



**Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli  
pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota  
Semarang Tahun 2018**

**SKRIPSI**

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1  
untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang**

**Oleh**

**Mutiara  
6301414158**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2019**

## ABSTRAK

**Mutiara. 2018.** “Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang Tahun 2018”. Skripsi Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Utama : Drs. Joko Hartono, M.Pd.

Kata Kunci : **Survei Teknik Dasar Bola Voli**

Latar belakang penelitian ini adalah Prestasi yang diperoleh maka peneliti tertarik untuk mengetahui skill atlet bola voli pada Klub tersebut. Rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana kemampuan teknik dasar permainan bola voli pada klub bola voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018”. Tujuan penelitian ini adalah “Untuk mengetahui kemampuan teknik dasar permainan bola voli pada klub bola voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018”.

Metode penelitian yang digunakan penelitian ini adalah survei tes, yaitu mengambil data penelitian menggunakan tes standar. Variabel penelitian ini yaitu kemampuan teknik dasar permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018. Sampel penelitian ini adalah pemain bola voli Putra Taruna Merah Putih berjumlah 16 pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampel. Metode analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentase. Instrument penelitian diperoleh dari tes servis, tes *passing bawah*, tes *passing atas*, dan tes *smash*.

Hasil penelitian teknik bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih memperoleh kategori baik, kategori baik sekali sebanyak 1 orang atau sebesar 6,25%, kategori baik sebanyak 7 orang atau sebesar 43,75%, kategori sedang sebanyak 7 orang atau sebesar 43,75%, dan kategori kurang sebanyak 1 orang atau sebesar 6,25%.

Simpulan penelitian ini adalah pemain bola voli putra Taruna Merah Putih dapat melakukan teknik bola voli dengan baik. Saran penelitian yaitu perlu adanya penambahan latihan, sehingga pemain akan mampu meningkatkan tingkat kemampuan teknik dasar bola voli khususnya teknik *smash*.

## ABSTRACT

**Mutiara.** 2018. "The Survey of Basic Volleyball Game Skills Ability at the Putra Taruna Merah Volleyball Club of Semarang City in 2018". A final project of Department of Sports Coaching Education, Universitas Negeri Semarang. Main Advisor: Drs. Joko Hartono, M.Pd.

Keywords: **Volleyball Basic skills Survey**

The background of this research was the Achievement obtained, the researcher was interested in knowing the skill of the volleyball athlete at the Club. The formulation of the research problem was "How is the ability of the basic techniques of volleyball in volleyball club Putra Taruna Merah Putih Semarang City in 2018". The purpose of this study was "To find out the basic techniques of volleyball playing at volleyball club Putra Taruna Merah Putih Semarang City in 2018".

The research method used in this study was a test survey, which was taking research data using standard tests. The variables of this study were the ability of the basic volleyball technique in the men's volleyball club Taruna Merah Putih Semarang City in 2018. The sample of this study was 16 volleyball men players at Taruna Merah Putih club. The sampling technique uses a total sample technique. Data analysis method uses percentage descriptive analysis techniques. The research instrument was obtained from service tests, lower passing tests, top passing tests, and smash tests.

The results of volleyball technique research at Taruna Merah Putih man's volleyball club have good categories, very good category as many as 1 person or 6.25%, good category as many as 7 people or 43.75%, medium category as many as 7 people or 43.75%, and less categories 1 person or 6.25%.

The conclusion of this study was that volleyball players in Taruna Merah Putih can do volleyball techniques well. Suggestions for research are the need for additional training, so that players will be able to increase the level of basic skills of volleyball, especially smash techniques.

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini, saya:

Nama : Mutiara

NIM : 6301414158

Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang Tahun 2018

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian dalam tulisan ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Agustus 2019  
Yang menyatakan,



Mutiara  
NIM: 6301414158

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : *P*-*abu*.

Tanggal : 31 Juli 2019

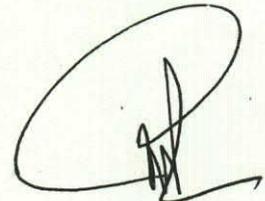
Menyetujui,

Ketua Jurusan PKLO



Soedjatmiko, S.Pd., M.Pd  
NIP. 197208151997021001

Pembimbing



Dr. Rubianto Hadi, M.pd  
NIP. 196302061988031001

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Mutiara. NIM 6301414158. Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Judul "Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang Tahun 2018" telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis tanggal 8 Agustus 2019.

Panitia Ujian

  
Ketua  
Prof. Dr. Tandip Rahayu, M.Pd  
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

  
Tri Tunggal Setiawan, S.Pd, M.Kes  
NIP. 196803021997021001

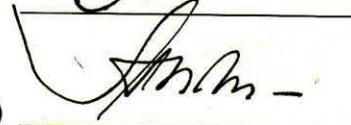
Dewan Penguji

1. Dr. Nasuka, M.Kes  
NIP. 195909161985111001
2. Dra. M.M. Endang Sri Retno, M.S  
NIP. 195511011983032001
3. Dr. Rubianto Hadi, M.Pd  
NIP. 196302061988031001

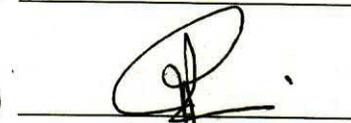
(Ketua)



(Anggota)



(Anggota)



## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO :**

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”. (Quran 02:286)

### **PERSEMBAHAN :**

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Ayah saya Tri Puranto & ibu saya Tri Madiyah Ningrum
2. Keluarga saya yang selalu mendoakan saya
3. Semua teman-teman seperjuangan PKLO' 14 Yang telah memberikan bantuan baik tenaga maupun pikiran. Almamater FIK UNNES tercinta

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah atas berkat rahmat serta hidayah Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi, sehingga penulis juga dapat menyelesaikan studi program Sarjana di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tiada terhingga, kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat serta ijin penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Joko Hartono, M.Pd. Alm dan Dr. Rubianto Hadi, M.pd. selaku Pembimbing yang telah memberikan petunjuk, dan motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan PKLO, FIK, UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada peneliti hingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ayah, Ibu, serta saudara tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materil serta doa restu demi terselesaikannya skripsi ini.
7. Pelatih dan pemain Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang yang bersedia mengikuti arahan dalam penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses penyusunan skripsi..

