

**ANALISIS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI PADA
MAHASISWA PRODI PENDIDIKAN JASMANI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MAHKARYA ACEH**

Amrizal¹, Arda Tonara², Ashari Efendi³, Zainal Abidin⁴

Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

Alamat: Jalan Gayo Simpang IV Bireun Nomor: 2 Aceh

ABSTRACT

Keywords:
Basic Technical,
Skills, Volleyball
Game.

This study entitled “Analysis of Basic Technical Skills in Volleyball Games Among Students of the Physical Education Study Program at Muhammadiyah Mahakarya Aceh University” aims to determine the level of volleyball playing skills of students in the Physical Education Study Program at Muhammadiyah Mahakarya Aceh University. This research employed a descriptive method. The population of this study consisted of all fourth-semester students of the Physical Education Study Program at Muhammadiyah Mahakarya Aceh University, totaling 23 students. The instrument used in this study was a basic volleyball skills test, which included three test items: (1) service test, (2) passing test, and (3) smash test. Data were analyzed using percentage techniques. The results of data analysis showed that the average score of volleyball playing skills among all fourth-semester students of the Physical Education Study Program at Muhammadiyah Mahakarya Aceh University was 52.13%, which fell into the good category. Meanwhile, 29.25% of students were classified in the very good category, and 18.62% were in the moderate category. These results indicate that most students' volleyball techniques are still not optimal; therefore, further efforts are needed to improve their skills in order to achieve optimal performance in volleyball.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.



Corresponding Author:

Amrizal

Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

Email: amrizalummah@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan nasional yang bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, melalui pendidikan jasmani, mental, emosional, sosial, serta pola hidup sehat dengan wahana aktivitas jasmani. Olahraga sangat berperan dalam meningkatkan kesehatan bagi para pekerja, baik yang bekerja pada pemerintahan maupun swasta. Pemeliharaan tubuh sangat perlu diperhatikan, karena kondisi fisik sangat mempengaruhi aktivitas olahraga. Dengan demikian kondisi yang seger akan membawa dampak yang positif terhadap kegairahan kerja dan berolahraga serta peningkatan kualitas hidup seseorang.

Olahraga mempunyai peranan yang penting dalam kehidupan manusia. Melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani, rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin, sportifitas yang tinggi sehingga pada akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas. Suatu kenyataan yang bisa diamati dalam dunia olahraga, menunjukkan kecenderungan adanya peningkatan prestasi olahraga yang pesat dari waktu ke waktu baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional.

Hal ini dapat dilihat dari pemecahan- pemecahan rekor yang terus dilakukan pada cabang olahraga tertentu, penampilan teknik yang efektif dan efisien dengan ditunjang oleh kondisi fisik yang baik. Dengan adanya kecenderungan prestasi yang meningkat, maka untuk berpartisipasi dan bersaing antar atlet dalam kegiatan olahraga prestasi harus

dikembangkan kualitas fisik, teknik, psikologi dan sosial yang dituntut oleh cabang olahraga tertentu. Oleh karena itu melalui pengembangan dan pembinaan di masyarakat, olahraga wajib diajarkan di sekolah-sekolah dari sekolah tingkat dasar, sekolah tingkat pertama sampai dengan sekolah tingkat menengah.

Sedangkan upaya untuk meningkatkan kinerja dalam bidang olahraga sebagai sarana yang ingin dicapai dalam pengembangan dan pembinaan olahraga di Indonesia akan membutuhkan waktu dan proses pembinaan yang lama. Usaha untuk mencapai kemampuan yang diinginkan membutuhkan perhitungan secara masak dengan suatu usaha pembinaan dan pembibitan secara dini serta melalui pendidikan dengan ilmu pengetahuan dan teknologi yang terkait. Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani serta ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat. Menurut Sanjoto bahwa untuk mencapai suatu prestasi dalam olahraga merupakan usaha benar-benar harus diperhitungkan secara masak dengan suatu usaha pembinaan melalui suatu pembibitan secara dini, serta peningkatan melalui pendekatan ilmiah terhadap ilmu ilmu yang terkait (1995:2).

Bola voli merupakan Olahraga yang mempunyai suatu organisasi FIVB (Federation Internationale de Volleyball) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia di naungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia). Merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda tentang jumlah pemain, jenis/ukuran lapangan, angka kemenangan yang digunakan, untuk keperluan tertentu. Namun pada hakikatnya permainan bola voli bermaksud menyebar luaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminati. Permainan bola voli cukup dikenal di Indonesia. Bola voli dimainkan oleh dua regu yang tiap regu terdiri dari enam pemain, tiap regu berusaha menempatkan bola di daerah lawan agar mendapatkan angka (point).

