



**PERBEDAAN *SETTING* PERMAINAN BOLAVOLI ANTARA
ELITE ATLET PELAJAR TIM INDONESIA DAN TIM
THAILAND PADA PERTANDINGAN ASEAN SCHOOL
GAMES KE 11 TAHUN 2019**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Universitas Negeri Semarang**

**oleh
Agnestasia Regina Adityas Kusumaningrum
6101416070**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020**

ABSTRAK

AGNESTASIA REGINA ADITYAS KUSUMANINGRUM. 2020. Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia Dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games ke 11 Tahun 2019. Skripsi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang. Dr. Agung Wahyudi, S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci : *Setting*, Bolavoli, *ASEAN School Games*

Tim Indonesia dan tim Thailand merupakan tim dari negara yang memiliki tingkat persaingan sangat ketat dan saling mengalahkan, terbukti dari data selama kejuaraan *ASEAN School Games* berlangsung, tim Indonesia selalu bertemu tim Thailand dalam babak final. *Setting* atau mengumpan merupakan salah satu kunci keberhasilan permainan bolavoli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *setting*, meliputi arah umpan, jenis lambungan umpan, efektifitas umpan pada atlet bolavoli pelajar tim Indonesia dan tim Thailand pada kejuaraan *ASEAN School Games* 2019 di kota Semarang.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah *elite* atlet pelajar tim putra-putri Indonesia dan tim putra-putri Thailand yang berjumlah 48 atlet. Instrumen penelitian ini menggunakan metode observasi. Analisis data menggunakan deskriptif presentase.

Hasil penelitian meliputi tim Indonesia putra arah umpan depan 117 (66,24%), jenis umpan *open spike* 143 (61,54%). Tim Indonesia putri arah umpan depan 156 (60,58%), jenis umpan *open spike* 210 (57,38%). Tim Thailand putra arah umpan depan 126 (61,11%), jenis umpan *open spike* 205 (63,66%). Tim Thailand putri arah umpan depan 178 (67,98%), jenis umpan *open spike* 197 (64,47%). Rekapitulasi *setting* tim Indonesia putra 69,77% masuk dalam kategori baik, tim Indonesia putri 61,05% masuk dalam kategori baik. Rekapitulasi *setting* Tim Thailand putra 68,42% masuk dalam kategori baik, tim Thailand putri 69,36% masuk dalam kategori baik. Umpan yang lebih efektif berdasarkan rekapitulasi *setting* untuk tim putra lebih efektif tim Indonesia putra, untuk tim putri lebih efektif tim Thailand putri.

Simpulan dari penelitian ini adalah kriteria keberhasilan *setting* tim Indonesia putra-putri masuk dalam kategori baik dan kriteria keberhasilan *setting* tim Thailand putra-putri masuk dalam kategori baik. Saran yang dapat diberikan yaitu pada permainan bolavoli modern perlu lebih ditingkatkan latihan jenis variasi umpan bola cepat, karena bola cepat lebih efektif dan menguntungkan.

ABSTRACT

AGNESTASIA REGINA ADITYAS KUSUMANINGRUM. 2020. The Difference of Volleyball Match Setting between Indonesia and Thailand in the 11th Asean School Games 2019. A final project of Physical education, realth and recreation. Semarang State University. Dr. Agung Wahyudi, S.Pd, M.Pd.

Keywords: Setting, Volleyball, ASEAN School Games

Both Indonesia and Thailand teams are countries which have strict and strong competition levels proven by always competing each other on finals at ASEAN School Games. Setting or overhead pass in one of the keys to win a volleyball game. This research is aimed to observe setting skill which includes setting directions, types of bounce sets, its effectiveness on Indonesia vs Thailand teams at ASEAN School Games 2019 in Semarang.

This research used qualitative method with case study approach. The subjects of this research were the elite athlete of the Indonesian and the Thailand teams that were totally 48 participants. The instrument of this research used observation method. The data analysis used percentage descriptive.

The results of the research shows that Indonesian men team made 117 (66.24%) front setting directions and 143 (61.54%) open spike sets. Indonesia woman team made 156 (60.58%) front setting direction and 210 (57.38%) open spike sets. Thailand team made 126 (61.11%) front setting directions and 205 (63.66%) open spike sets. Beside, Thailand woman team made 178 (67.98%) front setting directions and 197 (64.47%) open spike sets. Recapitulation setting of Indonesian men team 69.77% entered in good category, Indonesian women team of 61.05% entered into good category. Recapitulation setting of Thailand men team 68.42% entered in a good category, Thailand women team 69.36% entered in a good category. The more effective bait based on the recapitulation setting for the men team is more effective the Indonesian men team, for the women team more effectively the Thailand women team.

The conclusion of this research is setting achievements got by all Indonesian teams is categorized as the good ones and Thailand's is the same. Suggestion that can be provided is they need to improve any kinds of setting practice in quick ball as it is more effective and advantageous.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Agnestasia Regina Adityas Kusumaningrum

NIM : 6101416070

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar
Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN
School Games Ke 11 Tahun 2019

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

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

Semarang, 06 Mei 2020

Yang menyatakan,


Agnestasia Regina Adityas K
NIM 6101416070

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Perbedaan Tingkat Keterampilan Gerak Setting

Permainan Bolavoli Antara Elit Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand

Disusun oleh :

Nama : Agnestasia Regina Adityas Kusumaningrum

NIM : 6101416070

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal oleh:

Menyetujui,
Ketua Jurusan PJKR



Dr. Remin S.Pd., M.Pd

NIP. 197002231995122001

23/3.20

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197709082005011001

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Agnestasia Regina Adityas Kusumaningrum NIM 6101416070 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia Dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games Ke 11 Tahun 2019 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Rabu, tanggal 06 Mei 2020.

Panitia Ujian

Ketua



Prof. Dr. Tandiy Rahayu, M.Pd
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

Donny Wira Yudha K, S.Pd., M.Pd., Ph. D
NIP. 198402292009121004

Dewan Penguji

Acc, 15/5/2020

1. Dr. Tri Rustiadi, M.Kes.
NIP. 196410231990021001

2. Ranu Baskora A.P. S.Pd., M.Pd
NIP. 197412151997031004

3. Dr. Agung Wahyudi, M.Pd.
NIP. 197709082005011001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Hiduplah secara sederhana. Bermimpilah yang besar. Bersyukur. Berilah Cinta.

Tertawalah yang banyak (Paulo Coelho).

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Yohanes Babtis Mahatma dan Ibu Yayuk, yang selalu senantiasa mendoakan, memberi semangat dan kasih sayangnya serta dukungan yang tulus dan memberi nasehat serta bimbingan moral kepada saya.
2. Adik-adik saya, Bona Ventura Christian Narendra dan Veronica Dewi Aqila Mutiara Kasih yang memberikan semangat serta dukungan buat saya.
3. Teman-teman PJKR B dan PJKR angkatan 2016, serta teman-teman yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
4. Almamater Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan berkat yang diberikan, peneliti dapat menyelesaikan karya tulis berbentuk skripsi yang berjudul “Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games Ke 11 Tahun 2019”

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti memahami bahwa tidak akan berhasil tanpa bimbingan, motivasi dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Dr. Agung Wahyudi, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen serta Staff Karyawan Tata Usaha Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ilmu pengetahuan sebagai bekal dan memberikan layanan serta informasi kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

6. Para peserta tim bolavoli *elite* atlet Indonesia putra-putri dan tim bolavoli *elite* atlet Thailand putra-putri yang telah bersedia untuk menjadi sampel penelitian ini.
7. Semua pihak yang turut membantu dan mendoakan penulis dalam menyusun skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlimpah dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya olahraga bolavoli.