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, 8 Agustus 2019

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1    Latar belakang.....	1
1.2    Identifikasi Masalah.....	5
1.3    Pembatasan Masalah.....	5
1.4    Rumusan Masalah.....	5
1.5    Tujuan Penelitian.....	6
1.6    Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS</b>	
2.1    Landasan Teori.....	7
2.1.1    Tinjauan Tentang Bola Voli.....	7
2.1.2    Teknik Dasar Bola Voli.....	8
2.1.3    Macam-macam Teknik Dasar Bola Voli.....	9
2.1.3.1    Teknik Dasar Servis.....	9
2.1.3.2    Teknik Dasar <i>Passing</i> .....	11
2.1.3.2.1 <i>Passing Bawah</i> .....	11
2.1.3.2.2 <i>Passing Atas</i> .....	14
2.1.3.3    Teknik Dasar <i>Smash</i> atau <i>Spike</i> .....	15
2.1.4    Prestasi.....	17
2.1.4.1    Pengertian Prestasi.....	17
2.1.4.2    Faktor yang Menentukan Prestasi.....	17
2.2    Kerangka Berfikir.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1    Jenis dan Desain Penelitian.....	23
3.2    Variabel Penelitian.....	24
3.3    Populasi.....	24
3.4    Sampel.....	25
3.5    Metode Pengumpulan Data.....	25

3.6	Instrumen Penelitian.....	26
3.6.1	Tes <i>Servis</i> .....	26
3.6.2	Tes <i>Passing</i> .....	27
3.6.3	Tes <i>Smash</i> .....	29
3.7	Faktor yang Mempengaruhi Penelitian .....	30
3.8	Metode Analisis Data .....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1	Hasil Penelitian .....	34
4.1.1	Deskripsi Data.....	34
4.1.1.1	<i>Servis</i> .....	34
4.1.1.2	<i>Passing Bawah</i> .....	36
4.1.1.3	<i>Passing Atas</i> .....	37
4.1.1.4	<i>Smash</i> .....	37
4.1.1.5	Teknik Dasar Bola Voli .....	38
4.2	Pengolahan Data .....	39
4.2.1	<i>Servis</i> .....	39
4.2.2	<i>Passing Bawah</i> .....	40
4.2.3	<i>Passing Atas</i> .....	42
4.2.4	<i>Smash</i> .....	44
4.2.5	Teknik Dasar Bola Voli .....	45
4.3	Pembahasan Teknik Bola Voli.....	46
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>		
5.1	Simpulan .....	49
5.2	Saran .....	49
DAFTAR PUSTAKA.....		51
LAMPIRAN .....		52

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Penentuan Kategori Servis .....	27
2. Penentuan Kategori <i>Passing</i> .....	29
3. Penentuan Kategori <i>Smash</i> .....	30
4. Hasil Analisa Servis .....	36
5. Hasil Analisa <i>Passing</i> Bawah.....	36
6. Hasil Analisa <i>Passing</i> Atas .....	37
7. Hasil Analisa <i>Smash</i> .....	38
8. Hasil Analisa Servis .....	39
9. Hasil Analisa <i>Passing</i> Bawah.....	41
6. Hasil Analisa <i>Passing</i> Atas .....	42
7. Hasil Analisa <i>Smash</i> .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Servis Atas .....	11
2 Sikap Saat Perkenaan Bola <i>Pass</i> Bawah.....	12
3 <i>Passing</i> Atas.....	15
4 <i>Smash</i> . .....	16

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Hasil Tes Servis.....	40
2. Hasil Tes <i>Passing</i> Bawah .....	41
3. Hasil Tes <i>Passing</i> Atas .....	43
4. Hasil Tes <i>Smash</i> .....	44
5. Hasil Tes Teknik Dasar Bola Voli.....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SK Dosen Pembimbing.....	53
2. Surat ijin Penelitian .....	54
3. Surat Balasan Penelitian .....	55
4. Daftar Nama Pemain .....	56
5. Hasil Tes Servis .....	57
6. Hasil Tes <i>Passing</i> Bawah .....	58
7. Hasil Tes <i>Passing</i> Atas .....	59
8. Hasil Tes <i>Smash</i> .....	60
9. Hasil Analisis Servis .....	61
10. Hasil Analisis Tes <i>Passing</i> Bawah .....	62
11. Hasil Analisis Tes <i>Passing</i> Atas .....	63
12. Hasil Analisis Tes <i>Smash</i> .....	64
13. Hasil Analisis Teknik Dasar Bola Voli .....	65
14. Dokumentasi Penelitian .....	66

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah salah satu kebutuhan manusia yang primer. Pada saat berolahraga, manusia dapat menghilangkan penat, menyegarkan badan, menyetakan badan, berinteraksi dengan sesama, bersosialisasi dan lain sebagainya. Berdasarkan pengertian secara umum, olahraga yaitu olah berarti laku, olah, cara, perbuatan, sedangkan raga berarti badan, tubuh. Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia (1985) olahraga merupakan gerak badan untuk menguatkan dan menyetakan tubuh, serta permainan, hiburan, pertandingan yang memerlukan keterampilan fisik. Olahraga juga merupakan suatu bentuk pendidikan dari perorangan dan masyarakat yang mengutamakan gerakan jasmani yang dilakukan di dalam ruangan maupun di luar ruangan secara sadar dan sistematis serta berlangsung seumur hidup dan diharapkan dapat tercapainya suatu kualitas kehidupan yang lebih tinggi. (Perpustakaan Pusat Ilmiah Keolahragaan, Jakarta ; 1981). Menurut Boy dalam Watson (1992) olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial.