Tujuan dari permainan adalah melewatkkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan block). Yunus (19992:62) juga mengemukakan bahwa permainan bola voli juga merupakan permainan tempo cepat sehingga waktu untuk bemain sangat terbatas apabila tidak di sesuai dengan teknik dasar yang sempurna, akan dimungkinkan kesalahan yang lebih besar .

Penguasaan teknik dasar sangat diperlukan dalam keterampilan bermain bola voli sehingga dapat di lakukan dengan baik, latihan teratur akan meningkatkan kemampuan seseorang untuk menjadi atlet profesional. Teknik dasar bola voli diantaranya servis, passing atas, passing bawah dan smesh Dalam olahraga bola voli membutuhkan disiplin, teknik ini mempunyai bentuk idealnya sendiri dengan bentuk norma gerakan yang karakteristik. Tetapi bentuk ideal ini dapat kita modifikasi sendiri sesuai dengan kebutuhan masing-masing gerakan yang diperlukan.

Kajian Teoritis

Permainan Bola Voli

Permainan bola voli pertama kali diciptakan oleh william G. Morgan pada tahun 1885, dia salah seorang pembina pendidikan jasmani pada Young Men Cristian Association (YMCA) di kota Helyoke, Amerika Serikat. Permainan ini mula-mula hanya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan rekreasi di lapangan tertutup (*indoor*), yang dapat dimainkan bersama-sama oleh sejumlah orang yang cukup besar.

Selain dari pada itu, William G. Morgan juga terpengaruh oleh kemajuan dan popularitas yang didapatkan dari permainan bola basket. Yang maksudnya dapat memberikan kegembiraan kepada orang banyak. Untuk itu ia memilih cara memukul-

mukul bola diudara hilir mudik melewati atas jaring yang dibentangkan menegak dan membagi lapangan menjadi dua bagian yang sama luasnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Husni (1990:98) yaitu : "William G. Morgan menciptakan permainan di udara dengan cara pukul memukul, melewati jaring yang dibentangkan dengan lapangan yang sama luasnya. Bola yang pertama sekali dipergunakan adalah bola basket sedangkan net yang dipergunakan dari olahraga tenis".

Ada lima macam cara bersentuhan dengan bola voli sehingga timbul enam jenis teknik dasar, Beutelsthal (1984:9) mengatakan : teknik dasar tersebut adalah *servis*, *the dig*, *smash* atau *spike*, *block*, dan *defence*. Selanjutnya penulis akan menjelaskan keenam jenis teknik dasar tersebut dengan pelaksanaannya sebagai berikut:

1. *Underarm Service* (Servis Lengan Bawah)

Menurut Amung Ma'mun & Toto Subroto, (2001:65) servis bawah dilakukan dengan awalan bola berada di tangan yang tidak memukul bola. tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah. Pemain tangan kanan memegang bola dengan tangan kiri, lengan dijulurkan ke depan. Server berdiri menghadap net, kaki kiri di depan kaki kanan, berat badan ditempatkan pada kaki sebelah belakang. Lengan digerakkan ke belakang dan ke atas, diayunkan ke bawah dari belakang ke depan dan memukul bola yang telah dilemparkan rendah-rendah. Sementara itu berat badan dipindahkan ke kaki sebelah depan. Bola dipukul dengan telapak tangan terbuka, pergelangan tangan sekaku mungkin dan lengan terus mengikuti arah bola.

2. *Floating Service* (Servis Layang)

Floating service dimaksudkan jenis servis yang tidak mengandung spin. Bola seakan-akan melayang, tanpa berputar sama sekali. Servis ini cukup efektif, karena arah lajunya bola tidak menentu. Bola itu bervariasi dan melayang, kadang-kadang berubah arah, vertikal atau horizontal. Pada horizontal bola itu melayang menyimpang dari arah sebenarnya, lebih ke kanan atau lebih ke kiri. Penyimpangan ini disebabkan oleh pergerakan udara di sekeliling bola itu, sehingga mempersulit penerima servis tersebut.