Semarang, 06 Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Fokus Masalah	10
1.4 Rumusan Masalah.....	10
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 Kajian Pustaka.....	12
2.1.1 ASEAN School Games	12
2.1.2 Hakikat Keterampilan	13
2.1.3 Hakikat Olahraga	14
2.1.4 Hakikat Bolavoli	16
2.1.5 Kunci Keberhasilan Bermain Bolavoli.....	18
2.1.6 Teknik Dasar Bolavoli	21
2.1.7 Pengumpan (<i>Setter</i>) Bolavoli	30
2.1.8 <i>Setting</i> / Mengumpan	32
2.1.9 Macam-macam Umpan.....	34

2.1.10 Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan <i>Setting</i>	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Jenis Penelitian	37
3.2 Lokasi Penelitian	37
3.3 Subjek	37
3.4 Objek.....	38
3.5 Instrumen Penelitian	38
3.6 Teknik Analisis Data	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
4.1 Hasil Penelitian.....	46
4.2 Deskripsi Data	46
4.2.1 Arah Lambungan Umpan Yang Digunakan	47
4.2.2 Jenis Lambungan Yang Digunakan.....	51
4.2.3 Perbandingan Rekapitulasi Efektifitas Umpan Yang Digunakan Antara Indonesia Putra-Putri dan Tim Thailand Putra-Putri	55
4.3 Pembahasan	62
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Data Kejuaraan Bolavoli ASEAN School Games Putra	4
1.2 Data Kejuaraan Bolavoli ASEAN School Games Putri	4
1.3 Hasil Kejuaraan ASEAN School Games Putra	5
1.4 Hasil Kejuaraan ASEAN School Games Putra	5
3.1 Subyek Penelitian	38
3.2 Penilaian Setting Menurut Jenis Lambungan Umpan Yang Digunakan.....	40
3.3 Penilaian Setting Menurut Arah Lambungan Umpan Yang Digunakan.....	42
3.4 Rekapitulasi Setting	44
3.5 Kriteria Tingkat Keberhasilan Setting	45
4.1 Hasil Penelitian Tim Indonesia Putra Berdasarkan Arah Lambungan Umpan	47
4.2 Hasi Penelitian Tim Indonesia Putri Berdasarkan Arah Lambungan Umpan	48
4.3 Hasil Penelitian Tim Thailand Putra Berdasarkan Arah Lambungan Umpan	49
4.4 Hasil Penelitian Tim Thailand Putri Berdasarkan Arah Lambungan Umpan	50
4.5 Hasil Penelitian Tim Indonesia Putra Berdasarkan Jenis Lambungan.....	51
4.6 Hasil Penelitian Tim Indonesia Putri Berdasarkan Jenis Lambungan.....	52
4.7 Hasil Penelitian Tim Thailand Putra Berdasarkan Jenis Lambungan	53
4.8 Hasil Penelitian Tim Thailand Putri Berdasarkan Jenis Lambungan.....	54

DAFTAR DIAGRAM

Diagram	Halaman
4.1 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putra Pertandingan 1.....	55
4.2 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putra Pertandingan 2.....	55
4.3 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putra Pertandingan 3.....	56
4.4 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putra Pertandingan 4.....	56
4.5 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putra Pertandingan 1.....	56
4.6 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putra Pertandingan 2.....	57
4.7 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putra Pertandingan 3.....	57
4.8 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putra Pertandingan 4.....	57
4.9 Rekapitulasi Keefektifan Setting Antara Tim Indonesia Putra dan Tim Thailand Putra	58
4.10 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putri Pertandingan 1	59
4.11 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putri Pertandingan 2.....	59
4.12 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putri Pertandingan 3.....	59
4.13 Rekapitulasi Setting Tim Indonesia Putri Pertandingan 4.....	60
4.14 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putri Pertandingan 1.....	60
4.15 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putri Pertandingan 2.....	61
4.16 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putri Pertandingan 3.....	61
4.17 Rekapitulasi Setting Tim Thailand Putri Pertandingan 4.....	61
4.18 Rekapitulasi Keefektifan Umpan Antara Tim Indonesia Putri dan Tim Thailand Putri.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Servis Dari Bawah (Underhand Service).....	23
2.2 Servis Gaya Menyamping (Slide Hand Service)	23
2.3 Servis Dari Depan (Front Service)	24
2.4 Servis Dengan Smash (Smash Service)	24
2.5 Passing Bawah	26
2.6 Umpan Ke Depan	28
2.7 Umpan Ke Belakang	28
2.8 Langkah Melakukan Smash.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pengesahan Judul	76
2. Surat Keterangan Penetapan Pembimbing	77
3. Pengesahan Proposal.....	78
4. Surat Ijin Penelitian	79
5. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	80
6. Instrumen Penelitian	81
7. Hasil Observasi.....	82
8. Hasil Penelitian	98
9. Daftar Nama Pemain	116
10. Jadwal Pertandingan	120
11. Dokumentasi.....	121

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu fenomena dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Olahraga merupakan kegiatan aktivitas jasmani yang mengandung sifat permainan serta berisi perjuangan dengan diri sendiri, orang lain dan alam yang mempunyai tujuan tertentu (Setiyawan, 2017). Dengan melakukan olahraga, seseorang dapat meningkatkan kebugaran tubuh bahkan dapat mengembangkan minat dan bakat yang sudah dimiliki. Salah satu olahraga yang dapat dipilih dan sudah populer di masyarakat adalah bolavoli.

Menurut Agung Wahyudi (2017:1-2) Permainan bolavoli sudah dikenal sejak abad pertengahan, yaitu di negara-negara Eropa. Di Italia dikenal permainan "*Faustball*" yaitu permainan memainkan bola dengan cara memantulkan bola di udara tanpa adanya batas sentuhan dan di perbolehkan menyentuh lantai sebanyak dua kali. Permainan ini menggunakan lapangan berukuran 20 meter x 50 meter, pemisah lapangan yaitu dengan tali setinggi 2 meter dari lantai, bola dengan keliling 10cm dan terdiri dari 5 orang tiap regu. Permainan *Faustball* di perkenalkan di Jerman pada tahun 1893.

Bolavoli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh 2 grup yang saling berlawanan. Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat

dimainkan oleh semua orang, baik laki-laki maupun perempuan dari segala tingkatan usia (Broto, 2015). Masing-masing grup memiliki 6 orang pemain yang berusaha melewatkan bola diatas net dan menjatuhkannya didaerah pertahanan lawan untuk meraih kemenangan. Olahraga bolavoli di naungi FIVB (*Federation International de Volleyball*) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia di naungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia). Permainan bolavoli diciptakan oleh William G Morgan pada tahun 1895 di Holyoke (Amerika bagian timur). William G Morgan adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada *Young Men Christain Association* (MCA). Dikalangan masyarakat bolavoli menjadi salah satu cabang olahraga yang sangat populer sampai sekarang. Bolavoli dapat dimainkan oleh semua kalangan dari anak-anak sampai orang dewasa (Latar, 2015). Banyak sekali daerah-daerah yang sering mengadakan turnamen bolavoli baik tingkat Desa, tingkat Kecamatan, tingkat Kabupaten maupun tingkat Propinsi. Liga tertinggi untuk bolavoli Indonesia adalah Proliga.

Permainan bolavoli adalah olahraga beregu dimana setiap regu berada pada petak lapangan masing-masing dan dibatasi oleh jaring yang membentang atau biasa disebut net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan melalui atas net secara teratur hilir mudik atau bolak-balik sampai bola tidak mati di petak permainan sendiri, sehingga dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli adalah permainan yang dimainkan secara beregu dimana tiap regu terdiri dari enam orang pemain dan bola dimainkan dengan cara memantulkan sebanyak tiga kali, kemudian bola dinyatakan mati dan masuk ketika sudah menyentuh lantai. Permainan bolavoli memiliki perbedaan pada tinggi net putra dan putri yaitu 2,43 meter untuk net putra dan 2,24 meter untuk net putri dengan

menggunakan lapangan berbentuk persegi dengan panjang 19 meter dan lebar 9 meter (Destriani, Destriana, Switri, & Yusfi, 2019). Ditengah panjang lapangan di pasang jaring atau net dengan panjang 9 meter atau setiap lapangannya menjadi 9 meter x 9 meter.

Permainan bolavoli sudah populer diberbagai negara salah satunya negara yang berada di ASEAN. ASEAN (*Association of South East Asian Nations*) adalah Perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara yang merupakan organisasi regional, dibentuk oleh lima negara di Asia Tenggara diantaranya yaitu negara Indonesia, Malaysia, Filipina, Singapura dan Muangthai dengan penandatanganan Deklarasi ASEAN atau Deklarasi Bangkok oleh kelima Menteri Luar Negeri negara-negara tersebut pada tanggal 8 Agustus 1967 di Bangkok (Alfian dkk. 1986: 1). Untuk menjalin persahabatan dan meningkatkan perdamaian antarbangsa dibuatlah ajang se-Asia Tenggara yaitu *Asean Games*. Dalam ajang *Asean Games* dan ASEAN School Games yang menjadialah satu cabang olahraga populer yang dipertandingkan adalah bolavoli.