Dewasa ini, manusia gemar melakukan kegiatan olahraga. Kegiatan olahraga yang dilakukan memiliki tujuan yang bermacam-macam sesuai dengan kebutuhan. Ada yang menjurus kepada prestasi, ada yang hanya sekedar hobi, dan ada yang bertujuan untuk kesehatan. Bahkan ada pula yang menjurus pada

perbisnisan. Ada banyak olahraga yang digemari, seperti *jogging*, renang, senam, sepakbola, basket, voli, dan masih banyak lagi. Tujuan dari semua olahraga tersebut adalah untuk rekreasi, kesehatan, hobi atau bahkan sudah menjurus kepada prestasi. Salah satu olahraga yang digemari manusia di dunia adalah bola voli. Bola voli merupakan permainan bola besar yang populer pada semua kalangan. Bola voli adalah salah satu cabang permainan bola besar yang mudah dimainkan. Bagaimana tidak, dengan sarana dan prasarana yang sederhana, permainan ini dapat dilakukan dengan 6 (enam) orang dalam satu tim. Bahkan hanya 1 (satu), 2 (dua) atau 3 (tiga) orang pun olahraga ini dapat dimainkan.

Permainan bola voli dimainkan pada lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Lapangan bola voli terbagi menjadi 2 bagian sama besar yang masing-masing memiliki luas 9 x 9 meter. Pada tengah lapangan dibatasi oleh garis tengah yang membagi lapangan menjadi 2 bagian sama besar. Masing-masing lapangan terdiri dari daerah serang dan daerah pertahanan. Daerah serang yaitu daerah yang dibatasi oleh garis tengah lapangan dengan luas 9 x 3 meter. Kemudian memiliki daerah *service* selebar 9 meter terletak pada garis belakang lapangan. Daerah tersebut dibatasi oleh dua garis pendek sepanjang 15 cm yang dibuat 20 cm di belakang garis akhir. Kedua garis pendek tersebut sudah termasuk di dalam daerah *service*, perpanjangan daerah *service* adalah kebelakang sampai dengan batas akhir daerah bebas.

Bola yang digunakan terbuat dari kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis dengan bagian dalam terbuat dari karet atau bahan sejenis. Keliling bola 64–67cm dan memiliki berat 260 – 280 gram, tekanan di dalam bola antara 0,39

– 0,325 kg/cm<sup>2</sup>. Tinggi net untuk permainan bola voli putra yaitu 2,43 meter dan 2,24 meter untuk tinggi net putri. Dengan jaring net yang berukuran tidak lebih dari 9,50 meter dan lebar 1,00 meter dengan petak-petak atau mata jaring berukuran 10 x 10 cm.

Pada awalnya ide permainan bola voli adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangi permainan dengan mematikan bola di daerah lawan (M. Yunus 1992:1). Dengan demikian permainan ini digemari oleh banyak orang di dunia. Masyarakat Indonesia pun demikian, dari orang tua, pemuda, remaja, hingga anak-anak semua menyukai permainan ini.

Jauh daripada itu, permainan ini sudah merambah ke dunia prestasi. Banyak klub-klub yang bermunculan, dari klub-klub bola voli pada kota besar, hingga di kabupaten-kabupaten di pelosok Nusantara ini. Melihat animo masyarakat Indonesia yang begitu tinggi, tidak salah apabila permainan ini terus-menerus berkembang. Selain sebagai olahraga hiburan, rekreasi, atau sekedar hobi, permainan ini juga telah dipertandingkan pada pesta olahraga besar, seperti: PON, SEA GAMES, ASIAN GAMES, dan Olympiade. Bukan hanya itu, pada tingkat sekolah seperti SD, SMP, SMA-pun juga sudah sering diperlombakan. Di antaranya yaitu POPDA, O2SN, Ulang tahun Instansi atau sekolah, dan lain sebagainya. Perusahaan-perusahaan besarpun juga sering menyelenggarakan *tournament* untuk klub-klub bola voli.

Pada kota Semarang sendiri, banyak klub bola voli putra maupun putri. Antara lain untuk klub bola voli putra yaitu Vopas, Tunas BNI, Bina Taruna dan Taruna Merah Putih yang merupakan klub baru di kota Semarang. Kemudian untuk klub bola voli putri yaitu Tugu Muda, Vopas, Mitra Kencana, Taruna Merah

Putih, Talenta, dan masih banyak lagi. Salah satu tim bola voli yang menanjak naik di kota Semarang adalah Taruna Merah Putih. Terlepas dari sejarah kelam perpecahan dari klub bola voli putri Tugu Muda, sekitar tahun 2010 orang tua atlet sepakat mendirikan klub bola voli putri sendiri. Bapak Mugiyono yang saat ini menjadi ketua umum dan bapak Ibnu sebagai ketua lapangan, pada saat itu mencoba membentuk klub bola voli putri. Sampai saat ini, klub bola voli putri Taruna Merah Putih masih *eksis* di belantika perbolavolian kota Semarang. Dan tidak hanya itu, klub bola voli Taruna Merah Putih baru-baru ini juga mendirikan klub bola voli putra Taruna Merah Putih.

Klub bola voli putra Taruna Merah Putih berlatih dalam satu minggu sebanyak 3 kali, yaitu pada hari senin rabu dan hari jumat. Akan tetapi karena klub tersebut terbilang klub baru yang baru saja didirikan maka klub tersebut belum mempunyai program latihan yang terstruktur.

Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik. Menurut Drs. Suharno HP (1984:11) Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal (M. Yunus, 1992:68). Keterampilan bola voli merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan permainan bola voli yang didukung oleh kemampuan teknik individu maupun regu dalam mengolah suatu serangan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis bermaksud melakukan “Survei Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang Tahun 2018”.

## 1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan uraian tersebut, maka muncul permasalahan untuk diteliti, yaitu: “Bagaimana Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018” yang meliputi, *passing*, *service* dan *smash*. Untuk teknik dasar *blocking* tidak diteliti mengingat objek yang akan diteliti masih tergolong pemula.

## 1.3 PEMBATASAN MASALAH

Dalam penelitian ini, agar permasalahan tidak meluas dan lebih terfokus, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti dengan meneliti Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018.

