikian dari

analisis seluruh pemain pada klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus masih dikategorikan kurang mampu dalam penguasaan teknik servis dengan baik. Hal ini menunjukkan pada beberapa faktor antara lain : pemain masih kurang aktif, kurang memiliki keseriusan untuk berlatih dan kurang mendalami pada saat latihan teknik dasar servis.

Passing bawah ialah gerakan yang sangat penting sebab umumnya pemain melakukan receive (menerima) bola akan lebih sempurna bila memakai passing bawah. Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat dari gambaran bahwa pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik 0%, dan kategori sedang 64,28%, kategori kurang 35,71% dan kategori kurang sekali 0%. Berdasarkan pada analisis tersebut dapat dikatakan bahwa kemampuan teknik *passing bawah* dapat melakukan dengan cukup baik ataupun rata-rata memiliki kemampuan sedang sedang hal ini menunjukkan beberapa faktor yang menyebabkan pada pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit posisi badan kurang condong kedepan lebih kearah agak sedikit tegak, posisi pergerakan kaki kurang lincah.

Dapat dilihat dari hasil tes kemampuan pada *passing atas* , sebanyak 14 pemain Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat dari gambaran bahwa pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik 7,14%, dan kategori sedang 42,85%, kategori kurang 50% dan kategori kurang sekali 0. Berdasarkan pada analisis tersebut dapat dikatakan bahwa kemampuan teknik *passing bawah* dapat melakukan dengan kurang maksimal hal ini menunjukkan beberapa faktor yang menyebabkan pada pemain klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus ialah para pemain pada saat penguasaan bola masih kurang bagus, posisi kaki dan posisi badan sama saat melakukan passing bawah namun masih belum kuat. pantulan bola didorong dengan telapak jari terkadang beberapa kali melesat dan terjatuh dan padangan sesuai arah bola yang menghampiri.

Seorang pemain bola voli harus mampu menguasai keseluruhan teknik dengan baik, salah satunya adalah *smash*. Karena *smash* salah satu teknik yang harus dikuasai dalam suatu tim bolavoli. Selain itu, *smash* juga merupakan salah satu serangan untuk mendapatkan poin. Dapat dilihat dari hasil tes kemampuan pada *smash*, sebanyak 14

pemain yang telah memperoleh data untuk kategori baik sekali sebanyak 0%, kategori baik sebanyak 0%, kategori sedang sebanyak 21,64%, lalu kategori kurang sebanyak 64,28%, sedangkan kategori kurang sekali sebanyak 14,28%. Pada penggambaran analisis tersebut, ada beberapa faktor yang menyebabkan pemain pada klub bolavoli prayunior putri Porvit Kudus masih dikategorikan kurang dalam penguasaan teknik dasar *smash*, langkah kaki kurang aktif dan kurang cepat

Dapat dilihat dari hasil tes kemampuan pada Penelitian ini merupakan penelitian survey dengan Deskriptif Presentase tentang kemampuan teknik dasar bolavoli pada bolavoli prayunior putri pada klub bolavoli Porvit dan klub bolavoli Berlian Muda Kudus. Setelah semua pemain telah melakukan semua tes kemampuan teknik dasar bolavoli. Selanjutnya peneliti mengambil, mengolah data, dan mempersentasikan semua hasil tes yang telah dilaksanakan. Objek utama dari penelitian ini adalah kemampuan teknik dasar bolavoli prayunior putri pada klub bolavoli Porvit maupun Berlian Muda. Suharno HP (1982:12) telah mengemukakan bahwa bermain bolavoli secara baik dan berprestasi sangat memerlukan penguasaan teknik-teknik dasar yang sangat baik.

Teknik dasar merupakan proses melahirkan serta pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menuntaskan tugas yang pasti dalam permainan bolavoli. Teknik dasar adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal (M. Yunus, 1992:68).

Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa teknik dasar bolavoli prayunior putri klub Berlian Muda mendapat kategori sedang. Passing atas mendapat aspek teknik bolavoli terbaik, seperti yang telah dikemukakan oleh Durr Wacher (1986 : 3) bahwa setiap pemain dalam satu tim harus benar-benar menguasai teknik *passing* atas dengan baik karena *passing* atas merupakan proses gerak yang sangat tidak lazim. Penguasaan dasar *passing* atas dalam permainan bolavoli juga termasuk hal yang sangat penting dan harus dikuasai dengan baik karena keberhasilan suatu regu dalam pertandingan banyak ditentukan oleh *passing* salah satunya yaitu *passing* atas, selain itu juga *passing* atas sangat diperlukan dalam taktik sehingga permainan bolavoli lebih bervariasi dan berwarna. Selanjutnya Durrwacher (1986 : 12) mengatakan bahwa *passing* atas merupakan unsur terpenting dalam permainan bola voli, banyak perincian gerak yang perlu diperhatikan sebelum pemain melakukan teknik *passing* atas dengan betul. Pada

passing atas yang harus dilakukan oleh pemain pada saat melakukan mengandalkan posisi tangan tepat berada diatas sedikit didepan dahi, lalu lengan diluruskan dan mendorong bola dan ibu jari-jari ditegakkan dan diikuti pergelangan tangan agar bola memantul dengan baik.

