



Volume 4, Nomor 2, Juni 2024

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/IPKM>

E-ISSN: 2774-3055

Penyuluhan Teknik Permainan Bola Voli Pada Pemain Pemula Klub Sparta

Hasbunallah¹, Benny Badaru², Muhammad Kamal³, Agus Sutriawan⁴, Muhammad Akbar Syafruddin⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Makassar

Email: hasbunallah@unm.ac.id

ABSTRAK INDONESIA

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di lapangan Bolavoli Kabupaten Gowa. Peserta berjumlah 30 atlet. Peserta sangat antusias untuk mengikuti materi penyuluhan. Sebelum praktek diberikan, peserta diberikan materi tentang teknik permainan bolavoli dasar yang sangat bermanfaat bagi masyarakat selain itu teknik dasar permainan bolavoli dan juga latihan Komponen teknik dasar permainan bolavoli dapat meningkat. Metode yang digunakan adalah dengan bentuk kegiatan dalam pelatihan olahraga bolavoli ini dengan menggunakan pendekatan langsung, demonstrasi, diskusi, praktek dan evaluasi terhadap serapan dari atlet yang ikut langsung di lokasi yaitu di lapangan bolavoli, dengan teori dan langsung praktek di lapangan. Pelatihan ini diberikan supaya peserta mengetahui dan memahami tentang penerapan latihan teknik dasar permainan bolavoli dalam peningkatan permainan bolavoli dengan benar, sehingga dapat menunjang pencapaian prestasi bolavoli yang optimal. Materi yang saya sampaikan pada kegiatan ini adalah mengenai teknik dasar permainan olahraga bolavoli dan program latihan praktek teknik dasar untuk menunjang kemampuan permainan bolavoli.

Kata kunci: Penyuluhan, Permainan Bola Voli Pemula

ABSTRACT ENGLISH

The aim of this community service activity is to provide an understanding of playing This service activity was carried out at the Bolavoli field, Gowa Regency. Participants totaled 30 athletes. Participants were very enthusiastic to follow the counseling material. Before the practice is given, participants are given material about basic volleyball game techniques which are very beneficial for the community besides the basic techniques of the game of volleyball and also training components of the basic techniques of the game of volleyball can increase. The method used is the form of activities in this volleyball sports training using a direct approach, demonstration, discussion, practice and evaluation of the uptake of athletes who participate directly at the location, namely on the volleyball court, with theory and direct practice in the field. This training is given so that participants know and understand about the application of basic techniques of bolavoli game training in improving the game of bolavoli correctly, so that it can support the achievement of optimal bolavoli achievement. The material that I conveyed in this activity was about the basic techniques of bolavoli sports games and basic technique practice training programs to support the ability to play bolavoli.

Keywords : Counseling, Beginner Bolavoli Game.

PENDAHULUAN

Tujuan yang utama dimana olahraga sebagai alat pendidikan, seperti halnya permainan bola voli yang sudah masuk dalam mata kuliah dan pembinaan prestasi yang ada didalam Universitas Negeri Makassar, yang sering kali dimanfaatkan mahasiswa dalam mempertahankan kondisi fisik yang baik dan meningkatkan prestasi dalam bidang permainan bola voli melalui latihan rutin yang dijadwalkan dalam pembinaan prestasi dan mata kuliah yang ditempuh oleh mahasiswa tersebut. Permainan bola voli biasanya berlangsung selama 2-3 set. Dua babak pertama akan menentukan apakah set tambahan perlu dilakukan atau tidak. Apabila ada tim yang langsung memenangkan dua set secara berturut-turut, pertandingan tidak perlu dilanjutkan (Bumburo, Ita, Wanena, Wandik, & Putra, n.d.).