ASEAN School Games (ASG) juga dikenal sebagai *Youth SEA Games* adalah permainan tahunan untuk atlet siswa sekolah menengah di Perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara (ASEAN) dan diselenggarakan di bawah wewenang Dewan Olahraga Sekola ASEAN (ASSC). ASSC adalah dewan olahraga regional apolitis yang mempromosikan olahraga di antara negara-negara anggota. Tujuan diselenggarakannya ASEAN School Games adalah sebagai ajang promosi dan memberikan kesempatan pada atlet muda yang masih bersekolah untuk menunjukkan keterampilan mereka dalam bermain bolavoli, melibatkan atlet pertukaran budaya di ASEAN, menjalin persahabatan

dengan negara yang berpartisipasi serta menunjukkan solidaritas antar bangsa se-ASEAN.

Cabang olahraga bolavoli selalu menjadi cabang olahraga yang dipertandingkan pada kejuaraan ASEAN School Games. Hanya pada tahun 2015 cabang olahraga bolavoli tidak dipertandingkan. Berdasarkan data dari negara yang mengikuti ASEAN School Games terutama pada cabang olahraga bolavoli, dalam 5 tahun terakhir yang mendominasi pada empat besar yaitu Thailand, Indonesia, Malaysia dan Singapura baik putra maupun putri.

Tabel 1.1 Data Kejuaraan Bolavoli ASEAN School Games Putra 2013-2018

Data Kejuaraan Bola Voli ASEAN School Games Putra 2013-2018					
Tahun	Tempat	Juara 1	Juara2	Juara 3	Juara 4
2013	Vietnam	Thailand	Indonesia	Malaysia	Filipina
2014	Filipina	Thailand	Indonesia	Malaysia	Singapore
2015	Brunei	-	-	-	-
2016	Thailand	Thailand	Indonesia	Singapore	Malaysia
2017	Singapore	Thailand	Indonesia	Filipina	Singapore
2018	Malaysia	Malaysia	Indonesia	Thailand	filipina

Sumber : https://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara

Tabel 1.2 Data Kejuaraan Bolavoli ASEAN School Games Putri 2013-2018

Data Kejuaraan Bola Voli ASEAN School Games Putri 2013-2018					
Tahun	Tempat	Juara 1	Juara 2	Juara 3	Juara 4
2013	Vietnam	Indonesia	Thailand		Malaysia
2014	Filipina	Indonesia	Thailand	Malaysia	
2015	Brunei	-	-	-	-
2016	Thailand	Thailand	Indonesia	Malaysia	Singapura
2017	Singapore	Thailand	Indonesia	Filipina	Malaysia
2018	Malaysia	Thailand	Indonesia	Malaysia	Singapore

Sumber : https://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara

Berdasarkan data diatas tim Thailand dan tim Indonesia yang mendominasi babak final selama 5 tahun terakhir, baik putra maupun putri. Persaingan antara tim Indonesia dan tim Thailand sangat ketat dan saling mengalahkan pada kejuaraan ASEAN School Games. Kedua negara ini memiliki

tingkat keterampilan dalam bermain bolavoli diatas rata-rata dari negara yang lain di ASEAN, sehingga dalam kejuaraan ASEAN School Games sering mendominasi dalam babak lima besar maupun babak final. Tim Thailand sering masuk dalam babak final dan menjadi juara sedangkan tim Indonesia masuk dalam babak final tetapi masih kalah dengan tim Thailand baik putra maupun putri. Sejarah serta demografi dari negara Thailand dan Indonesia juga mempengaruhi berkembangnya bolavoli di negara tersebut.

Tabel 1.3 Hasil Kejuaraan ASEAN School Games Tim Putra

No	Negara	Tahun 2013	Tahun 2014	Tahun 2015	Tahun 2016	Tahun 2017	Tahun 2018
1.	Indonesia	Juara 2	Juara 2	-	Juara 2	Juara 2	Juara 2
2.	Thailand	Juara1	Juara 1	-	Juara 1	Juara 1	Juara 3

Sumber : https://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara

Tabel 1.4 Hasil Kejuaraan ASEAN School Games Tim Putri

No	Negara	Tahun 2013	Tahun 2014	Tahun 2015	Tahun 2016	Tahun 2017	Tahun 2018
1.	Indonesia	Juara 1	Juara 1	-	Juara 2	Juara 2	Juara 2
2.	Thailand	Juara 2	Juara 2	-	Juara 1	Juara 1	Juara 1

Sumber : https://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara

Indonesia adalah negara yang memiliki jumlah penduduk padat dan menjadi negara dengan penduduk terbanyak ke-4 di dunia yaitu sebesar 237.641.326 juta jiwa. Bahasa nasional di Indonesia adalah Bahasa Indonesia. Selain bahasa Indonesia sebagai bahasa nasional, setidaknya masyarakat Indonesia juga bisa menguasai satu bahasa daerah. Dengan jumlah penduduk yang banyak di Indonesia terdapat beberapa cabang olahraga yang diminati oleh masyarakat seperti sepakbola, bulutangkis, bolavoli dan lainnya. Salah satu olahraga yang sampai saat ini memiliki eksistensi adalah bolavoli.

Sejak tahun 1928 permainan bolavoli sudah dikenal di Indonesia, di bawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan. Dengan adanya antusias serta mendapat cukup respon positif dan kebutuhan olahraga

rakyat Indonesia yang begitu besar menyebabkan perkembangan permainan bolavoli di Indonesia menjadi sangat cepat (Ratna, Tangkudung, & Hanif, 2018). Pada tahun 1951 permainan bolavoli masuk dalam pertandingan pekan olahraga nasional (PON) ke-2 yang ada di kota Jakarta. Sampai saat ini bolavoli termasuk cabang olahraga yang resmi dipertandingkan dan selalu ada disetiap kejuaraan di Indonesia. Pada tanggal 22 Januari 1955 di Jakarta diresmikan berdirinya induk organisasi bolavoli yang tertinggi di Indonesia yaitu Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI).

Pada ajang kejuaraan Internasional, Indonesia telah mengikuti beberapa kejuaraan-kejuaraan bolavoli seperti : Asean Games, SEA Games dan lain-lainnya. Sejarah baru bagi bangsa Indonesia yaitu pada bulan Agustus 1966, untuk pertama kalinya tim bolavoli Indonesia mengikuti pertandingan Olimpiade Atlanta, Amerika Serikat. Indonesia juga memiliki prestasi pada kejuaraan ASEAN School Games, tetapi belum bisa mendapatkan medali emas.

Thailand merupakan negara yang memiliki jumlah penduduk 67,328,562 jiwa. Sebagian besar penduduk Kerajaan Thai yaitu sekitar 94,63% penduduknya adalah penduduk agama Buddha aliran Theravada, tetapi ada minoritas kecil pemeluk agama Islam, Kristen dan Hindu. Bahasa nasional Kerajaan Thai adalah Bahasa Thai. Bahasa Thai ditulis dengan menggunakan aksaranya sendiri, tetapi ada banyak juga bahasa daerah lainnya. Negara Thailand juga memiliki prestasi yang membanggakan pada cabang olahraganya. Bolavoli menjadi salah satu cabang olahraga yang memiliki prestasi membanggakan di Thailand.