## 1.4 RUMUSAN MASALAH

Penelitian ini dilakukan karena peneliti ingin mengetahui “Bagaimana Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada Klub Bola Voli Putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018”. Dari latar belakang di atas permasalahan yang perlu diteliti meliputi :

- 1) Bagaimana kemampuan teknik dasar dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018?
- 2) Bagaimana kemampuan teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018?
- 3) Bagaimana kemampuan teknik dasar *service* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018?
- 4) Bagaimana kemampuan teknik dasar *smash* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018?

## 1.5 TUJUAN PENELITIAN

Mengacu pada permasalahan yang telah disebutkan, maka tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- 1) Kemampuan teknik dasar dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018.
- 2) Kemampuan teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018.
- 3) Kemampuan teknik dasar *service* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018.
- 4) Kemampuan teknik dasar *smash* dalam permainan bola voli pada klub bola voli putra Taruna Merah Putih tahun 2018.

## 1.6 MANFAAT PENELITIAN

Dalam penelitian ini, ada manfaat yang bisa di dapat, yaitu:

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tentang kemampuan teknik dasar *passing*, *service* serta *smash* para atlet.
2. Penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dan kemajuan program latihan untuk prestasi atlet.
3. Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi semua pelatih bola voli khususnya pelatih Klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang dalam memberikan bimbingan bagi para atletnya dalam mempelajari teknik dasar permainan bola voli.
4. Penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Landasan teori**

##### **2.1.1 Tinjauan Tentang Bola Voli**

Permainan bola voli adalah permainan beregu yang mengandalkan keterampilan setiap individu pemain, maka dalam permainan ini memerlukan teknik dasar sebaik mungkin agar dapat bermain dengan baik, maka perlulah kiranya setiap pemain secara perorangan berusaha meningkatkan penguasaan teknik dasar dalam permainan bola voli secara sempurna (Suharno HP, 1984:12).

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Nuril Ahmadi (2007:20).

Menurut M. Sajoto (1995:7) Dalam usaha untuk mencapai suatu keberhasilan di dalam mencapai prestasi yang optimal ada beberapa faktor yang menentukan, antara lain :

- 1) Kondisi fisik atau tingkat kesegaran jasmani.
- 2) Kemampuan teknik dan keterampilan yang dimilikinya.
- 3) Masalah-masalah lingkungan.
- 4) Pengembangan mental.
- 5) Kematangan.

Kemampuan teknik dan keterampilan yang dimiliki merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam permainan bola voli. Teknik adalah suatu proses

melakukan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli (Suharno H.P, 1981:35).

Agar kecakapan bermain bola voli dapat ditingkatkan maka teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik, dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dipelajari terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya satu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik,mental dan taktik (Suharno H.P,1981:35).

### **2.1.2 Teknik Dasar Bola Voli**

Menurut Suharno HP (1981:35) dalam permainan bola voli, ada beberapa macam teknik dasar yang harus dikuasai mengingat pentingnya teknik dasar permainan bola voli hal ini menyangkut hal-hal sebagai berikut :

1. Pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan dalam melakukan teknik.
2. Karena terpisahnya tempat antara regu yang satu dengan regu yang lainnya,sehingga tidak terjadi adanya sentuhan badan dari pemain lawan,maka pengawasan wasit terhadap kesalahan teknik ini lebih seksama.
3. Banyak unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik ini antara lain, membawa bola, mendorong bola, mengangkat bola, dan pukulan rangkap.
4. Permainan bola voli adalah permainan yang cepat, artinya untuk memainkan bola sangat terbatas, sehingga penguasaan teknik yang tidak sempurna akan memungkinkan timbul kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar.

5. Penguasaan taktik-taktik yang tinggi hanya dimungkinkan apabila penguasaan teknik dasar yang tinggi dalam bola voli cukup sempurna.

### **2.1.3 Macam-macam Teknik Dasar Bola Voli**

#### **2.1.3.1 Teknik Dasar Servis**

Pada mulanya *service* hanyalah merupakan pukulan pembukaan untuk memulai permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai permulaan pertandingan, jika ditinjau dari sudut taktik adalah merupakan suatu awal untuk mendapatkan nilai agar regu berhasil meraih kemenangan. *Service* adalah suatu upaya memasukkan bola ke daerah lawan oleh pemain belakang yang berada di daerah *service* untuk memukul bola dengan satu tangan. Sedangkan menurut Dieter Beutelstahl (2011 :8) *service* adalah sentuhan pertama dengan bola. Sesuai dengan perkembangan zaman maka peraturan permainan bola voli juga berkembang, hal ini dapat kita lihat pada peraturan permainan bola voli yang diterbitkan tahun 2001 khususnya tentang sistem penilaian. Dengan sistem penilaian *rally point*, apabila server melakukan kesalahan maka di samping *service* berpindah juga lawan akan mendapat tambahan nilai. Oleh karena *service* juga begitu penting maka pelatih harus selalu berusaha memberikan penekanan bahwa *service* adalah merupakan serangan yang pertama.

Macam-macam teknik dan variasi servis menurut M. Yunus (1992:69) diantaranya :

- a. Servis tangan bawah (*Underhand service*)
- b. *Service* mengapung (*Floating service*)
  1. *Floating overhand service*.
  2. *Overhand change-Up service*.

