



Studi Deskriptif tentang Penguasaan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Sinjai

Silatul Rahmi¹

¹ Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Alamat: Jl. Wijaya Kusuma No.14, Banta-Bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

Email: silatul.rahmi@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 2 Sinjai. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik survei. Populasi sekaligus sampel penelitian berjumlah 30 orang siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Instrumen penelitian meliputi lima aspek keterampilan teknik dasar, yaitu servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, dan smash. Pengumpulan data dilakukan melalui tes praktik keterampilan, sedangkan analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan program SPSS versi 25 untuk memperoleh nilai rata-rata, minimum, maksimum, dan standar deviasi dari masing-masing teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai secara keseluruhan berada pada kategori baik dengan rata-rata nilai 74,48. Teknik yang paling dikuasai adalah servis atas dengan nilai rata-rata 77,33, diikuti oleh smash (75,67), passing atas (74,10), dan servis bawah (72,87). Sedangkan teknik yang memiliki rata-rata terendah adalah passing bawah (70,43) yang termasuk dalam kategori cukup baik. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki penguasaan keterampilan teknik dasar yang baik, meskipun masih terdapat aspek yang perlu ditingkatkan, terutama dalam kemampuan kontrol bola bawah dan koordinasi gerakan saat melakukan passing.

Kata Kunci: bola voli, servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, keterampilan, deskriptif.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang berfungsi sebagai media pengembangan aktivitas fisik peserta didik secara sistematis, terarah, dan kontinu. Menurut Kemdikbud, dalam konteks PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) aktivitas fisik dimanfaatkan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik. (Kebudayaan, 2017). Lebih lanjut, kegiatan pembelajaran

pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan mengembangkan kebugaran jasmani saja, namun juga keterampilan motorik, pengetahuan, sikap sportifitas, dan gaya hidup sehat (Nurulita et al., 2023). Dalam kerangka kurikulum pendidikan nasional, pendidikan jasmani mempunyai peran strategis dalam membentuk karakter siswa melalui pengalaman gerak yang ikut membangun aspek kognitif, afektif dan psikomotorik (Syafuruddin et al., 2022). Hal ini menjadi penting agar peserta didik bukan hanya sehat secara fisik tetapi juga memiliki keterampilan dan sikap yang mendukung aktivitas olahraga dan rekreasi sepanjang hayat.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan, di mana masing-masing tim berusaha memantulkan bola melewati net agar jatuh di area lawan untuk memperoleh poin (Nurulita & Arfanda, 2024). Olahraga ini menuntut keterampilan fisik, kerja sama tim, serta strategi permainan yang baik. Bola voli dimainkan di lapangan berbentuk persegi panjang yang dibatasi oleh garis dan dibagi dua oleh net, dengan setiap tim terdiri atas enam pemain yang memiliki peran dan posisi tertentu sesuai taktik yang digunakan dalam pertandingan. Menurut (Mahendra et al., 2024), bola voli juga memiliki manfaat dalam mengembangkan kebugaran jasmani, terutama daya ledak otot tungkai, kekuatan lengan, serta koordinasi mata dan tangan. Kegiatan bermain bola voli tidak hanya memberikan manfaat kebugaran fisik seperti kelincahan, kecepatan dan daya pantul, tetapi juga aspek kerjasama tim, strategi permainan, serta kemampuan komunikasi antar pemain. Di sekolah menengah atas, ekstrakurikuler bola voli menjadi salah satu pilihan siswa untuk mengembangkan minat dan bakat di bidang olahraga serta memperkuat kemampuan teknis dan taktis mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar permainan bola voli menjadi fondasi penting agar kegiatan ekstrakurikuler maupun pembelajaran di kelas dapat berjalan efektif dan menghasilkan prestasi. Namun demikian, berbagai sumber menyebutkan bahwa banyak pemain pemula atau di tingkat sekolah masih menemui kesulitan dalam menguasai teknik dasar permainan bola voli secara konsisten. Persoalan tersebut meliputi kurangnya latihan terstruktur, waktu latihan yang terbatas, serta variasi metode pembelajaran yang belum optimal.

Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi gerakan-gerakan fundamental seperti servis, passing (atas dan bawah), smash (atau spike) dan blocking. Beberapa publikasi menyebutkan bahwa penguasaan teknik-teknik tersebut menjadi syarat utama agar permainan voli dapat berjalan lancar dan efektif (Keswando et al., 2022). Servis

merupakan teknik pembuka yang dapat memberi keuntungan awal bagi tim, passing bertujuan untuk mengoper bola secara cepat dan tepat ke rekan setim, smash sebagai teknik serangan yang kuat, dan blocking sebagai teknik pertahanan yang efektif (Kuncoro, 2021). Tanpa penguasaan yang memadai terhadap teknik-teknik dasar ini, sebuah tim akan kesulitan dalam membangun serangan, mempertahankan bola, dan meraih poin secara konsisten.

Berdasarkan pengamatan awal di SMA Negeri 2 Sinjai, kegiatan ekstrakurikuler bola voli cukup diminati oleh siswa, namun terdapat variasi yang cukup signifikan dalam penguasaan teknik dasar. Namun masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik dasar dengan baik. Selanjutnya, dari diskusi dengan pelatih ekstrakurikuler di sekolah tersebut, diketahui bahwa waktu latihan yang dialokasikan masih terbatas (hanya dua kali dalam seminggu) dan metode latihan cenderung berulang tanpa variasi yang memadai. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan teknik dasar bola voli belum sepenuhnya optimal untuk seluruh anggota tim. Lebih lanjut, fasilitas dan dukungan latihan juga memengaruhi penguasaan teknik dasar. Misalnya, kondisi lapangan voli di sekolah yang terkadang kurang memadai dan jumlah pelatih yang terbatas membuat latihan tidak dapat digelar secara ideal. Situasi ini menimbulkan kebutuhan untuk melakukan studi yang lebih sistematis guna menggambarkan secara jelas tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli di sekolah tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikemukakan bahwa pendidikan jasmani sebagai wadah pembelajaran gerak memiliki peran penting dalam mengembangkan keterampilan olahraga siswa; permainan bola voli sebagai salah satu cabang olahraga beregu menyajikan peluang pengembangan fisik dan sosial; penguasaan teknik dasar permainan bola voli menjadi fondasi utama agar pembelajaran dan latihan berjalan optimal; dan kondisi di SMA Negeri 2 Sinjai menunjukkan adanya kebutuhan konkret untuk melakukan evaluasi mengenai tingkat penguasaan teknik dasar tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menggali lebih lanjut tentang bagaimana siswa di sekolah tersebut menguasai teknik dasar permainan bola voli secara deskriptif.

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah membahas keterampilan teknik dasar bola voli, sebagian besar fokusnya masih terbatas pada analisis satu atau dua teknik tertentu, seperti passing bawah atau servis, tanpa memberikan gambaran komprehensif

mengenai seluruh teknik dasar yang harus dikuasai siswa. Selain itu, penelitian terdahulu umumnya melibatkan atlet klub atau peserta didik pada tingkat sekolah yang berbeda, sehingga hasilnya belum tentu mencerminkan kemampuan siswa pada kegiatan ekstrakurikuler di SMA. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mendeskripsikan penguasaan lima teknik dasar bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Sinjai, padahal keberagaman kemampuan siswa, keterbatasan fasilitas latihan, dan variasi durasi pembinaan dapat memengaruhi pencapaian keterampilan mereka. Kondisi ini menimbulkan kesenjangan penelitian (research gap) berupa ketiadaan data empiris yang dapat digunakan sebagai dasar evaluasi dan perbaikan program latihan di sekolah tersebut. Dengan belum tersedianya informasi tentang teknik mana yang paling kuat maupun paling lemah, pelatih belum memiliki acuan objektif dalam menyusun prioritas latihan.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penyajian pemetaan lengkap terhadap lima teknik dasar bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Sinjai, sehingga memberikan gambaran menyeluruh mengenai kemampuan faktual siswa di lapangan. Tidak seperti penelitian terdahulu yang hanya menilai sebagian teknik, penelitian ini menilai seluruh aspek penting permainan bola voli—servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, dan smash—secara bersamaan. Hasil penelitian tidak hanya menunjukkan tingkat penguasaan siswa, tetapi juga mengidentifikasi teknik mana yang menjadi kekuatan serta kelemahan utama. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam bentuk data diagnostik yang dapat menjadi dasar pengembangan program latihan yang lebih terarah dan efektif. Temuan ini juga memperkaya literatur pendidikan jasmani dengan menyediakan bukti empiris yang belum pernah dilaporkan sebelumnya di lingkungan SMA Negeri 2 Sinjai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik survei, yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Menurut (Sugiyono., 2017), metode deskriptif kuantitatif digunakan untuk menguraikan fenomena yang terjadi di lapangan secara objektif dengan bantuan angka-angka statistik, sehingga hasil penelitian dapat menggambarkan kondisi sebenarnya dari objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang

mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Sinjai. Berdasarkan data dari pelatih dan pihak sekolah, jumlah keseluruhan peserta ekstrakurikuler berjumlah 30 orang siswa. Karena jumlah populasi relatif kecil dan masih dalam batas wajar untuk dilakukan pengamatan langsung, maka seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian (total sampling). Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar observasi penilaian keterampilan teknik dasar bola voli. Instrumen ini disusun dengan mengacu pada pedoman penilaian keterampilan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud & Kemendikbud, 2018) serta disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Setiap aspek teknik dasar tersebut dinilai berdasarkan indikator penilaian yang mencakup ketepatan gerakan, posisi tubuh, koordinasi, serta hasil akhir gerakan. Penilaian dilakukan dengan skala 1–5, di mana skor tertinggi menunjukkan tingkat penguasaan teknik yang lebih baik.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes praktik keterampilan bola voli yang dilaksanakan di lapangan voli SMA Negeri 2 Sinjai selama dua hari. Setiap siswa melakukan lima jenis tes keterampilan sesuai urutan instrumen, yaitu servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, dan smash. Data hasil pengukuran dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif. Tahapan analisis dimulai dengan mengelompokkan skor hasil penilaian tiap aspek teknik dasar, kemudian dihitung nilai rata-rata (mean), persentase (%), serta kategori tingkat penguasaan keterampilan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Data hasil pengamatan terhadap 30 siswa dianalisis menggunakan SPSS versi 25 dengan metode statistik deskriptif untuk memperoleh nilai rata-rata (Mean), nilai minimum (Min), nilai maksimum (Max), dan standar deviasi (SD) dari setiap aspek keterampilan.

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Penguasaan Teknik Dasar Bola Voli

No	Teknik Dasar	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation	Kategori
1	Servis Atas	30	65.00	90.00	77.33	6.21	Baik
2	Servis Bawah	30	60.00	85.00	72.87	6.84	Baik

3	Passing Atas	30	58.00	88.00	74.10	7.03	Baik
4	Passing Bawah	30	55.00	82.00	70.43	7.58	Cukup Baik
5	Smash	30	60.00	87.00	75.67	6.50	Baik
Rata-rata Total					74.48	-	Baik

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai rata-rata total penguasaan teknik dasar permainan bola voli siswa adalah 74,48, yang termasuk dalam kategori baik. Teknik yang memperoleh rata-rata tertinggi adalah servis atas (77,33), sedangkan nilai terendah terdapat pada passing bawah (70,43)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli siswa SMA Negeri 2 Sinjai berada pada kategori baik dengan rata-rata 74,48. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki keterampilan dasar yang cukup memadai untuk mengikuti kegiatan permainan bola voli, baik dalam konteks pembelajaran maupun ekstrakurikuler.

Teknik servis atas menunjukkan hasil tertinggi (mean = 77,33). Capaian ini menggambarkan bahwa siswa telah memahami teknik dasar pukulan awal bola dengan koordinasi tubuh dan kekuatan yang baik. Menurut (Siregar et al., 2021), kemampuan servis yang baik sangat menentukan jalannya permainan karena menjadi serangan pertama yang dapat menghasilkan poin langsung. Hasil ini juga menunjukkan bahwa latihan servis telah dilakukan dengan baik dan konsisten selama kegiatan ekstrakurikuler. Selanjutnya Nilai rata-rata passing atas (74,10) termasuk kategori baik, sedangkan passing bawah (70,43) masih berada pada kategori cukup baik. Perbedaan ini menunjukkan bahwa siswa lebih mudah melakukan kontrol bola menggunakan jari-jari tangan dibandingkan dengan lengan bagian bawah. Hal ini sesuai dengan pendapat (Hakim, 2012) bahwa passing bawah menuntut koordinasi yang lebih kompleks karena posisi tubuh harus stabil dan waktu kontak bola harus tepat. Dengan demikian, diperlukan variasi latihan passing yang lebih terstruktur agar kemampuan kontrol bola siswa meningkat secara merata.