Bolavoli sudah menyebar ke Thailand sejak sebelum 1900-an. Di masa lalu bolavoli adalah olahraga yang populer di kalangan orang Cina dan Vietnam. Sampai ada kompetisi antara klub dan asosiasi komunitas yang dihubungi untuk

bersaing di wilayah Utara, wilayah Timur Laut dan turnamen bolavoli Piala Emas di wilayah Selatan. Sejak 1934, Kementerian Pendidikan menerbitkan aturan bolavoli oleh Noppakun Pongsuwan yang merupakan ahli dalam olahraga, terutama bolavoli. Noppakun Pongsuwan mengundang kuliah tentang cara bermain, aturan bolavoli untuk guru pendidikan jasmani. Setelah itu, Departemen Pendidikan Jasmani telah memberikan turnamen bolavoli gadis tahunan. Untuk pertama kalinya, Departemen Pendidikan Jasmani telah menetapkan kursus sekolah pendidikan jasmani pusat bagi siswa perempuan untuk belajar bolavoli dan Netball. Pada kejuaraan ASEAN School Games cabang olahraga bolavoli, Thailand menjadi salah satu negara yang memiliki prestasi yang sangat membanggakan yaitu selalu masuk babak final dan mendapatkan medali emas mengalahkan tim bolavoli dari Indonesia.

Dalam olahraga bolavoli terdapat 3 kunci keberhasilan bermain yaitu teknik penguasaan bola, teknik dasar permainan dan taktik permainan bolavoli. Seorang pemain bolavoli harus memiliki unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental yang baik (Satriya Wijaya, Rahayu, & Sugiharto, 2018). Disamping unsur-unsur fisik, taktik dan mental yang menentukan keberhasilan dalam tim, penguasaan teknik dasar juga menjadi salah satu unsur yang sangat penting dan harus dikuasai (Munasifah, 2010:25-33). Adapun teknik dasar bolavoli yang dapat dikembangkan menjadi beberapa variasi serangan akan menghasilkan nilai yaitu servis, *passing*, umpan, *smash dan block* (membendung). Agar dapat menghasilkan banyak poin setiap pemain harus menampilkan permainan dengan penguasaan teknik dasar bolavoli yang baik (Budiman & Rusdiana, 2020). Umpan menjadi salah satu gerakan atau teknik dasar yang paling sering digunakan.

Salah satu kunci keberhasilan permainan bolavoli adalah *setting* atau mengumpan. Menurut Agung Wahyudi (2017:22) mengumpan adalah memantulkan bola dengan lambungan bola sedemikian rupa, diberikan kepada teman kita sehingga mendapatkan kesempatan untuk memukul bola tersebut. Ada berbagai macam arah umpan dalam bolavoli yaitu arah depan, arah tengah, arah belakang dan arah 3 meter (*back attack*), sedangkan jenis lambungan umpan dalam bolavoli yaitu jenis lambungan umpan bola *open*, jenis lambungan umpan bola semi (*medium*) dan jenis lambungan umpan bola cepat (*quick*). Adapun faktor yang mempengaruhi keberhasilan *setting* antara lain jarak antara bola dengan net, tinggi rendahnya bola yang melintas, kesiapan pemukul, posisi *blocker* tim lawan serta taktik dan strategi yang dikembangkan oleh tim. Dalam melakukan penyerangan harus melakukan *setting* yang baik dengan menyusun taktik dan strategi untuk mematikan serangan lawan, selain itu teknik penguasaan bola, teknik dasar mengumpan juga menjadi penentu keberhasilan *setting* yang dilakukan. *Setting* atau mengumpan dilakukan oleh seorang *setter*. *Setter* merupakan penggerak suatu tim selain itu juga bertugas sebagai pengatur serangan. Untuk itu peran seorang *setter* sangat penting dimiliki karena harus memiliki keberanian lebih untuk mengambil keputusan dengan cepat dan tepat dalam melakukan kreativitas mengumpan, tetapi harus memperhatikan situasi permainan bolavoli secara keseluruhan, memiliki kemampuan penguasaan dasar gerak teknik mengumpan serta harus pandai membaca serangan lawan dan memiliki taktik serta strategi yang baik untuk membawa timnya menang dan mendapat hasil yang optimal. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang perbedaan *setting* setiap tim yang meliputi arah lambungan umpan, jenis

lambungan umpan dan lebih efektif manakah umpan yang digunakan antara tim Indonesia dan tim Thailand baik putra maupun putri.

Berdasarkan tingkat keterampilan dari kedua negara ini memiliki tingkat keterampilan yang diatas rata-rata dalam bermain bolavoli dari negara lain di ASEAN. Persaingan yang sangat ketat dan saling mengalahkan dalam kejuaraan ASEAN School Games serta sering mendominasi dalam babak lima besar maupun babak final dan tim Thailand selalu masuk dalam babak final dan menjadi juara, sedangkan tim Indonesia masuk dalam babak final tetapi masih kalah dengan tim Thailand baik putra maupun putri, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian pada ASEAN School Games (ASG) 2019 dengan judul “Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games Ke 11 Tahun 2019.”

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu sebagai berikut :

1. Tim bolavoli Indonesia putra-putri selalu masuk dalam babak final pada kejuaraan ASEAN School Games tetapi susah untuk mendapatkan juara.
2. Tim bolavoli Thailand putra-putri selalu masuk babak 5 besar dan menjadi juara pada kejuaraan ASEAN School Games.
3. Tim Indonesia dan tim Thailand merupakan pesaing berat bagi negara lain dan kedua negara tersebut memiliki tingkat persaingan yang ketat di dalam pertandingan. Sehingga kedua tim memiliki peluang potensi untuk meraih juara pada kejuaraan ASEAN School Games, dapat dilihat dari data kejuaraan 5 tahun terakhir kedua tim selalu mendominasi dan masuk

dalam babak semi final bahkan keduanya sering masuk dalam babak final.

1.3 Fokus Masalah

Dari latar belakang tersebut peneliti memberikan batasan permasalahan yang akan diteliti yaitu “Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games Ke 11 Tahun 2019.”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diperoleh rumusan masalah dari penelitian ini antara lain :

1. Arah lambungan bola manakah yang sering digunakan oleh tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri ?
2. Jenis lambungan umpan manakah yang sering digunakan tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri ?
3. Lebih efektif manakah umpan yang digunakan antara tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri ?

1.5 Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas, adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui dan menganalisis arah lambungan bola yang sering digunakan oleh tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis jenis lambungan umpan yang sering digunakan tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri.
3. Untuk mengetahui dan menganalisis lebih efektif manakah umpan yang digunakan antara tim Indonesia putra-putri dan tim Thailand putra-putri.

1.6 Manfaat Penelitian

Suatu penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat untuk mengembangkan ilmu yang dijadikan sebagai objek penelitian. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Memberikan informasi pengetahuan bagi mahasiswa tentang perbedaan *setting* dalam permainan bolavoli pada tim Indonesia dan tim Thailand di kejuaraan ASEAN School Games.
2. Bagi atlet : Sebagai salah satu pedoman untuk membantu meningkatkan kemampuan keterampilan gerak *setting* dalam permainan bolavoli indoor.
3. Bagi pelatih : Dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk membantu meningkatkan permainan dalam olahraga bolavoli khususnya pada bolavoli indoor tentang bagaimana perbedaan tingkat keterampilan gerak *setting*.
4. Bagi penulis : Diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti dan pembaca sekalian, tentang perbedaan *setting* digunakan tim Indonesia dan tim Thailand.
5. Bagi insan bolavoli Indonesia : Dapat memberikan informasi kepada masyarakat luas khususnya penggemar permainan olahraga bolavoli indoor.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Penelitian ini tidak terlepas dari teori yang mendukung penelitian tersebut. Adapun kajian pustaka yang digunakan dalam penelitian ini antara lain pembahasan terkait ASEAN School Games, hakikat keterampilan, hakikat olahraga, hakikat bolavoli, kunci keberhasilan bermain bolavoli, teknik dasar bolavoli, pengumpan (*setter*) bolavoli, *setting*/mengumpan, macam-macam umpan dan faktor yang mempengaruhi keberhasilan *setting*.

2.1.1 ASEAN School Games

Permainan bolavoli sudah populer di berbagai negara salah satunya negara yang berada di ASAEAN. Olahraga ini sering di pertandingkan pada kejuaraan Asian Games. ASEAN (*Association Of Southeast Asian Nations*) atau Perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara merupakan organisasi kawan yang mewadahi 10 kerjasama Negara di Asia Tenggara yaitu : Indonesia, Malaysia, Thailand, Filipina, Myanmar, Vietnam, Singapura, Kamboja, Laos dan Brunei Darussalam. ASEAN dibentuk dengan tujuan untuk mempercepat pertumbuhan ekonomi, kemajuan sosial serta pengembangan kebudayaan, meningkatkan perdamaian, meningkatkan kerjasama yang aktif dan saling membantu, dibuatlah pesta olahraga se-Asia Tenggara (ASEAN Games).