### 3. *Overhand round-hause service (Hook service).*

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Ahmadi Nuril (2007:20)

#### 2.1.3.1.1 *Floating Service (Servis melayang atau melambung)*

Yang dimaksud dengan *floating* servis adalah jenis servis dimana jalannya bola dari hasil pukulan servis itu tidak mengandung putaran-putaran dengan kata lain bola berjalan mengapung atau mengambang. Ahmadi Nuril (2007:21). Cara melakukan servis *floating*:

##### a. Sikap Permulaan

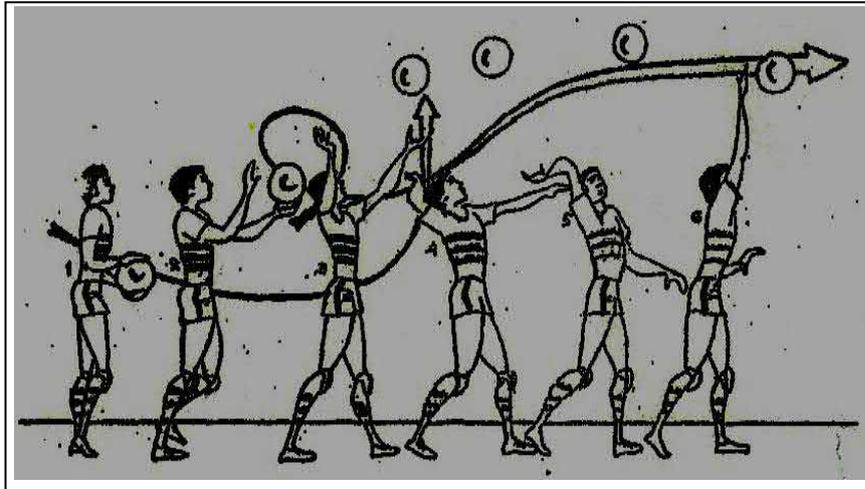
Berdiri didaerah servis menghadap ke lapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri di depan dan jika kidal sebaliknya, namun ada juga pemain yang berdiri dengan kedua kaki sejajar menghadap ke net. Bola dipegang setinggi kepala, tangan kanan menggenggam atau dapat juga telapak tangan terbuka.

##### b. Gerak Pelaksanaan

Bola dilambungkan di depan atas lebih tinggi dari kepala tangan kanan segera memukul bola pada bagian belakang dari bola dan gaya yang mengenai bola harus memotong garis tengah bola, untuk menghindari terjadinya putaran pada bola, pergelangan tangan lurus dikakukan.

##### c. Gerak Lanjutan

Gerak lanjutan lengan harus segaris dengan gaya yang dihasilkan atau didorongkan ke depan. Jika pukulan dilakukan dengan gerakan yang cepat (keras) dapat dilakukan tanpa *follow through*.



Gambar 1. Servis mengapung (*floating service*)  
Sumber: M. Yunus, 1992:74

### 2.1.3.2 Teknik dasar Passing

*Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Ahmadi Nuril (2007:22).

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). *Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal dalam penyusunan pola serangan kepada regu lawan (M. Yunus, 1992:79).

Berikut macam-macam *passing* menurut M. Yunus (1992 : 79) :

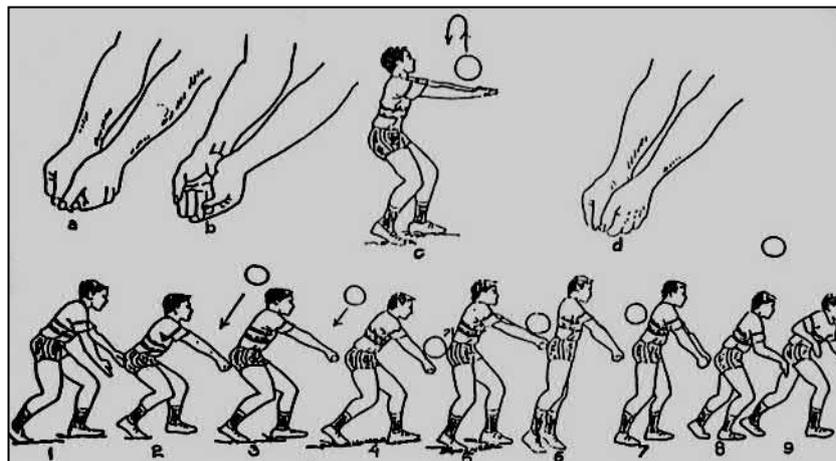
- a. *Pass* – Bawah Normal
- b. Variasi *Pass* – Bawah
- c. *Pass* – Atas Normal
- d. Variasi *Pass* – Bawah

#### 2.1.3.2.1 *Passing* Bawah

Aip Syarifuddin dari Muhadi (1992/1993: 189) mengatakan, *Pass* (*passing*) bawah adalah mengambil bola yang berada di bawah badan atau bola dari

bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari siku sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperkan kepada kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui di atas jaring.

Sukinta dkk, (1979:31) mengataka, Teknik *pass* bawah itu sikap permulaan : ambil posisi sikap normal. Pada saat tangan akan dikenakan pada bola,segera tangan dan juga lengan diturunkan serta,tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan lurus. Siku tidak boleh ditekuk,kedua lengan merupakan papan pemukul yang selalu lurus keadaannya.



Gambar 2. *Passing* bawah  
Sumber: M.Yunus, 1992:83

Menurut Sugiarto (2009: 21), “Hal yang perlu kamu perhatikan dalam *passing* bawah adalah gerakan mengambil bola,mengatur posisi,memukul bola dan mengarahkan bola kearah sasaran”.

Nuril Ahmadi (2007: 23) mengatakan bahwa kegunaan *passing* bawah antara lain :

1. Untuk menerima bola servis.
2. Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan/*smash*.
3. Untuk pengambilan bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan net.

4. Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan.
5. Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Kesalahan yang terjadi pada saat melakukan *passing* bawah menurut Barbara L.Viera (2004:21) adalah :

1. Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola, lanjutan lengan berada di atas bahu.
2. Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang buka lutut, sehingga bola yang dioper terlalu rendah dan terlalu kencang.
3. Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak kemuka.
4. Lengan terpisah sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operan bola salah.
5. Bola mendarat di lengan daerah siku, atau menyentuh tubuh.

Perbaiki pada saat melakukan *passing* bawah :

1. Biarkan bola bergerak sampai sejajar pinggang sebelum memukulnya. Coba untuk hentikan gerakan saat mendorong bola.
2. Tekuk lutut, jaga punggung tetap lurus pada saat berada di bawah bola, sentuh lantai dengan tangan agar dapat bertahan pada posisi rendah.
3. Pastikan berat badan bertumpu pada kaki depan dan tubuh membungkuk ke depan.
4. Tetapkan satukan lengan dengan menggenggam jari atau membungkus jemari yang satu dengan jemari yang lain dengan ibu jari sejajar.
5. Tahan lengan pada posisi sejajar paha dan terima bola jauh dari dada.