Tim yang menang tadi langsung dinyatakan sebagai pemenang. Bila kedua tim sama-sama menang di dua set pertama, pertandingan akan berlanjut sampai set ketiga. Babak inilah yang akan menentukan siapa pemenangnya. Sementara untuk penghitungan skor, olahraga ini menggunakan sistem rally point dengan jumlah poin 25. Artinya, tim yang mendapatkan poin 25 terlebih dahulu akan dinyatakan menang di babak tersebut. Akan tetapi, apabila terjadi skor seri (misalnya 24-24), poin kemenangan akan berubah. Pertandingan otomatis dilanjutkan sampai ada salah satu tim yang berhasil memimpin dengan selisih dua angka.

Teknik dalam permainan bola voli sendiri ada enam teknik dasar yaitu teknik service, teknik passing bawah, teknik passing atas, teknik umpan, teknik smash dan teknik bendungan atau blok (Pelamonia, Firnanda, & others, 2021). Passing merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang sangat penting, khususnya dalam passing bawah. Passing bawah sendiri adalah teknik mengoperkan bola kepada teman sendiri dengan tujuan agar bola yang diterima dapat diumpan dengan baik kepada smasher. Kegunaan passing bawah antara lain: untuk menerima bola servis, untuk menerima bola dari lawan yang berupa serangan/smash, untuk pengambilan bola setelah terjadi block atau bola pantulan dari net.

Servis sendiri adalah teknik melambungkan bola melewati net. Dengan cara memukul bola menggunakan telapak tangan secara tepat agar menghasilkan bola yang kencang dan menyulitkan lawan, servis sendiri merupakan awal dari serangan yang

dilakukan oleh tim agar mempersulit tim lawan untuk mengembalikan agar mendapatkan poin (Prastyawan, Pratama, & Kurniawan, 2022).

Passing adalah salah satu teknik dalam permainan bola voli yang tujuannya mengumpan bola kepada teman satu tim. Dalam passing sendiri terdapat dua macam passing yaitu passing bawah dan passing atas. Passing bawah adalah teknik dalam permainan bola voli dengan mengoperkan bola kepada rekan tim, untuk menahan smash untuk pertahanan ataupun ketika mendapatkan bola yang keras dari tim lawan. Passing atas sendiri adalah teknik mengoperkan bola menggunakan telapak tangan dan jari tangan yang diletakkan diatas kepala sehingga bisa mengumpan kepada rekan satu tim agar dapat dismash oleh rekan satu tim untuk memperoleh poin.

Smash merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli dengan memukul secara keras bola menuju bidang permainan lawan agar memperoleh poin, biasanya terdapat berbagai macam smash yang dilakukan oleh pemain untuk memperoleh poin kemenangan (AGUNG, 2022).

Blok atau bendungan salah satu teknik dalam permainan bola voli dengan tujuan melakukan defen atau pertahanan yang kuat untuk membendung smash dari tim lawan agar poin yang diperoleh oleh rekan tim bukan poin lawan. Biasanya blok dilakukan oleh satu pemain atau tiga pemain agar pertahanan tidak dapat ditembus oleh tim lawan (Sulastriani, 2008).

Program Tridarma Perguruan Tinggi merupakan program bermanfaat yang mengharuskan dosen selain menjadi tenaga pengajar juga menjadi tenaga pengabdian yang berguna untuk seluruh rakyat Indonesia. Pengabdian ini banyak memberikan solusi bagi pelatih-pelatih bola voli yang salah satunya adalah maksimalnya permainan dalam sebuah pertandingan.

Mitra ditawarkan sebuah solusi yang perlu segera dilaksanakan untuk memaksimalkan kemampuan individu yang bisa membuat tim semakinkuat. Teknik permainan bola voli merupakan komponen yang sangat penting dan dari sini pengabdian mengambil judul pengabdian kepada masyarakat Penyuluhan Teknik Permainan Bola Voli Pada Pemain Pemula Klub Vita Solo.