ASEAN School Games (ASG) juga dikenal sebagai *Youth SEA Games* adalah permainan tahunan untuk atlet siswa sekolah menengah yang berada di Asia Tenggara (ASEAN) dan diselenggarakan di bawah wewenang Dewan Olahraga Sekolah ASEAN (ASSC). ASSC adalah dewan olahraga apolitis yang

mempromosikan cabang olahraga di antara negara-negara anggota. *ASEAN School Games* pertama kali diselenggarakan di Thailand pada tahun 2009 bertempat di Suphanburi. *ASEAN School Games* (ASG) ke-2, ke-3, ke-4 masing-masing diselenggarakan di Malaysia, Singapura dan Indonesia. Sebelum 2009, permainan dimainkan berdasarkan satelit, acara olahraga tunggal. Lalu diubah pada 2009, dimana format game diimplementasikan. Dalam *ASEAN School Games* ada beberapa cabang olahraga yang dipertandingkan, salah satunya bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah mendunia. Tujuan diselenggarakannya *ASEAN School Games* adalah sebagai ajang promosi dan memberikan kesempatan pada atlet muda yang masih bersekolah untuk menunjukkan keterampilan mereka dalam bermain bolavoli, melibatkan atlet dalam pertukaran budaya di ASEAN dan menjalin persahabatan dengan negara yang berpartisipasi serta menunjukkan solidaritas antar bangsa se-ASEAN.

2.1.2 Hakikat Keterampilan

Keterampilan yaitu kemampuan diri untuk dapat menyelesaikan dan melaksanakan tugas tertentu dengan baik. Keterampilan berasal dari kata terampil yang menggambarkan tingkat kemampuan diri seseorang dalam melakukan berbagai aktivitas tertentu serta bervariasi dalam penyelesaiannya. Suatu keterampilan apabila dipelajari dan dilatih dengan berbagai cara dengan teratur dapat memperoleh hasil yang maksimal. Keterampilan dapat dilatih melalui berbagai kegiatan latihan yang sesuai dan dalam jangka waktu yang memadai. Pada hakikatnya seluruh aktivitas atau kegiatan dalam kehidupan sehari-hari melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan dapat diperoleh seseorang dengan baik apabila pelaksanaan keterampilan melalui proses

pembelajaran atau pelatihan yang sesuai (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000:57-590).

Dalam permainan bolavoli untuk mencapai prestasi yang maksimal, keterampilan dasar sangatlah penting dimiliki dan dikuasai oleh setiap pemain bolavoli. Keterampilan menjadikomponen yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang dilakukan secara efektif dan efisien dan ditentukan dari kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri (Bani Tri Umboro, 2009:13). Keterampilan dapat dikuasai dan diperoleh dengan baik apabila dipelajari dan dilatihkan sesuai dengan persyaratan tertentu, seperti dalam jangka waktu tertentu kegiatan tersebut harus dilakukan secara terus menerus atau secara intensif (Setyawan, 2017).

2.1.3 Hakikat Olahraga

Olahraga merupakan suatu kegiatan atau aktivitas yang sangat penting dalam usaha untuk meningkatkan kualitas kebugaran tubuh manusia karena pada dasarnya olahraga tidak dapat dipisahkan dari dua aspek yang ada di kehidupan manusia, yaitu aspek jasmani dan aspek rohani (Niluh, 2018). Olahraga sangat mudah untuk dilakukan oleh semua kalangan kapanpun dan dimanapun tanpa memandang dari jenis kelamin, suku, agama, ras dan sebagainya. Dalam pembangunan bangsa, olahraga memiliki peran yang sangat penting. Didalam olahraga tergambar aspirasi serta nilai-nilai luhur suatu masyarakat, yang terpantul lewat hasrat mewujudkan diri melalui prestasi olahraga. Kemajuan suatu bangsa dapat tercermin salah satunya dari prestasi olahraga yang diperoleh.

Kata *sport* atau olahraga menurut sejarahnya berasal dari bahasa latin abad pertengahan "*disportare*" yang berarti menyenangkan, menghibur dan

bergembira ria. *Sport* tidak sama dengan permainan (*game*), dapat dikatakan permainan lebih luas dari *sport*. *Sport* mempunyai ciri permainan. *Sport* juga mempunyai ciri lain yaitu adanya unsur kompetisi. Dalam pekan olahraga atau pesta olahraga seperti "*Olympic Game*", Asean Game istilah permainan atau *game* sekarang sudah menjadi umum dipakai.

Menurut Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional, olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Berolahraga menjadi aktivitas yang sangat penting, karena dengan melakukan olahraga dapat mempertahankan kebugaran tubuh seseorang (Bangun, 2016). Olahraga juga dapat digunakan sebagai salah satu metode penting untuk meredakan dan menghilangkan stress. Supaya kebugaran tubuh dapat terjaga dengan baik, maka setiap orang dapat melakukan aktivitas olahraga secara rutin dan terstruktur dengan baik setiap harinya (Nurlina, Santosa, & Supriyono, 2017).

Berolahraga menjadi bagian dari kebutuhan hidup manusia, dan setiap makhluk hidup di dunia ini memiliki karakteristik, salah satunya adalah melakukan gerakan. Di dalam dunia ini ada dua hal yang sulit atau tidak dapat dipisahkan yaitu manusia dan aktivitas fisik. Dari pandangan-pandangan tersebut maka dapat disimpulkan pengertian olahraga yaitu kegiatan jasmani yang berhubungan dengan fisik, kekuatan dan kesegaran tubuh untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh manusia serta kegiatan ini mengandung unsur pendidikan, permainan dan persaingan sehat yang dilakukan oleh diri sendiri maupun dengan orang lain dan sesuai dengan peraturan yang telah ditentukan.

2.1.4 Hakikat Bolavoli

Bolavoli merupakan permainan yang membutuhkan kerjasama tim dimana tempo permainan yang dilakukan cepat dan waktu untuk memainkan bola sangatlah terbatas (Tri, 2018). Permainan bolavoli dimainkan oleh dua regu, tiap regu terdiri dari 6 orang pemain yang saling bekerjasama untuk mendapatkan poin dan permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki unsur gerak yang kompleks (Sukirno, 2011). Dalam permainan bolavoli tidak ada kontak (sentuhan badan dengan pemain lawan) karena, tujuan dari permainan ini adalah bermain dalam lapangan sendiri kemudian melewatkan bola melalui atas net agar jatuh menyentuh lantai lapangan lawan serta untuk mencegah lawan melakukan usaha yang sama (Anam, Nasuka, & Aji, 2015). Lapangan permainan bolavoli berbentuk persegi panjang, dengan panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Di tengah-tengah dipasang jaring/net sebagai pembatas dengan tinggi 2,24 meter untuk putri dan 2,43 meter untuk putra, dengan lebar 1 meter yang terbentang dengan kuat (Achmad, 2016). Setiap tim hanya mendapat kesempatan untuk memainkan dan bola sebanyak tiga kali pantulan di luar perkenaan *block*. Permainan dinyatakan dimulai setelah bola pertama dipukul melewati atas net ke daerah lawan oleh pelaku servis. Permainan berlangsung hingga salah satu tim gagal mengembalikan bola dengan sempurna atau bola menyentuh lantai pada daerahnya atau bola “keluar” dari lapangan.