3. *Passing The Dig* (Operan Bola)

Istilah *the dig* ini dimaksudkan penerimaan bola dengan gaya menggali. Servis telah berkembang dengan pesat sekali, dipergunakan untuk menyerang dan memegang inisiatif pertandingan. Karena itu penerimaan servis harus dapat mengimbangi servis tersebut, sedemikian sehingga penerimaan servis inilah yang akan menentukan jalannya pertandingan. Kalau penerimaan itu salah maka kemungkinan besar angka berikutnya akan diraih oleh lawan. Untuk selanjutnya dipergunakan istilah "*dig*" untuk penerimaan bola seperti penulis jelaskan di bawah ini. *Dig* seperti ini merupakan satu-satunya menerima servis yang sulit karena dengan cara ini kita masih berkesempatan mengarahkan bola semau kita.

4. *Smash* atau *Spike*

Permainan bola voli memiliki seni tersendiri, sama seperti sepakbola atau *handball* mendambakan goal-goal yang spektakuler, demikian juga para pecandu bola voli mendambakan smash-smash yang gemilang. Pemain bola voli dalam menenangkan pertandingan diharuskan menguasai *smash*. *Smash* merupakan suatu keahlian yang esensial, cara yang mudah untuk memenangkan angka. Seorang pemain yang pandai *smash*, atau dengan istilah sendiri sering disebut "*smasher*" harus memiliki kegesitan, pandai melompat dan mempunyai kemampuan memukul bola sekeras mungkin. Pemain yang memiliki keahlian ini dapat digolongkan pemain penyerang baik.

5. *Block* (Pertahanan)

Menang atau kalahnya pada pertandingan bola voli sesungguhnya tergantung pada baik tidaknya basic skillnya pemain itu sendiri. Sesungguhnya pertahanan juga sangat

tergantung pada posisi *block* dan memperhatikan kemampuan lawan dengan tekun dan teliti. Untuk membentuk *block* yang baik, pemain harus dapat menaksir jatuhnya bola atau meramalkan kemana kira-kira lawan memukul bola. Pemain dengan tipe *block* dua orang atau *block* tiga orang harus selalu menghadap net, mereka harus membentuk *block* dengan melangkah kesisi, masing-masing bersedia melakukan *take off* pada saat yang bersamaan. Setiap pemain yang bergerak maju untuk membentuk *block* harus berhenti dahulu sebelum ia *take off*. Kalau pemain yang membentuk *block* masih terlalu jauh dari pemimpin *block* waktu *take off* sudah dimulai maka sebaiknya ia melakukan *take off* dari tempat berdiri dengan kedua lengan dijulurkan ke arah pemimpin *block* sewaktu ia sedang melompat.

METODE

Presedur Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dijelaskan maka penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif, dimana suatu penelitian yang berusaha menggambarkan dan menafsirkan suatu data-data, peristiwa-peristiwa dan kejadian serta gejala (fenomena) yang ada pada masa sekarang. Hal ini didasarkan atas pendapat Nazir (1983:63) “Penelitian deskriptif bertujuan untuk membuat deskriptif masalah-masalah dalam masyarakat serta tata cara yang dilakukan dalam masyarakat, serta situasi-situasi tertentu termasuk tentang hubungan kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh-pengaruh dari fenomena-fenomena tertentu”.

Populasi Penelitian

Berdasarkan data pengamatan subjek yang ada, kemudian diadakan penelitian untuk mencari faktor-faktor yang menjadi penyebab timbulnya permasalahan melalui pengumpulan data. Menurut Arikunto (1991: 41) bahwa: “rancangan penelitian atau desain penelitian adalah rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai ancang-ancang kegiatan yang akan dilaksanakan” Jadi rancangan di dalam penelitian ini yaitu mengukur keterampilan dasar permainan bola voli pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh dan sempel seluruh mahasiswa semester empat yang berjumlah 23 orang. Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam pelaksanaan penelitian ini dengan menggunakan (1) Tes servis (2) Tes Pass/Umpang (3) Tes Smash (Serangan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil tes mahasiswa semester IV Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh melalui dengan tes keterampilan dan survei, diperoleh data tentang keterampilan teknik dasar bermain voli. Semua data yang terkumpul dilakukan analisis data dengan perhitungan statistik secara deskriptif.