### 2.1.3.2.2 *Passing* atas

*Passing* atas merupakan salah satu teknik dimana seseorang dapat menguasai bola dengan efisiensi tinggi dan terkontrol dengan baik (Barbara L.V & Bonnie J.F, 2004 :51). *Passing* atas adalah teknik yang dilakukan dengan menggunakan ujung jemari tangan, seperti kita melakukan *set up*. Teknik dilakukan pada posisi di atas kepala. Cara melakukan *passing* atas menurut M. Yunus (1992:80) :

#### a. Sikap Permulaan

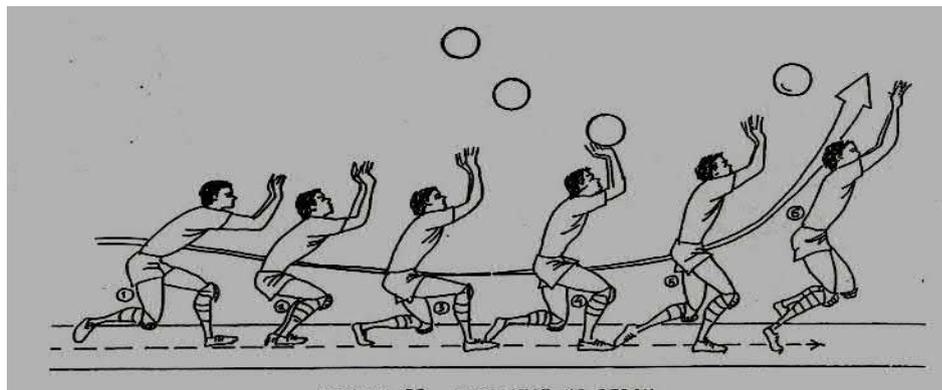
Ambil posisi kaki siap normal yaitu kedua kaki berdiri selebar bahu, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan badan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua tangan diangkat lebih tinggi dari dahi dan jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran bola.

#### b. Gerakan Pelaksanaan

Tepat saat bola berada diatas dan sedikit didepan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong bola. Permukaan bola pada permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua dan yang dominan mendorong bola, jari-jari agak ditegangkan, kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik.

#### c. Gerakan Lanjutan

Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan kedepan atas sebagai suatu gerakan lanjutan, diikuti dengan memindahkan berat badan kedepan dengan melangkahkan kaki belakang kedepan dan segera mengambil sikap dalam posisi normal kembali.



Gambar 3. Teknik *passing* atas  
Sumber: M.Yunus,1992:92

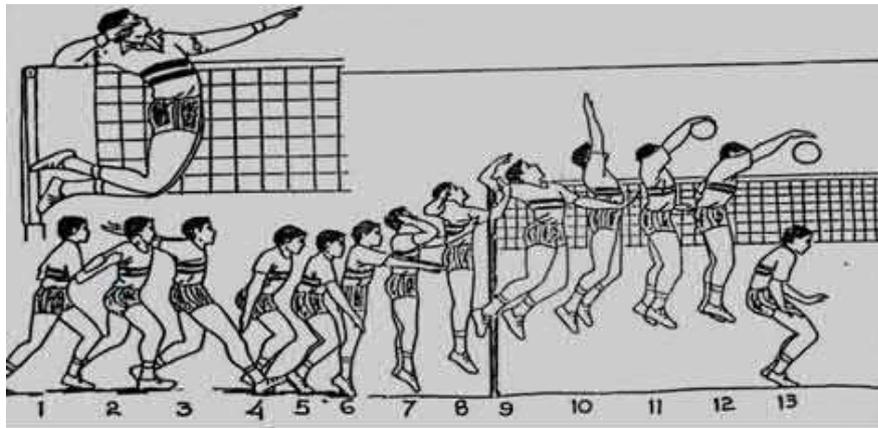
### 2.1.3.3 Teknik Dasar *Smash* atau *Spike*

Menurut Yunus (1992: 108) *smash* adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencari kemenangan. *Smash* adalah pukulan bola yang dari atas ke bawah, jalannya bola menukik (Ahmadi Nuril, 2007:31).

Menurut A. Sarumpet dkk (1992:99) *smash* atau *hard spike* ialah pukulan serangan yang keras.” Agar dapat melakukan *smash*, tangan dan bola harus berada di sebelah atas jaring (net), sehingga jalan bola dapat ditujukan curam ke bawah.

Sukinta dkk. (1979: 34) mengatakan, teknik *smash* itu sikap permulaan, dapat dimasukkan di sini saat-saat pengambilan awalan sampai dengan saat tolakan ke atas. Mula-mula mengambil sikap siap normal dengan jarak yang cukup dari jaring (3 sampai 4 meter). Pada saat mengadakan langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil di tempat.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut maka dapat disimpulkan *smash* adalah gerakan memukul bola dengan keras dan menukik ke lapangan lawan sehingga sulit dikembalikan.



Gambar 4. *Smash (spike)*  
Sumber: M. Yunus, 1992:113

Kesalahan-kesalahan yang terjadi dalam melakukan *smash* menurut Barbara L.Viera, (2004 : 78):

1. Bola menyangkut di net ketika melakukan tip, bola pelan dan bola keras.
2. Ketika melakukan *smash* menghentikan pendekatan dan menanti bola.
3. Menyentuh net ketika melakukan *smash*.
4. Setelah *smash* bola bergerak melewati garis belakang.
5. Lompatan kurang tinggi, ketika melakukan *smash*.

Perbaikan dalam melakukan *smash* sehingga dapat melakukan *smash* dengan baik, menurut Barbara L,Viera (2004 : 78).

1. Pukul bola tepat berada di depan bahu pemukul, semakin jauh jarak bola dari depan maka bola akan berada semakin rendah di depan ketika hendak memukul, sehingga kemungkinan bola menyangkut di net semakin besar.
2. Jangan mulai mendekati bola sebelum pada setengah jarak antara pemukul dan pengumpan.
3. Bola umpan harus paling tidak berjarak 1 kaki dari net, kemudian tumpuan harus bertumpu pada tumit untuk mencegah gerakan horizontal menjadi gerakan vertical.