Bolavoli merupakan salah satu olahraga yang digemari dan dapat dimainkan oleh semua orang diberbagai kalangan, dari anak-anak sampai orang dewasa, baik pria maupun wanita dapat bermain bolavoli. Bolavoli dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dan berlawanan dengan masing-masing

tim terdiri dari 6 pemain yang menempati 6 posisi yang berbeda dan melakukan perpindahan dalam timnya secara berkala berdasarkan perolehan poin yang didapat (Diwantoro & Irsyada, 2018). Dalam permainan bolavoli setiap tim yang bertanding memiliki karakteristik atau ciri khas permainan yang berbeda antara tim satu dengan tim yang lain, karena dalam setiap tim menyatukan 6 pemain yang berada pada posisi yang berbeda serta setiap pemain memiliki tugas masing-masing dalam usaha untuk memenangkan (Azzaky & Irsyada, 2018). Setiap pemain dalam tim yang bertanding harus berusaha dengan menunjukkan keterampilan teknik yang dimiliki dengan baik untuk mendapatkan poin, meskipun berada pada 6 posisi yang berbeda (Riyanto, 2011). Dalam permainan bolavoli ada 2 prinsip yang harus dipegang dan diketahui, yaitu prinsip teknis dan prinsip psikis. Prinsip teknis yaitu pemain memantulkan bola dengan menggunakan bagian badan, hilir mudik di udara melewati net yang bertujuan untuk menjatuhkan bola didalam lapangan lawan dengan cepat dan untuk mencari kemenangan secara sportif, sedangkan prinsip psikis yaitu pemain bermain dengan gembira dan senang serta menunjukkan kerjasama yang baik (Wahyudi Agung, 2017:17).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa bolavoli merupakan permainan yang terdiri dari dua regu yang saling berlawanan untuk mendapatkan angka dan tiap regunya beranggotakan 6 pemain yang memiliki tugas masing-masing untuk mencapai tujuan bersama, permainan diawali dengan pukulan awal atau servis yang dilewatkan di atas net dan setiap regu hanya diperbolehkan melakukan sebanyak tiga kali pantulan untuk mengembalikan bola.

2.1.5 Kunci Keberhasilan Bermain Bolavoli

2.1.4.1 Aspek Fisik

Aspek fisik merupakan faktor yang sangat penting untuk menunjang keberhasilan dalam bermain bolavoli. Keterampilan atlet dapat meningkat apabila menerapkan program latihan yang sesuai dan teratur serta menjaga dan meningkatkan kondisi fisik dengan baik seperti kekuatan (*strenght*), daya tahan (*endurance*), kecepatan (*speed*), kelincahan (*agility*) dan kelentukan (*flexibility*). Kondisi fisik memiliki peran yang sangat penting, jadi harus direncanakan secara baik serta sistematis untuk meningkatkan kemampuan fungsional dan kesegaran jasmani atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik (Andibowo, 2018).

2.1.4.2 Aspek Teknik

Teknik merupakan serangkaian cara atau prosedur yang telah dikembangkan untuk melaksanakan atau melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan tertentu dan dilakukan dengan cara yang paling ekonomis dan berguna berdasarkan praktek yang dilakukan (Bintoro, 2015). Definisi lain dari teknik yaitu suatu proses gerakan yang digunakan untuk menyelesaikan tugas yang pasti dengan cara sebaik mungkin (Mushofi, 2017). Dalam permainan bolavoli, aspek teknik menjadi faktor yang sangat penting dan mendasar serta harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain. Teknik dalam permainan bolavoli merupakan suatu proses kegiatan jasmani yang ditampilkan dalam bentuk gerakan dengan cara memainkan bola secara efektif dan efisien yang dilakukan sesuai dengan peraturan yang sudah ditentukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Liawanto, 2014). Unsur penting yang menentukan keberhasilan tim saat bertanding salah satunya adalah penguasaan teknik dasar dalam bermain bolavoli. Atlet bolavoli harus menguasai teknik dasar dalam permainan bolavoli

diantaranya : 1) *Service*, 2) *Passing*, 3) Umpan, 4) *Smash* dan 5) *Block* atau Bendungan.

2.1.4.3 Aspek Taktik

Dalam perlombaan atau pertandingan aspek taktik digunakan untuk mencapai kemenangan baik secara individu, kelompok ataupun tim. Taktik merupakan bentuk siasat atau akal yang digunakan untuk mencapai tujuan tertentu dalam memperoleh hasil diinginkan secara optimal. Berdasarkan pada kondisi fisik dan kemampuan teknik yang sudah dimiliki untuk mencapai kemenangan dalam bertanding, hakikat taktik yaitu melakukan suatu usaha dengan menggunakan akal pikiran atau menyusun siasat dengan mempertimbangkan kemampuan dan kelemahan lawan untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Hakikat bertaktik adalah bersikap kreatif dengan mengimprovisasi dan mempergunakan daya pikir untuk memecahkan masalah serta menemukan alternatif secara efektif, efisien dan produktif dalam upaya mencari kemenangan saat bertanding. Baik tidaknya taktik ditentukan oleh beberapa faktor antara lain :

- 1) Strategi yang disusun dan direncanakan sebelum pertandingan.
- 2) Kemampuan daya pikir, akal serta kreatifitas atlet.
- 3) Kemampuan fisik, teknik dan mental atlet.
- 4) Kemampuan untuk beradaptasi terhadap lingkungan dan kemampuan mengatasi segala sesuatu yang dihadapi.
- 5) Kemampuan untuk menguasai sistem, pola dan tipe pertandingan.

2.1.4.4 Kematangan Mental

Mental adalah suatu proses kejiwaan dan keseluruhan struktur yang terorganisasi dengan baik, yang disadari maupun tidak disadari. Pemain bolavoli

harus memiliki kematangan mental yang baik, hal ini untuk menunjang proses keterampilan dan pencapaian tingkat prestasi dengan baik. Tahapan mental ada 3, yaitu :

- 1) Tahap sasaran, untuk menghadapi beban latihan dan stress fisik yang berat pada tahap ini diarahkan pada pra kondisi kesiapan mental.
- 2) Tahap kompetisi, untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam situasi kompetisi dan ketegangan dalam menghadapi lawan saat bertanding pada tahap ini sasaran utamanya adalah pada pembinaan mental terarah.
- 3) Tahap transisi atau masa istirahat aktif, pada tahap ini beban latihan diturunkan sampai level yang lebih rendah karena untuk memulihkan kesegaran fisik dan mental setelah berkompetisi.

2.1.4.5 Kerjasama dan Kekompakan

Kerjasama dan kekompakan dalam permainan bolavoli sangat penting. Permainan bolavoli tidak dapat dimainkan secara perorangan atau individual, maka dari itu diperlukan kerjasama dan kekompakan agar timnya dapat bermain sesuai dengan apa yang diharapkan dan mencapai tujuan yang diinginkan bersama.

2.1.4.6 Pengalaman Dalam Bertanding

Pengalaman dalam bertanding sangat diperlukan oleh seorang atlet. Apabila atlet ingin mengembangkan keterampilan dan mental bertandingnya maka atlet harus berani mencoba agar menambah rasa percaya dirinya. Atlet yang sudah memiliki banyak sekali pengalaman dengan banyaknya jam terbang akan lebih percaya diri dibandingkan dengan atlet yang kurang dalam pengalaman bertanding (Verawati, 2011) .

2.1.6 Teknik Dasar Bolavoli

Setiap pemain bolavoli apabila ingin menampilkan permainan yang baik maka diperlukan keterampilan dan penguasaan teknik dasar yang sesuai. Teknik dasar bolavoli menjadi unsur yang sangat penting bagi setiap pemain, agar dapat menguasai teknik dasar dengan baik dan sesuai maka diperlukan latihan khusus karena tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, maka permainan bolavoli tidak dapat dimainkan dan dikembangkan secara optimal (Munhamir, Supriyadi, & Sunijantoro, 2015). Dalam permainan bolavoli, untuk mencapai hasil yang optimal dapat melakukan keterampilan bermain dengan cara memainkan bola secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku (Azzaky & Irsyada, 2018).

Penguasaan teknik dasar dalam permainan bolavoli merupakan faktor penting agar mampu bermain bolavoli dengan bervariasi dan terampil (Wahyudi, 2017). Teknik dasar tersebut merupakan modal dasar yang sangat penting dan saling berkaitan yaitu mulai dari teknik yang paling mudah dan sederhana seperti *passing*, *service*, *spike* sampai teknik yang paling sulit seperti *blocking* (Munir, Nurharsono, & Supriyono, 2013). Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bolavoli merupakan suatu gerakan yang apabila dikuasai dengan baik akan mendapatkan hasil yang optimal dan dilakukan secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang sudah ditentukan. Keberhasilan dalam suatu tim dapat dilihat dari penguasaan teknik dasar yang dilakukan, apabila setiap pemain dalam tim tersebut dapat menguasai teknik dasar dengan sangat baik maka permainan yang ditampilkan akan terlihat lebih terstruktur dengan baik serta menang kalahnya suatu tim dapat dilihat dari

penguasaan teknik dasar yang dilakukan (Patsiaouras, Moustakidis, Charitonidis, & Kokaridas, 2011).