Tabel.1 frekuensi keterampilan teknik dasar permainan bola voli mahasiswa semester IV Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

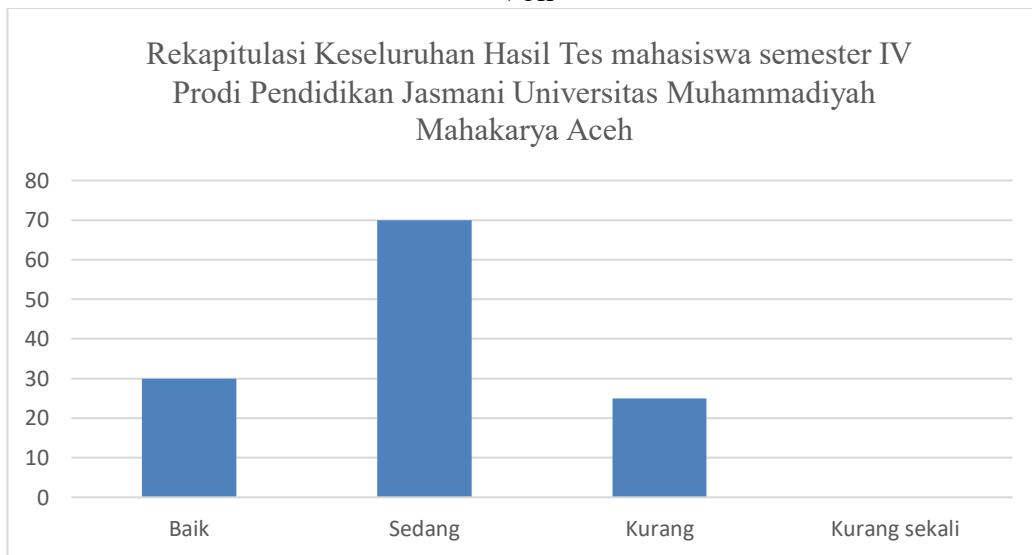
No	Interval	Katagori	Frekuensi	Persentase
1	86%-100%	Baik Sekali	0	0%
2	69%-85%	Baik	7	29,25 %
3	52%-62%	Sedang	11	52,13%
4	35%-51%	Kurang	5	18,62 %
5	1%-34%	Kurang Sekali	0	0%

Jumlah	23	100%
--------	----	------

Sumber: Data diolah oleh penuis, 2025

Dari deskripsi tabel di atas bahwa untuk tes keterampilan tenik dasar mahasiswa semester IV Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh yang meliputi tes passing bawah tes passing atas, tes servis bawah, tes servis atas, tes smash, dengan jumlah keseluruhan berjumlah, 7 orang sampel berada dalam kategori "Baik Sekali" dengan perolehan nilai sebesar 29,25%, 11 orang sampel berada dalam kategori "Baik" dengan perolehan nilai sebesar 52,13%, kemudian 5 orang sampel berada dalam kategori "Sedang" dengan perolehan nilai sebesar 18,62%, 0 orang sampel berada dalam kategori "Kurang" dengan perolehan nilai sebesar 0,00%, dan 0 orang sampel berada dalam ikategori "Kurang Sekali" dengan perolehan nilai sebesar 0,00%

Tabel frekuensi Rekapitulasi Keseluruhan Hasil Tes Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli



Sumber: Data diolah oleh penuis, 2025

Hasil penelitian dan pengolahan data, telah di dapat nilai rata-rata Kemampuan dasar permainan bola voli pada mahasiswa sebesar 52,13% termasuk dalam kategori cukup. Dari hasil yang telah di dapat tersebut telah jelas terlihat bagaimana Kemampuan dasar permainan bola voli mahasiswa semester IV Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh dalam melakukan permainan bola voli. Jadi untuk mencapai prestasi yang baik dalam cabang olahraga bola voli harus memiliki faktor bakat, skill serta kemampuan jasmani yang sesuai dengan kriteria atlet cabang olahraga bola voli.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada mahasiswa semester IV Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, dapat disimpulkan bahwa secara umum tingkat keterampilan bermain bola voli mahasiswa berada pada kategori baik dengan nilai rata-rata sebesar 52,13%. Meskipun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan adanya variasi tingkat keterampilan antar mahasiswa, di mana sebesar 29,25% mahasiswa berada pada kategori baik sekali, 52,13% berada pada kategori baik, dan 18,62% masih berada pada kategori sedang.

