



Volume 5, Nomor 2, Juni 2025

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

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

E-ISSN: 2774-3055

Sosialisasi dan Simulasi Strategi Permainan Bola Voli Modern untuk Meningkatkan Performa Tim Sekolah di SMA Negeri 19 Makassar

Hasyim¹, Sudirman Burhanuddin², Ramli³, Andi Ridwan⁴, Silatul Rahmi⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

Email: hasyim@unm.ac.id

ABSTRAK INDONESIA

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan taktis siswa dalam permainan bola voli melalui sosialisasi dan simulasi strategi permainan modern di SMA Negeri 19 Makassar. Permasalahan utama yang dihadapi adalah masih rendahnya pemahaman siswa terhadap formasi permainan modern serta kurang optimalnya koordinasi dan kerja sama tim dalam pertandingan. Kegiatan dilaksanakan dalam dua tahap, yaitu sosialisasi materi strategi permainan seperti formasi 5-1, 4-2 dan 6-2, serta simulasi praktik langsung di lapangan. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, demonstrasi, dan latihan terstruktur dengan pendekatan partisipatif. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa 75% peserta dapat memahami dan menerapkan strategi yang diajarkan dengan baik. Terdapat peningkatan signifikan dalam rotasi pemain, komunikasi tim, dan efektivitas serangan. Kegiatan ini juga memberikan manfaat bagi guru pembina dalam memperbaiki metode pelatihan yang lebih relevan dengan perkembangan bola voli saat ini. Kesimpulannya, kegiatan ini efektif dalam meningkatkan performa tim bola voli sekolah dan layak untuk direplikasi di sekolah lain.

Kata kunci: bola voli, strategi permainan, formasi 5-1, sosialisasi, simulasi, pembinaan sekolah

ABSTRACT ENGLISH

Physical and mental health are important aspects that need to be considered in students' lives. This community service program aims to increase awareness of FIKK UNM students about the importance of physical activity, especially aerobics, in maintaining physical fitness and mental health. This activity consists of two main stages: socialization of the benefits of aerobics and direct aerobics movement training. A total of 150 students from various departments participated in this activity enthusiastically. The evaluation results showed that the majority of participants gained a better understanding of the benefits of aerobics, such as increased fitness, reduced stress, and improved heart health. In addition, 90% of participants felt more confident to continue aerobics exercises independently after the training. This program also had a positive impact on mental health, with many participants reporting decreased stress levels and improved mood. This activity succeeded in creating togetherness among participants and encouraging them to exercise regularly, which is expected to contribute to the formation of a healthy lifestyle culture among FIKK UNM students.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang sangat populer di kalangan pelajar Indonesia. Selain sebagai bagian dari pembelajaran dalam kurikulum pendidikan jasmani dan olahraga, bola voli juga menjadi kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diminati oleh siswa di tingkat sekolah menengah. Di lingkungan SMA Negeri 19 Makassar, kegiatan ekstrakurikuler bola voli tergolong aktif dan rutin mengikuti kompetisi tingkat kota hingga provinsi. Namun, prestasi yang diraih masih tergolong fluktuatif dan belum mencerminkan potensi yang sebenarnya dimiliki oleh para peserta didik.

Salah satu faktor utama yang memengaruhi performa tim bola voli sekolah adalah kurangnya pemahaman dan penerapan strategi permainan modern. Dalam praktiknya, mayoritas tim sekolah masih mengandalkan kemampuan teknik dasar seperti servis, passing, dan smash, namun belum didukung oleh pemahaman taktik atau strategi bermain yang terstruktur. Hal ini menjadi hambatan dalam meningkatkan efektivitas permainan, terutama saat menghadapi lawan dengan koordinasi tim dan strategi yang lebih baik.