METODE

Pelaksanaan penyuluhan Teknik Permainan Bola Voli Pada Pemain Pemula Klub Kab. Gowa ini menggunakan dua metode utama: metode praktek dan metode demonstrasi. Melalui metode praktek, peserta diberikan kesempatan untuk

mempraktekkan teknik permainan bola voli secara langsung di lapangan. Sedangkan metode demonstrasi dilakukan dengan menunjukkan teknik-teknik permainan secara visual sehingga peserta dapat melihat dan memahami cara-cara yang benar dalam bermain bola voli. Penyuluhan ini dilaksanakan selama 2 hari, yaitu pada tanggal 19-20 Maret 2024, di lapangan bola voli Kabupaten Gowa. Alat-alat yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi bola voli, net, peluit, dan stopwatch.

Dengan di adakan penyuluhan pada penerapan pengabdian kepada masyarakat di Pemain pemula Klub Kab. Gowadi harapan mereka bisa lebih meningkatkan kemampuan tehnik dengan cara latihan tehnik dengan baik dan benar. Dengan adanya kemampuan tehnik yang baik maka dapat menunjang prestasi yang maksimal.

Untuk sarana dan prasarana dalam pelaksanaan Pengabdian masyarakat Bolavoli adalah sebagai berikut :

1. Lapangan Bolavoli
2. Bola dan Net.
3. Peluit dan bendera.
4. Peralatan untuk melatih fisik (cone, skipping, dll).
5. Stopwach.
6. Rompi, kostum dan lainnya yang bisa menunjang kegiatan pelatihan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 19-20 Maret 2024 pukul 10.00- 16.00 WIB bertempat di Lapangan Bolavoli Kab. Gowa. Peserta berjumlah 30 atlit. Peserta sangat antusias untuk mengikuti materi pelatihan. Sebelum praktek diberikan, secara singkat peserta diberikan materi tentang sejarah perkembangan olahraga Teknik Permainan Bolavoli yang sudah sangat bermasyarakat.

Pelaksanaan penyuluhan tentang permainan terutama teknik permainan bolavoli sudah sangat bagus sekali, pelatih setempat menghibau untuk mengadakan penyuluhan untuk tingkat yang lebih, guna untuk memaksimalkan prestasi bolavoli di Indonesia.

Pelatihan tentang teknik permainan bolavoli telah diselenggarakan dengan sangat baik dan mendapat respon positif dari para peserta. Antusiasme yang tinggi terlihat jelas dari partisipasi aktif selama sesi pelatihan berlangsung. Sebelum praktek dimulai, peserta mendapatkan materi tentang sejarah perkembangan olahraga bolavoli yang telah dikenal luas di masyarakat. Berikut adalah beberapa hasil utama dari pelatihan ini:

Peningkatan Pengetahuan Dasar: Peserta memperoleh pengetahuan dasar mengenai sejarah dan perkembangan olahraga bolavoli. Ini termasuk pemahaman tentang bagaimana permainan ini berkembang dari waktu ke waktu dan menjadi populer di berbagai negara, termasuk Indonesia. **Pemahaman Teknik Dasar:** Peserta diperkenalkan dengan teknik dasar bolavoli, seperti servis, passing, smash, dan block. Mereka mempelajari teori di balik setiap teknik sebelum mempraktekannya di lapangan.

Praktek Langsung: Setelah sesi teori, peserta melakukan praktek langsung untuk mengaplikasikan teknik-teknik yang telah dipelajari. Ini memberikan kesempatan bagi mereka untuk merasakan dan memperbaiki keterampilan mereka di bawah bimbingan pelatih.

Evaluasi dan Umpan Balik: Sesi evaluasi dilakukan untuk menilai kemajuan peserta dan memberikan umpan balik konstruktif. Ini membantu peserta mengetahui area yang perlu diperbaiki dan memperkuat teknik yang sudah dikuasai.

Materi pelatihan yang disampaikan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta mengenai teknik permainan bolavoli. Berikut adalah pembahasan lebih rinci mengenai aspek-aspek yang telah dibahas selama pelatihan: **Sejarah dan Perkembangan Bolavoli:** Bolavoli diciptakan pada tahun 1895 oleh William G. Morgan di Amerika Serikat. Awalnya dikenal dengan nama "Mintonette" sebelum berubah menjadi "volleyball". Olahraga ini dengan cepat menyebar ke seluruh dunia dan menjadi salah satu olahraga yang populer di banyak negara, termasuk Indonesia.