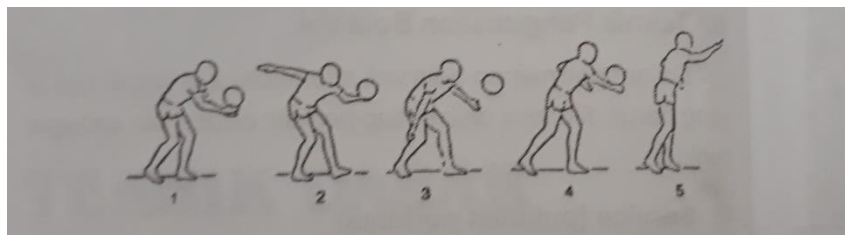
2.1.5.1 Service

Service merupakan pukulan permulaan dan sebagai serangan awal dalam permainan bolavoli, sehingga perlu diperhatikan dalam melakukan *service*, karena *service* yang baik itu adalah *service* yang mematikan dan langsung memberikan poin (*service ace*), apabila *service* sulit diterima oleh lawan maka lawan tidak akan bisa menyusun serangan secara optimal (Janah, 2015).

Pada permainan bolavoli, awalnya servis hanya dijadikan sebagai pukulan pembukaan sebagai tanda bahwa pertandingan akan berlangsung, tetapi seiring berkembangnya permainan bolavoli kini servis dapat dijadikan sebagai serangan utama untuk mendapatkan poin (Silva, Lacerda, & João, 2014), sehingga kini teknik maupun variasi dari *service* sudah sangat berkembang. Teknik dasar dalam melakukan *service* ini harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain bolavoli dan tidak boleh diabaikan, serta harus dilatih terus-menerus (Kartikaningtyas, 2011). Terdapat berbagai jenis atau variasi servis diantaranya yaitu, servis bawah/*underhand serve*, servis atas/*overhead serve* dan servis lompat/*jump serve*, sedangkan menurut hasil bola yang dihasilkan setelah dilakukan servis yaitu ada servis berputar/*spin*, servis mengambang/*float* (Inkinen, Häyrinen, & Linnamo, 2014). Dari jenis putaran hasil bola servis yang dilakukan, ada servis putaran kedepan/*top spin*, putaran kebelakang/*back spin* dan putaran kesamping/*side spin* (Rosalina Ginting, Galih Dwi Pradipta, 2018). Keberhasilan *service* tergantung pada kecepatan bola, jalannya bola, putaran bola dan penempatan bola ke tempat yang kosong di daerah lawan (Munir et al., 2013).

1) Servis Dari Bawah (*Under Service*)

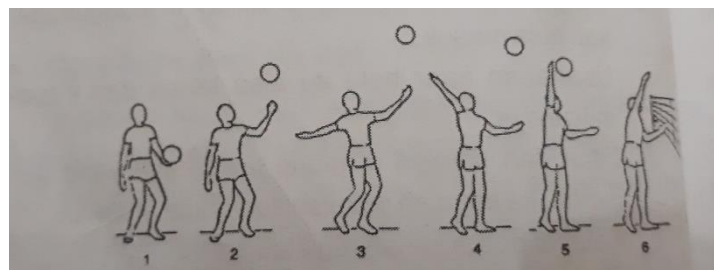
Servis dari bawah dilakukan dengan posisi tangan berada dibawah. Perhatikan saat memukul bola, ketinggian bola yang akan dilepaskan oleh tangan kiri disesuaikan dengan kebutuhan, posisi tangan harus lurus dan kencang jangan sampai siku bengkok karena akan membuat bola terpukul lepas.



Gambar 2.1 Servis Dari Bawah (*Under Servis*)
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

2) Servis Gaya Menyamping

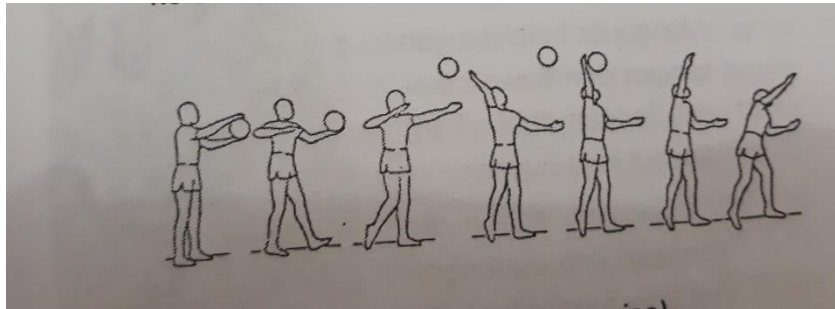
Servis yang dilakukan dengan gaya menyamping yang perlu diperhatikan adalah posisi tangan tingginya harus sama dengan bahu kita dan tangan harus lurus saat akan memukul bola.



Gambar 2.2 Servis Gaya Menyamping (*Slide Hand Service*)
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

3) Servis Dari Depan (*Front Service*)

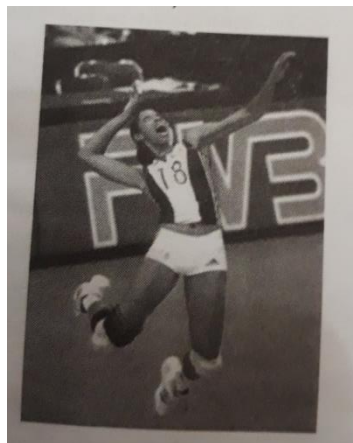
Saat akan melakukan servis dari depan, sewaktu akan menyentuh dan memukul bola tangan harus lurus. Pemukul hendaknya menyesuaikan jauh atau dekat berdirinya sesuai dengan kondisi masing-masing pemukul. Pukulan bola yang menukik ke bawah atau bergelombang hasilnya akan lebih efektif.



Gambar 2.3 Servis Dari Depan (*Front Service*)
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

4) Servis Dengan Smash (*Smash Service*)

Servis yang dilakukan dengan smash dapat menghasilkan pukulan bola yang keras dan tajam apabila bola dilempar tinggi sesuai dengan tinggi lompatan serta sesuai dengan jangkauan tangan kita dan usahakan tangan tetap lurus.



Gambar 2.4 Servis Dengan Smash (*Smash Service*)
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

2.1.5.2 Passing

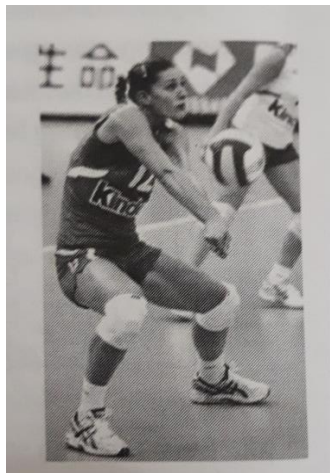
Passing merupakan tindakan menerima dan memainkan bola yang datang dan dimainkan di lapangan sendiri, dalam penerapannya dengan menggunakan teknik tertentu (Kartikaningtyas, 2011). *Passing* bertujuan untuk memberikan atau menyajikan bola sebaik mungkin kepada pengumpan dengan gerakan dan kecepatan yang stabil serta dengan arah yang tepat atau sesuai dengan arah yang akan dituju (Munir et al., 2013). Dalam suatu tim untuk mendapatkan peluang yang besar dalam memperoleh poin, maka setiap pemain dalam tim tersebut harus memiliki kualitas *passing* yang baik, sehingga dapat memudahkan pengumpan untuk mengatur serangan secara optimal. *Passing* dibagi menjadi 2, yaitu :

1) *Passing* bawah

Salah satu teknik dasar bolavoli yang paling mendasar adalah *passing* bawah. *Passing* bawah digunakan sebagai pertahanan, mengantisipasi datangnya bola secara tiba-tiba dan tak terduga serta sebagai usaha-usaha penyelamatan di luar lapangan voli, *passing* bawah juga digunakan untuk memulai penyerangan (Perdima, 2019). Pada saat melakukan *passing* bawah, perkenaan bola pada kedua tangan yaitu pada titik bidang tumpu paling luas atau pada ruas tangan di atas pergelangan tangan ke atas sampai dengan siku (Rosalina Ginting, Galih Dwi Pradipta, 2018). Apabila posisi bola tidak memungkinkan untuk di *passing* menggunakan kedua tangan, teknik *passing* bawah dapat dilakukan dengan menggunakan satu lengan sebagai upaya penyelamatan, bola jatuh biasanya pada posisi samping atau pada posisi depan pemain (Setyawan, 2017).