4. Memukul bola tepat di depan bahu pemukul, tekuk jari dan tangan melewati bagian atas bola.
5. Bertumpu pada tumit untuk mengubah gerakan horizontal menjadi gerakan vertikal, kedua lengan harus mengayun sepenuh tenaga ke depan.

#### **2.1.4 Prestasi**

##### **2.1.4.1 Pengertian Prestasi**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2002;892) prestasi adalah hasil yang telah dicapai dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dan sebagainya. Melihat pengertian tersebut, prestasi dalam bola voli adalah suatu hasil yang dicapai ketika peserta didik atau seseorang bermain voli.

##### **2.1.4.2 Faktor-faktor yang Menentukan Prestasi**

Menurut Suharno (1986 :4), faktor faktor penentu pencapaian prestasi maksimal, adalah:

1. Faktor Endogen (atlet)
  - a. kesehatan fisik dan mental yang baik, terutama tidak berpenyakit jantung, paru-paru, saraf dan jiwa.
  - b. Bentuk tubuh, proporsi tubuh selaras dengan macam olahraga yang diikutinya. Setiap cabang olahraga menuntut tipologi fisik atlet yang berbeda-beda.
  - c. Kondisi fisik dan kemampuan fisik yang meliputi komponen kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, ketepatan, daya ledak, reaksi, stamina dan mobilitas.
  - d. Penguasaan teknik yang sempurna, baik teknik dasar, teknik menengah dan teknik-teknik tinggi.

- e. Menguasai masalah-masalah taktik perorangan, taktik kelompok, taktik tim, pola pertahanan dan penyerangan serta sistem-sistem bertanding.
- f. Memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik. Untuk mencapai prestasi semaksimal mungkin disamping prestasi fisik yang tinggi perlu motor penggerak dan pendorong dari aspek kejiwaan dan kepribadian. Misalnya daya fikir, kemauan, perasaan, akal, ulet, disiplin, etika dan tanggung jawab.
- g. Memiliki kematangan juara yang mantap artinya atlet tersebut dalam menghadapi pertandingan apapun macam dan kondisinya, selalu memperlihatkan keajegan prestasi cabang olahraga yang diikutinya.

## 2 Faktor-Faktor Eksogen

Menurut Suharno HP (1986 : 5) ada beberapa faktor eksogen yaitu sebagai berikut :

- a. *Coach* (pelatih), *Asisten Coach*, *Trainer*.

*Coach* atau pelatih adalah seorang yang professional yang tugasnya membantu atlet atau tim dalam mencapai prestasi yang tinggi. Selain itu, pelatih juga bertugas membantu atlet dalam pembentukan watak atau tingkah laku dalam kehidupan bermasyarakat.

*Coach* dalam melaksanakan tugasnya harus seperti orang tua, guru, pemimpin, polisi, hakim, teman, pelayan dalam rangka membina dan membimbing atlet asuhannya. Profesi pelatih terutama di Indonesia isinya pengorbanan melulu, apalagi apabila atletnya gagal, caci maki dari masyarakat akan melanda dirinya, karena belum diakui professional. Suharno HP (1986 : 4)

Menjadi pelatih jangan mengharapkan hasil yang muluk-muluk, berharaplah caci maki dari siapapun. Ingat kalau berhasil proses kepelatihannya yang disanjung-sanjung terutama atlet.

#### b. Tempat, Alat, Perlengkapan Keuangan

Masalah keuangan sangat menentukan prestasi olahraga mengingat segala kegiatan di dalam mencapai prestasi memerlukan pembiayaan yang tidak sedikit jumlahnya.

Sesuai dengan kemajuan teknologi di zaman modern ini, perlu peningkatan kuantitas dan kualitas sarana dan alat-alat olahraga sesuai dengan tuntutan olahraga yang diikutinya. Sarana dan alat olahraga yang memenuhi syarat mempunyai andil yang cukup berarti didalam pencapaian prestasi maksimal olahraga (Suharno HP, 1986:5)

#### c. Organisasi

Organisasi adalah kesatuan (susunan dsb) yang terdiri atas bagian-bagian (orang tsb) dalam perkumpulan dsb untuk tujuan tertentu. Organisasi juga diartikan kelompok kerja sama antara orang-orang yang diadakan untuk mencapai tujuan bersama (KBBI,2002;803).

Baik organisasi olahraga yang bersifat pemerintah maupun swasta sebagai wadah kegiatan olahraga prestasi, harus mempunyai struktur dan tata kerja yang baik, tegas dan jelas. Organisator-organisator harus memiliki sifat jujur, tanggung jawab dan berani berkorban.

#### d. Lingkungan

1. Tidur teratur antara 8-10 jam per hari.
2. Kehidupan sehari-hari yang teratur.
3. Hindarilah rokok, alkohol, morphin.
4. Makanan selalu segar sesuai dengan ilmu gizi.
5. Usahakan waktu untuk rekreasi
6. Kesehatan selalu dikontrol.

7. Segi sex diusahakan normal.

e. Alam Sekitar

1. Rumah bersih, terang, tenang dan nyaman.
2. Sopan santun dengan keluarga dan teman harus baik.
3. Keluarga dan masyarakat senang olahraga.
4. Belajar, berlatih, bekerja dan istirahat harus serasi.
5. Jaminan material harus baik (Suharno HP, 1986:6).

f. Udara dan Cuaca

1. Kelembaban udara lapangan dan gedung diusahakan selalu segar dan sehat.
2. Cuaca di luar, di dalam gedung, lapangan di pantai, lapangan di gunung, semuanya diperhitungkan untuk beradaptasi.

g. Syarat Materi Atlet

1. Perlengkapan dan materi yang memadai .
2. Pekerjaan untuk hari depan.
3. Keuangan perlu diperhatikan secukupnya.

h. Partisipasi Pemerintah

Dukungan moril dan bantuan material dari pemerintah pusat maupun pemerintah daerah merupakan andil yang cukup besar dalam menangani masalah peningkatan prestasi olahraga, kiranya tak usah di sangsikan lagi manfaatnya, apalagi di Indonesia.

i. Metode-metode Latihan Yang Efektif dan Efisien Didalam Proses Berlatih-Melatih (Suharno HP, 1986:7).