Temuan ini mengindikasikan bahwa penguasaan teknik dasar bola voli, seperti servis, passing, dan smash, belum sepenuhnya merata dan optimal pada seluruh mahasiswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian mahasiswa yang memerlukan peningkatan keterampilan teknik dasar agar mampu mencapai performa yang lebih maksimal. Mengingat mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani diharapkan memiliki kompetensi praktis yang baik sebagai calon pendidik dan pelatih olahraga, maka penguasaan teknik dasar bola voli menjadi aspek yang sangat penting. Oleh karena itu, diperlukan pembinaan yang berkelanjutan dan evaluasi secara sistematis untuk meningkatkan kualitas keterampilan bermain bola voli mahasiswa secara menyeluruh.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, beberapa saran dapat diajukan. Pertama, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar bola voli melalui latihan yang rutin, terprogram, dan berkesinambungan, baik dalam kegiatan perkuliahan maupun di luar jam akademik. Latihan yang menekankan pada ketepatan teknik dan pengulangan gerakan diharapkan dapat membantu mahasiswa mencapai penguasaan keterampilan yang lebih baik. Kedua, dosen atau pengampu mata kuliah bola voli disarankan untuk menerapkan metode pembelajaran yang lebih variatif dan efektif, dengan memberikan porsi latihan yang lebih besar pada teknik dasar serta disertai dengan umpan balik yang konstruktif. Ketiga, pihak universitas diharapkan dapat menyediakan dan meningkatkan sarana serta prasarana olahraga yang memadai guna mendukung proses pembelajaran dan latihan bola voli secara optimal.

Terakhir, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan metode penelitian yang berbeda, atau mengkaji faktor lain seperti kondisi fisik, motivasi, dan intensitas latihan yang berpengaruh terhadap keterampilan permainan bola voli. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dalam pengembangan pembelajaran olahraga, khususnya bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Dahrial, D. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bolavoli Universitas Islam Indragiri.Jurnal Olahraga Indragiri
- Dieter, B. (2003). Belajar Bermain Bola Voli. Jakarta: PT. PoinirJaya.
- Abdullah, Arma (1985). Olahraga untuk Pelatih, Pembinaan dan Pengemar. Penerbit PT. Sastra Hudaya, Jakarta
- Aim Abdulkarim. 2003. PPKn 2 untuk SMP Kelas VIII. Bandung : Grasindo
- Akbari, H. (2013). Pengaruh latihan skipping terhadap hasil peningkatan lompatan block pada permainan bolavoli (Studi pada atlet Bolavoli Putera Universitas Negeri Surabaya).Jurnal Kesehatan Olahraga
- Andreas Priyono.2000. Pengumpulan Data Penelitian Tindakan Kelas: Buletin MAW Jawa Tengah. Semarang : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kanwil Depdikbud Propinsi Jawa Tengah.
- Andreas, Priyono. 1999. Penulisan Proposal Penelitian Clasroom Base Action Research. Semarang : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Kanwil Depdikbud Propinsi Jawa Tengah.
- Arfianto, D.(2010). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra

- Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma/Smk/Ma Se Kecamatan Sukorejo Kab. Kendal tahun ajaran 2010/2011. Under Graduates thesis, Universitas Negeri Semarang.
- Beutelstahl*, Dieter. (1984). Belajar Bermain. Jakarta: Ditjen Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional (2003). Standar Kompetensi, Jakarta.
- Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah (2003).Penemuan Manajemen Pelaksanaan Kurikulum Berbasis Kompetensi.
- Echols*, John M. dan Hassan *Shadily*. 2003. Kamus Inggris-Indonesia. Penerbit, Gramedia Pustaka Utama (GPU).
- Fitriansyah, T., & Mansur, M. (2019). Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Alat Terhadap Kemampuan Teknik Passing Bawah Klub Bola Voli Yuso Gunadarma Yogyakarta.Pend. Kepelatihan Olahraga
- Hadi (1989). Metoda Statistika. Jakarta.
- Heri, J., Supriatna, E., & Purnomo, E. (2016). Survey Keterampilan Tehnik Dasar Bola Voli Pada Siswa Putra yang Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 4 Pontianak.Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa,
- Kosasih, Engkos. 1985. Olahraga: Teknik & Program Latihan. Jakarta: Akademika Presindo.
- Moeloek, D (1983). Dasar Fisiologi dan Kesegaran Fisik. Fakultas Kedokteran Indonesia, Jakarta.
- uharno HP. (1985). Metodik Melatih Permainan Bola Volley. Yogyakarta: IKIP. Yogyakarta.Sukowijoyono, D. (2021). Analisis Keterampilan Passing Bawah Pada Pemain Bola Voli Putra Club Lapgas Kota Jambi.Jurnal Score,1(2), 15-20.