Di Indonesia, bolavoli telah menjadi bagian penting dari budaya olahraga dan sering dimainkan di sekolah-sekolah, klub-klub, dan komunitas. **Teknik Dasar dalam Permainan Bolavoli:** **Servis:** Teknik memulai permainan dengan memukul bola dari belakang garis lapangan. **Passing:** Teknik menerima servis atau pukulan lawan dan mengarahkan bola ke rekan setim. **Smash:** Teknik memukul bola dengan keras ke arah lapangan lawan untuk mencetak poin. **Block:** Teknik menghalangi pukulan smash lawan dengan cara melompat dan menahan bola di dekat net.

Pelatih setempat menyarankan untuk mengadakan penyuluhan dan pelatihan tingkat lanjut guna memaksimalkan prestasi bolavoli di Indonesia. Diperlukan program pelatihan berkelanjutan yang melibatkan berbagai level pemain, dari pemula hingga

profesional. Kerjasama dengan sekolah, klub, dan organisasi olahraga perlu ditingkatkan untuk memperluas jangkauan pelatihan.

Dengan adanya penyuluhan ini, diharapkan pemain pemula dari Klub Kab. Gowa dapat lebih meningkatkan kemampuan teknik mereka. Latihan teknik yang dilakukan dengan baik dan benar akan memberikan dasar yang kuat bagi pemain, yang pada akhirnya dapat menunjang prestasi mereka secara maksimal di masa depan. Penyuluhan seperti ini penting untuk terus dilakukan secara berkelanjutan agar prestasi bola voli di tingkat lokal maupun nasional semakin meningkat.

KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa, Sosialisasi cabang Bolavoli sudah terlaksana dengan baik. Dengan metode penyuluhan seperti ini, peserta merasa termudahkan dan sangat bisa mendalami materi dengan maksimal, serta bahan untuk mendalami tentang permainan bolavoli. Penulis mengharapkan adanya penyuluhan dan pelatihan tingkat lanjut guna memaksimalkan prestasi bolavoli di Indonesia. Kesimpulannya, penyuluhan yang efektif dan berkelanjutan dapat berkontribusi secara signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kemampuan peserta, serta mendukung peningkatan prestasi olahraga bolavoli di tingkat nasional.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih kepada para atlet Kabupaten Gowa yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini. Kami juga menyampaikan terima kasih kepada pelatih futsal Kabupaten Gowa atas waktu dan kerjasamanya, sehingga acara ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- AGUNG, S. (2022). *Hubungan Power Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Bawah Permainan Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Ketapang*. IKIP PGRI PONTIANAK.
- Bumburo, B., Ita, S., Wanena, T., Wandik, Y., & Putra, M. F. P. (n.d.). Permainan bola voli: sebuah tinjauan konseptual. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 38-44.

- Hasanuddin, M. I. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli Siswa Smp Negeri 1 Pulau Laut Timur. *CENDEKIA: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 5(2).
- Hasyim, M. Q., Hasanuddin, M. I., Sutriawan, A., & Hasanuddin, M. I. (2023). Survei Minat Olahraga Bolavoli. *JURNAL PENJAKORA*, 10(1), 38-45.
- Pelamonia, S. P., Firnanda, M. W., & others. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah Menggunakan Media Dinding Dengan Memakai Sasaran Garis Lurus Terhadap Kemampuan Passing Bawah Pada Klub Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 140–148.
- Prastyawan, R. P., Pratama, B. A., & Kurniawan, W. P. (2022). *TINGKAT KEMAMPUAN SERVICE: FLOATING SERVICE, JUMP FLOAT SERVICE DAN JUMPING SERVICE TOP SPIN PADA FINAL FOUR PEMAIN PUTRI PROLIGA 2019*.
- Sulastriani, R. (2008). *Menjadi Pemain Bola Voli Andal*. Be Champion.