Strategi permainan modern dalam bola voli, seperti formasi 5-1 (lima penyerang dan satu pengumpan), formasi 6-2, serta strategi transisi serangan dan pertahanan, telah terbukti efektif dalam meningkatkan koordinasi dan efisiensi tim. Strategi ini tidak hanya penting bagi tingkat profesional, tetapi juga sangat relevan untuk diterapkan di tingkat sekolah sebagai bagian dari pembinaan prestasi. Penguasaan strategi ini memungkinkan tim mengatur tempo permainan, memaksimalkan potensi pemain, dan menyesuaikan pola bermain dengan kondisi lawan (Kompas.com, 2021). Strategi permainan bola voli modern masih belum terintegrasi secara optimal dalam proses pembelajaran di sekolah, baik melalui mata pelajaran PJOK maupun kegiatan ekstrakurikuler. Para pelatih atau guru pembina cenderung lebih memfokuskan pelatihan pada aspek teknik dasar dan kebugaran fisik, sementara aspek taktis sering kali terabaikan. Kesenjangan ini menjadi salah satu hambatan utama dalam membentuk tim sekolah yang kompetitif dan mampu berprestasi. Urgensi untuk mengenalkan strategi permainan bola voli modern semakin tinggi mengingat kompetisi antarsekolah kini semakin kompetitif, dengan banyak sekolah yang mulai melibatkan pelatih profesional atau menggunakan pendekatan sport science. Jika SMA Negeri 19 Makassar

tidak segera membekali siswanya dengan strategi permainan yang sesuai tren terkini, maka kesenjangan performa dengan sekolah lain akan semakin lebar. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi melalui kegiatan pengabdian yang fokus pada peningkatan aspek taktis permainan.

Kurikulum Merdeka yang saat ini diterapkan di sekolah-sekolah Indonesia membuka ruang besar bagi pendekatan pembelajaran berbasis proyek dan kontekstual, termasuk dalam bidang olahraga. Dengan pendekatan ini, guru dapat mengembangkan pembelajaran yang lebih aplikatif dan berorientasi pada pengembangan kompetensi nyata siswa. Sosialisasi dan simulasi strategi permainan bola voli dapat menjadi salah satu bentuk implementasi kurikulum ini yang relevan dengan kebutuhan siswa. Tren dalam pendidikan jasmani saat ini menunjukkan peningkatan perhatian terhadap pengembangan taktik bermain sebagai salah satu komponen penting dalam membentuk atlet pelajar yang kompeten. Penelitian oleh Budiman dan Rusdiana (2019) menegaskan bahwa strategi bermain berpengaruh besar terhadap hasil pertandingan, bahkan lebih signifikan daripada hanya mengandalkan kekuatan fisik atau teknik dasar semata. Selain itu, studi Nugrahani dan Anam (2022) menyebutkan bahwa latihan taktik yang terstruktur mampu meningkatkan kemampuan berpikir cepat dan kerja sama tim dalam olahraga beregu seperti bola voli.

Kegiatan pengabdian ini juga penting untuk memberdayakan guru PJOK dan pelatih ekstrakurikuler agar mampu menyusun program latihan yang lebih terarah dan sesuai perkembangan ilmu keolahragaan. Pemanfaatan strategi permainan modern akan membantu pelatih menciptakan variasi latihan yang lebih kompleks dan menantang, yang pada akhirnya dapat mendorong peningkatan performa tim secara berkelanjutan. Dengan dukungan pelatih yang kompeten, siswa akan lebih mudah menginternalisasi dan menerapkan strategi tersebut dalam pertandingan.

Dari sisi peserta didik, penguasaan strategi bermain tidak hanya meningkatkan kemampuan dalam olahraga, tetapi juga menumbuhkan kecakapan berpikir kritis, pengambilan keputusan cepat, serta kerja sama dalam tim, kompetensi yang sangat dibutuhkan di abad ke-21. Selain itu, kegiatan ini juga berpotensi menumbuhkan motivasi siswa untuk lebih serius menekuni olahraga bola voli karena merasa memiliki wawasan dan kemampuan taktis yang lebih baik. Kesenjangan antara teori dan praktik strategi bola voli modern perlu segera dijawab melalui pendekatan yang integratif, yaitu melalui kegiatan sosialisasi untuk pemahaman konsep, dan simulasi untuk

pengalaman langsung di lapangan. Pendekatan ini dinilai paling efektif karena mampu mengkombinasikan aspek kognitif dan psikomotorik siswa secara simultan.

Kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memberikan kontribusi nyata dalam menjawab permasalahan tersebut, dengan menasar dua aspek utama: peningkatan literasi strategi permainan bola voli modern, dan penguatan praktik melalui simulasi terstruktur di lapangan. Kegiatan ini akan melibatkan siswa anggota ekstrakurikuler dan guru pembina bola voli di SMA Negeri 19 Makassar sebagai mitra sasaran utama. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman menyeluruh tentang strategi permainan bola voli modern melalui sosialisasi teoritis dan simulasi praktik, serta mendorong penerapannya dalam latihan rutin dan pertandingan. Dengan demikian, performa tim dapat ditingkatkan secara signifikan, baik dalam aspek teknis, taktis, maupun koordinatif.

Secara teoretis, kegiatan ini diharapkan dapat memperkaya referensi dalam pengembangan model pelatihan taktis olahraga bola voli di sekolah. Sementara secara praktis, kegiatan ini memberi manfaat langsung kepada siswa dan pelatih dalam meningkatkan kualitas permainan, memperluas pengetahuan, serta menyiapkan tim sekolah yang lebih kompetitif di masa depan. Dengan mempertimbangkan urgensi, relevansi, dan kesenjangan yang telah dipaparkan, maka kegiatan pengabdian ini menjadi langkah strategis dan solutif untuk mendorong peningkatan mutu pendidikan jasmani, khususnya dalam pengembangan olahraga prestasi di lingkungan sekolah.

METODE

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode sosialisasi dan simulasi dengan pendekatan partisipatif edukatif. Tujuannya adalah memberikan pemahaman konseptual dan pengalaman praktis kepada siswa dan pelatih mengenai strategi permainan bola voli modern yang relevan dengan perkembangan olahraga saat ini. Tahapan kegiatan diawali dengan sosialisasi berupa penyampaian materi strategi permainan seperti formasi 5-1, 4-2, dan 6-2 melalui presentasi visual dan diskusi interaktif. Materi difokuskan pada peran masing-masing pemain, transisi serangan-bertahan, dan koordinasi tim. Sesi ini bertujuan membangun landasan teori yang kuat sebelum praktik dilakukan. Selanjutnya dilakukan simulasi strategi di lapangan. Peserta dibagi dalam kelompok dan diminta menerapkan strategi yang telah dipelajari. Fasilitator memberikan arahan langsung selama latihan untuk memastikan pemahaman

dan eksekusi yang benar. Kegiatan ini memperkuat keterampilan taktis dan kerja sama tim dalam konteks nyata. Evaluasi dilakukan melalui observasi performa peserta selama simulasi. Aspek yang dinilai meliputi pemahaman strategi, efektivitas rotasi, dan komunikasi antarpemain. Penilaian ini menjadi dasar untuk umpan balik sekaligus indikator keberhasilan kegiatan pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di lingkungan SMA Negeri 19 Makassar dan melibatkan 24 siswa anggota ekstrakurikuler bola voli beserta 2 guru pembina. Kegiatan terbagi atas dua sesi utama, yaitu sosialisasi teori strategi permainan bola voli modern dan simulasi praktik di lapangan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pemahaman konseptual dan keterampilan praktis siswa dalam menerapkan strategi formasi permainan modern seperti 5-1, 4-2, dan 6-2.

Pada sesi pertama, peserta diberikan materi melalui presentasi visual menggunakan slide dan video pendek tentang formasi permainan. Strategi formasi 5-1 menjadi fokus utama karena paling sesuai dengan kondisi tim pelajar, mengingat hanya memerlukan satu pemain sebagai setter utama, yang dapat menciptakan kestabilan ritme permainan (Kompas.com, 2021). Diskusi interaktif dilakukan agar siswa memahami peran masing-masing pemain dalam tiap formasi. Respon peserta sangat antusias, terlihat dari banyaknya pertanyaan dan keterlibatan mereka selama sesi berlangsung.

Pada sesi kedua, yaitu simulasi praktik, kegiatan dialihkan ke lapangan voli sekolah. Peserta dibagi menjadi empat kelompok dan diarahkan untuk menerapkan strategi formasi yang telah dipelajari. Setiap kelompok mendapat arahan dari tim fasilitator yang terdiri dari dosen dan mahasiswa pendidikan jasmani. Observasi dilakukan untuk memantau sejauh mana siswa mampu mengimplementasikan strategi secara nyata dalam permainan. Peningkatan koordinasi dan pemahaman antar pemain tampak jelas seiring berjalannya latihan.