Aspek teknik bolavoli yang mendapat kategori terendah adalah *servis*, hal itu disebabkan dari faktor kekuatan lengan tangan, semakin kuat otot lengan tangan semakin baik pula dan semakin kuat servis yang dihasilkan, walaupun faktor yang lain juga bisa berpengaruh yaitu saat melemparkan bola, bola tidak dibelakang bahu sehingga lengan kesulitan untuk memukul bola. Kemudian teknik servis merupakan teknik yang sulit karena harus memiliki kondisi fisik yang baik dan koordinasi yang baik juga. Terbukti saat melakukan tes servis masih banyak pemain yang saat melakukan servis masih tersangkut di net. Ini dikarenakan intensitas latihan servis nya belum terlalu ditekankan seperti *passing* atas dan *passing* bawah. Oleh karena itu, rata-rata kategori nilai rendah didapatkan oleh pemain saat tes servis.

Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa teknik dasar bolavoli prayunior putri klub Porvit mendapat kategori baik adalah *passing* bawah. *Passing* bawah mendapat aspek teknik bolavoli terbaik dikarenakan *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar bolavoli yang paling mudah untuk dikuasai dibandingkan dengan teknik dasar yang lainnya, pada saat melakukan *passing* bawah cukuplah mudah, mengandalkan posisi pada saat perkenaan tangan harus rileks dengan sasaran ketepatan pada pergelangan tangan, dan posisi dari pergerakan kaki tidaklah terlalu sulit, maka tidak heran jika para pemain dengan mudahnya mampu menguasai teknik ini.

Aspek teknik bolavoli yang mendapat kategori terendah adalah *smash*, hal itu disebabkan dari faktor tinggi badan / postur tubuh pemain. Semakin tinggi postur badan kamu makan semakin mudah saat kamu melakukan pukulan *smash*. Namun tidak menutup kemungkinan faktor lain juga mampu menentukannya, misalnya jika seorang pemain memiliki postur badan yang pendek tapi dia memiliki pukulan *smash* yang baik itu dikarenakan dia tau da menguasai teknik *smash* yang baik. Kemudian teknik *smash* juga dikategorikan teknik yang sulit, karena harus memiliki kondisi badan yang baik dan juga koordinasi yang baik pula..

Selain itu latihan smash juga belum ditekankan seperti saat latihan *passing* atas *passing* bawah, Oleh karena itu, rata-rata kategori nilai rendah didapatkan oleh pemain saat tes servis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan dilakukan analisis data diatas mengenai teknik dasar bolavoli prayunior putri kodus tahun 2020 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

Tingkat kemampuan teknik dasar bolavoli pada klub Berlian Muda Kudus tahun 2020 persentase terbesar dari masing-masing aspek adalah untuk servis 42,85% termasuk kategori sedang, *passing* bawah 92,85% termasuk kategori baik, *passing* atas termasuk kategori baik dan smash 42,82% termasuk kategori sedang dan kurang.

Tingkat kemampuan teknik dasar bolavoli pada klub Porvit Kudus tahun 2020 persentase terbesar dari masing-masing aspek adalah untuk servis 42,85% termasuk kategori sedang dan kurang, *passing* bawah 64,28% termasuk kategori sedang, *passing* atas 50% termasuk kategori kurang dan smash 64,28% termasuk kategori kurang

REFERENSI

- Ahmad Nuril. 2007. Panduan Olahraga Bola Voli. Solo : Era Pustaka Utama
- Edi Irwanto. 2017. Pengaruh Metode Resiprokal Dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, Vol. 6, No. 1, Juni 2017
- Iwan Kristianto. 2003. *Pendidikan Jasmani*. Yudistira. Surakarta

- M. Yunus. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : Dirjen Dikti Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan
- Siswanto, H. (2012). *Peningkatan Keterampilan Smash Permainan Bola Voli Melalui Metode Resiprokal*. 2.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Ninik Supriyati. (2015). *Metode Penelitian Gabungan (Mixed Methods)*. 1–24.
- Suharno, H. P. 1981. *Metodik Dan Melatih Bola Voli*. Yogyakarta
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi V*. Jakarta: Pt Rineka Cipta
- Winarno, M.E. Dkk. 2013. *Teknik Dasar Bermain Bolavoli*. Malang : Universitas Negeri Malang
- Sajoto, M. (1995). *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olah Raga*. Dahara Prize.
- Dieter, Beutelstahl. 2007. *Belajar Bermain Bola Volley*, Bandung : Cv. Pionir Jaya
- Herry Koesyanto. 2004. *Belajar Bermain Bola Voli*. Semarang :Fik Unnes
- Rusli Lutan. (2000). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta Depdikbud
- M.Sajoto. 1995. *Peningkatan Dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta : Dahara Prize.
- Suhendro, Andi. (1999). *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Cetakan Ketiga. Jakarta : Universitas Terbuka. Departemem P&K.
- Syaleh, M. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Lempar Pukul Bola Kertas Pada Siswa Kelas Vii Smp. *Jurnal Prestasi*.
<https://doi.org/10.24114/Jp.V1i1.6494>.