Menurut M. Anwar Pasau (1986:74) dalam M. Sajoto (1988:11-13), menguraikan tentang faktor-faktor penentu pencapaian prestasi dalam olahraga sebagai berikut :

a. Aspek Biologis

Aspek biologis terdiri dari: 1) potensi atau kemampuan dasar tubuh (*fundamental motor skill*), yang meliputi : kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), kelincahan dan koordinasi (*agility and coordination*), tenaga (*power*), daya tahan otot (*muscular endurance*), daya kerja jantung dan paru-paru (*cardio respiratory function*), kelenturan (*flexibility*) keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), kesehatan untuk olahraga (*health for sport*), 2) Fungsi organ-organ tubuh terdiri dari : daya kerja jantung peredaran darah, daya kerja paru-paru sistem pernafasan, daya kerja panca indera, 3) Struktur dan postur tubuh terdiri dari : ukuran tinggi dan panjang tubuh, ukuran besar, lebar dan berat tubuh, *somate-type* (bentuk tubuh, *endomorph*), *mesomorph*), dan *ectomorph*) dan 4). Gizi (sebagai penunjang aspek biologis) terdiri dari : jumlah makanan yang cukup, nilai makanan yang memenuhi kebutuhan, nutrisi makanan yang bermacam-macam.

b. Aspek Psikolog

Aspek psikolog terdiri dari : 1) intelektual (kecerdasan +IQ), ditentukan oleh pendidikan, pengalaman dan bakat, 2) motivasi yang terdiri dari : diri atas (internal) : perasaan, harga diri, kebanggaan, keinginan prestasi, kepercayaan diri, dari luar (eksternal) : penghargaan, pujian, hadiah kedudukan, 3) kepribadian terbagi menjadi dua yang menguntungkan dalam pembinaan prestasi ketekunan, kematangan, semangat, berani, teliti, cermat, berhati-hati, bijaksana, tenang, percaya diri, terkontrol, pintar, teguh pendirian, yang kurang menguntungkan : emosi, cepat bosan, ragu-ragu, pemalu, lambat menerima, curiga, menyendiri, penakut, tidak terkendali, dan 4) Koordinasi kerja otot dan syaraf yang meliputi : kecepatan reaksi motorik, kecepatan reaksi karena rangsangan penglihatan dan pendengaran.

c. Aspek Lingkungan (*Environment*)

Aspek lingkungan terdiri dari : 1) sosial : kehidupan sosial ekonomi, interaksi antara pelatih, atlet dan semua anggota tim, 2) orang tua, keluarga dan masyarakat (dorongan dan penghargaan).

d. Aspek Penunjang

Aspek penunjang meliputi : 1) Pelatih yang berkualitas tinggi, 2) Program yang tersusun secara sistematis, 3) Perhargaan masyarakat dan pemerintah, 4) Dana yang memadai dan 5) Organisasi yang tertib.

## 2.2 Kerangka Berfikir

Keterampilan bola voli sangatlah penting dalam permainan bola voli, hal ini dikarenakan teknik bola voli seperti: servis, *passing* dan *smash* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain dalam permainan bola voli. Servis merupakan suatu pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan. Sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai permulaan permainan, tetapi merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. *Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Sedangkan *smash* adalah teknik dasar untuk menyerang lawan untuk mendapat nilai agar satu regu berhasil meraih kemenangan. Oleh karena itu servis, *passing*, dan *smash* perlu dilakukan dengan sebaik-baiknya dalam suatu permainan olahraga bola voli.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kemampuan teknik dasar servis dalam permainan bola voli pada atlet klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018 yang termasuk dalam kategori baik sebanyak 8 orang
2. Kemampuan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli pada atlet klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018 yang termasuk dalam kategori baik sebanyak 9 orang
3. Kemampuan teknik dasar *passing* atas dalam permainan bola voli pada atlet klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018 yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 8 orang
4. Kemampuan teknik dasar *smash* dalam permainan bola voli pada atlet klub bola voli putra Taruna Merah Putih Kota Semarang tahun 2018 yang termasuk dalam kategori sedang sebanyak 7 orang

#### **5.2 Saran**

Saran yang diberikan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan
2. Bagi atlet klub bola voli putra Taruna Mera Putih Kota Semarang, perlu adanya penambahan jam latihan sehingga atlet dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar bola voli khususnya untuk teknik

3. Dasar *smash*, serta perlu ditambahkan kedisiplinan dan tekad berlatih yang sungguh-sungguh dalam berlatih supaya memperoleh hasil yang maksimal

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Nuril. 2007. Panduan Olahraga Bola Voli. Solo: Era Pustaka Utama.
- Beutelsthal, Dieter. 2011. Belajar Bermain Bola Voli. Bandung: Pioner Jaya Bandung.
- Depdiknas. 2011. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- FIK UNNES 2014. Buku Panduan Penulisan Skripsi FIK UNNES. Semarang: FIK UNNES.
- M. Yunus. 1992. Olahraga Pilihan Bola Voli. Jakarta: Dirjen Dikti Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- M. Sajoto. 1988. Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Semarang: Dahara Prize.
- Sugiyono, DR. 2014. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, H. P. 1981. Metodik dan Melatih Bola Voli. Yogyakarta.
- Suharno, H. P. 1986. Ilmu Kepeleatihan Olahraga. Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. Prosedur Penelitian. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sutrisno Hadi. 1986. Statistika Jilid 2. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sutrisno Hadi. 2004. Metodologi Research Jilid 3. Yogyakarta Andi Offset.
- Viera, Barbara L and Bonnie. 2004. Bola Voli Tingkat Pemula. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wahjosumijdo. 2002. Kepemimpinan dan Motivasi. Jakarta.