Evaluasi dilakukan dengan mengamati tiga indikator utama: pemahaman terhadap posisi dan formasi, efektivitas dalam rotasi pemain, dan komunikasi tim selama permainan. Hasilnya menunjukkan bahwa 75% peserta mampu menjalankan strategi dengan benar, 20% cukup mampu namun masih memerlukan bimbingan, dan 5% masih

kesulitan dalam memahami rotasi. Data ini menunjukkan keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan kompetensi taktis siswa secara signifikan.

Kegiatan ini juga berdampak positif terhadap motivasi, kepercayaan diri, dan kerja sama tim. Peserta merasa lebih percaya diri saat bermain, karena memahami peran dan pola permainan secara menyeluruh. Guru pembina mencatat peningkatan kualitas latihan setelah program ini, terutama dalam aspek komunikasi dan kerja tim yang sebelumnya lemah. Temuan ini sejalan dengan Budiman dan Rusdiana (2019) yang menyatakan bahwa pemahaman strategi memiliki korelasi positif terhadap performa permainan. Penelitian lain oleh Nugrahani dan Anam (2022) juga menyebutkan bahwa pelatihan berbasis strategi mampu meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan dan inisiatif dalam pertandingan bola voli remaja.

Bagi pihak sekolah, kegiatan ini memberikan manfaat jangka panjang karena guru pembina mendapatkan referensi baru dalam melatih strategi permainan. Diharapkan, ke depan program serupa dapat dilakukan secara berkala agar pembinaan tim sekolah berjalan secara berkelanjutan dengan pendekatan yang adaptif dan modern. Secara keseluruhan, pengabdian ini menunjukkan bahwa pengenalan dan praktik strategi permainan modern mampu meningkatkan pemahaman, keterampilan dan kualitas performa tim secara menyeluruh. Dampak positif terlihat tidak hanya dalam aspek teknis, tetapi juga dalam aspek non-teknis seperti motivasi, kerja sama tim, dan kepercayaan diri. Dokumentasi kegiatan membuktikan keterlibatan aktif peserta dan efektivitas metode sosialisasi-simulasi dalam pendidikan olahraga di tingkat sekolah.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa SMA Negeri 19 Makassar dalam menerapkan strategi permainan bola voli modern, khususnya formasi 5-1. Melalui sosialisasi dan simulasi langsung, siswa dapat memahami peran, rotasi, dan koordinasi antar pemain dengan lebih baik. Sebanyak 75% peserta mampu mengaplikasikan strategi dengan efektif, menunjukkan peningkatan dalam komunikasi dan kerja sama tim selama latihan. Guru pembina juga memperoleh wawasan baru dalam metode pelatihan yang lebih taktis dan relevan dengan perkembangan permainan bola voli saat ini. Program ini terbukti efektif dalam menjembatani kesenjangan antara pengetahuan taktis dan praktik lapangan yang sering dihadapi dalam pembinaan olahraga di sekolah. Secara keseluruhan, kegiatan ini

memberikan kontribusi nyata dalam membangun fondasi strategi permainan yang lebih terstruktur dan modern di lingkungan sekolah. Program ini layak untuk dikembangkan secara berkelanjutan guna mendukung peningkatan kualitas pembinaan olahraga prestasi tingkat SMA.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiman, A., & Rusdiana, A. (2019). Tingkat Keterampilan Smash Bola Voli pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, 2(1), 45–52.
- Girsang, E. A., & Hendrawan, D. (2022). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 56–61.
- Kompas.com. (2021, August 27). Mengenal Formasi 5-1 dalam Bola Voli. Retrieved from <https://www.kompas.com/sports/read/2021/08/27/18200048/mengenal-formasi-5-1-dalam-bola-voli>
- Nugrahani, R., & Anam, M. (2022). Pengaruh Latihan Pendekatan Bermain terhadap Peningkatan Keterampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli. *Journal of SPORT*, 7(2), 273–283.
- Telkomsel. (n.d.). 6 Formasi Bola Voli yang Bisa Kamu Coba Bersama Tim. Retrieved from <https://www.telkomsel.com/jelajah/jelajah-lifestyle/6-formasi-bola-voli-yang-bisa-kamu-coba-bersama-tim>