Kemampuan smash siswa tergolong baik (mean = 75,67), yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah mampu melakukan serangan dengan tenaga dan arah yang baik. Menurut (Supriyanto & Martiani, 2019), penguasaan teknik smash sangat dipengaruhi oleh

daya ledak otot tungkai dan koordinasi lengan. Dengan latihan rutin dan teknik yang benar, kemampuan ini dapat terus berkembang, terutama bila didukung oleh latihan fisik yang memadai.

Secara keseluruhan, tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli siswa SMA Negeri 2 Sinjai dapat dikategorikan baik. Namun, hasil juga menunjukkan adanya variasi kemampuan antarindividu, yang mungkin disebabkan oleh perbedaan pengalaman bermain, frekuensi latihan, serta motivasi pribadi. Faktor lain yang turut mempengaruhi hasil adalah waktu latihan yang terbatas dan keterbatasan fasilitas olahraga di sekolah. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Rahmawati & Winarno, 2024) yang menemukan bahwa siswa dengan intensitas latihan lebih dari tiga kali seminggu memiliki peningkatan signifikan dalam keterampilan teknik dasar bola voli. Oleh karena itu, penguatan program latihan ekstrakurikuler secara rutin dan penggunaan model pembelajaran berbasis permainan sangat direkomendasikan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar secara menyeluruh

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan SPSS versi 25, diperoleh bahwa tingkat penguasaan teknik dasar permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Sinjai berada pada kategori baik, dengan rata-rata skor sebesar 74,48. Teknik yang paling baik dikuasai oleh siswa adalah servis atas (77,33), sedangkan teknik dengan nilai terendah adalah passing bawah (70,43). Secara umum, hasil ini menggambarkan bahwa program latihan bola voli di SMA Negeri 2 Sinjai telah berjalan cukup efektif dalam membentuk kemampuan dasar siswa, terutama pada aspek servis dan smash. Namun, beberapa keterampilan seperti passing bawah masih memerlukan perhatian khusus melalui latihan yang lebih terfokus pada kontrol bola dan posisi tubuh. Oleh karena itu, disarankan agar pelatih dan guru pendidikan jasmani meningkatkan intensitas serta variasi latihan teknik dasar, misalnya dengan menggunakan pendekatan drill dan small-sided games agar siswa memperoleh pengalaman belajar yang lebih menarik, terarah, dan berdampak nyata terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Hakim, H. (2012). ANALISIS KEMAMPUAN PASSING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA SISWA SMA COKROAMINOTO TAMALANREA MAKASSAR (DITINJAU KEKUATAN LENGAN, KEKUATAN TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA-TANGAN). *Competitor*, 3(4).
- Kebudayaan, K. P. dan. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VIII* (Edisi Revi).
- Kemendikbud, R., & Kemendikbud, K. (2018). Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia. *Jakarta: Kemdikbud*.
- Keswando, Y., Sistiasih, V. S., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177.
- Kuncoro, A. D. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 118–125. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4661>
- Mahendra, A., Irwanto, E. I., Triaditya, B. S. M. T., & Santoso, D. A. (2024). Bolavoli: Antisipasi Reaksi Libero pada Saat Bertahan. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(1), 114–121.
- Nurulita, R. F., & Arfanda, P. E. (2024). Analisis Kemampuan Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Siswa Kelas X SMA Negeri 22 Gowa (Ditinjau dari Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Otot Tungkai). *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(3), 1465–1470.
- Nurulita, R. F., Sutriawan, A. M. I., Hasanuddin, M., & Qasash Hasyim, Muhammad Akbar Syafruddin, H. A. D. S. (2023). Sosialisasi Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Metode Daring Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan. *Journal, Communnity Development*, 4(1), 433–436.
- Rahmawati, A. Y., & Winarno, M. E. (2024). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Menggunakan Metode Bermain pada Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(4), 283–289.
- Siregar, F. S., Sembiring, M. M., & Siregar, A. (2021). Analisis Perbedaan Kontribusi Variasi Latihan Passing Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(2), 102–108.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. *Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research and Treatment. New York: Plenum Press, Yudistira P, Chandra, Diktat Ku*.
- Supriyanto, S., & Martiani, M. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan terhadap Keterampilan Smash dalam Permainan Bola Voli. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(1), 74–80. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.829>
- Syafruddin, M. A., Jahrir, A. S., Yusuf, A., & others. (2022). Peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam pembentukan karakter bangsa. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 10(2), 73–83.