Passing merupakan upaya untuk mengoperkan bola kepada teman satu regunya dan sebagai upaya untuk menahan serangan lawan dengan

menggunakan teknik tertentu. Teknik *passing* yang menjadi dasar bagi setiap pemain bolavoli adalah *passing* bawah. *Passing* bawah dilakukan ketika saat menerima servis dari lawan dan sebagai langkah awal menyusun pola serangan. Prinsip *passing* bawah adalah bahwa bola itu diupayakan selalu mengarah pada pengumpan dengan lambungan bola kedepan atas dan melambung di daerah tengah lapangan sehingga dengan mudah pengumpan melakukan umpan sesuai dengan arah yang akan dituju (Rosalina Ginting, Galih Dwi Pradipta, 2018).



Gambar 2.5 Passing Bawah
Sumber : Munafisah. Bermain BolaVoli. 2008

2) *Passing* Atas

Teknik dasar *passing* atas dalam bolavoli harus dikuasai oleh setiap pemain, teknik *passing* atas biasanya digunakan oleh seorang pengumpan/*setter* untuk memberikan umpan sebagai pengganti *passing* bawah (Prasetyo, 2015). *Passing* atas digunakan untuk menyajikan dan membagikan bola menggunakan jari-jari tangan dengan cara mengoper bola kepada rekan timnya, bisa juga langsung ditujukan ke lapangan lawan melalui atas jaring. Teknik *passing* atas dilakukan dengan keseluruhan jari tangan sedikit diregangkan dan membentuk bulatan besar sebesar bolavoli atau membentuk setengah lingkaran, kedua ibu jari membentuk sudut V terbalik, jari-jari sedikit ditegangkan saat akan

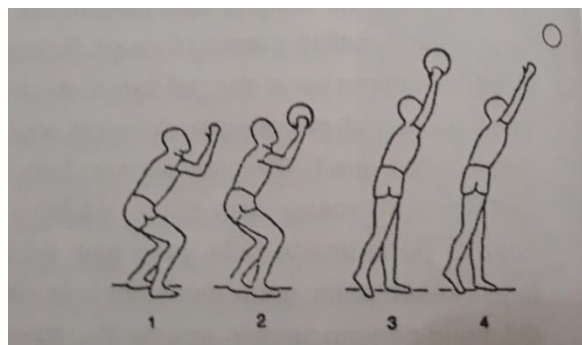
bersentuhan dengan bola dan di ikuti gerakan pergelangan lengan kearah depan atas (Fauzi, 2010). Sebagai langkah awal dalam suatu tim untuk bertahan dan melakukan penyerangan, tim tidak dapat menyelesaikan pertandingan secara optimal dan menghadapi lawannya dengan baik apabila tidak menguasai teknik *passing* atas maupun *passing* bawah dengan dengan baik (Zhang, 2016). Seorang *setter* akan lebih mudah dalam menyajikan bola serta mudah untuk menyesuaikan arah dan tinggi bola yang akan diberikan dengan menggunakan teknik *passing* atas, sehingga dapat dipukul oleh pemukul secara optimal.

2.1.5.3 Umpan

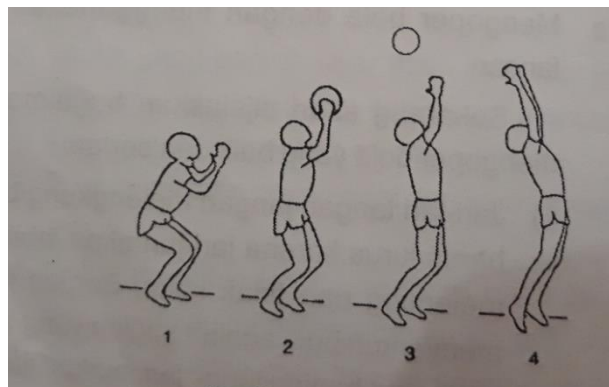
Umpan adalah memberikan atau menyajikan bola sedemikian rupa dengan baik dan sesuai kepada pemukul dalam upaya untuk menyerang ke daerah lawan. Menurut Agung Wahyudi (2017 : 22) mengumpan adalah melambungkan bola dengan pantulan sedemikian rupa dan diberikan kepada teman satu regunya sehingga mendapat kesempatan untuk memukul bola tersebut ke lapangan lawan. Teknik mengumpan dalam pelaksanaannya hampir sama dengan teknik *passing*, yang membedakan adalah pada tujuan dan jalannya bola. Pada permainan bolavoli, menggunakan teknik *passing* atas dan teknik *passing* bawah dapat dilakukan untuk memberikan umpan. Tetapi apabila dilihat dari segi keuntungannya, menggunakan teknik *passing* atas dalam melakukan umpan tentu akan jauh lebih menguntungkan, karena ketepatan arah sasaran bola yang akan dituju lebih terjamin dan terarah dibandingkan dengan melakukan umpan menggunakan teknik *passing* bawah.

Umpan dalam permainan bolavoli adalah tidak lanjut dari teknik *passing*. Umpan merupakan sentuhan kedua dari suatu tim dengan bola, yang diterima, dikendalikan dan di umpankan oleh seorang *setter*. *Setter* akan memberikan

umpan kepada pemukul dengan memposisikan bola di udara sebagai upaya untuk melakukan serangan. Tugas seorang *setter* adalah menyusun strategi untuk menyerang dan mengkoordinasi gerakan-gerakan untuk menentukan pemain manakah yang akan diberikan umpan untuk melakukan serangan dalam bentuk pukulan keras (*spike*). Umpan dapat dilakukan dengan lompatan dan tanpa lompatan. Umpan juga dibedakan menjadi dua yaitu umpan ke arah depan dan umpan ke arah belakang.



Gambar 2.6 Umpan ke depan
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008



Gambar 2.7 Umpan ke belakang
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

2.1.5.4 *Smash*

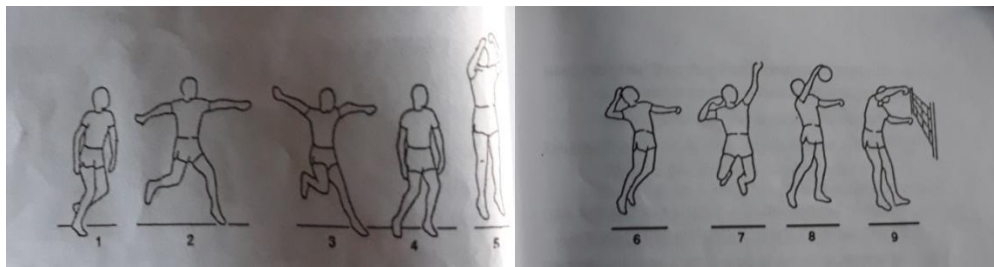
Smash merupakan tindakan atau upaya dalam menyerang untuk menghasilkan poin dan mematikan serangan lawan dengan memukul bola ke bawah menggunakan tenaga penuh sehingga bola dengan keras dan tajam akan

bergerak dengan cepat serta menukik menuju ke lapangan lawan melewati atas net (Pranopik, 2017). *Smash* yang dilakukan dengan baik, cepat dan tepat dapat menyulitkan dan mematikan serangan lawan sehingga mendapatkan poin.

Pemain yang dispesialisasikan sebagai seorang *smasher* merupakan pemain yang bertugas untuk menyelesaikan serangan. Spesialisasi tipe pemain penyerang ada 3 yaitu pemain *ace spiker* untuk umpan bola tinggi, pemain *quicker* untuk spesialisasi umpan bola pendek atau bola cepat dan pemain *all round* untuk spesialisasi *smasher* yang serba bisa (Kumalasari, 2016). Seiring dengan perkembangan zaman, teknik smash dalam permainan bolavoli juga semakin berkembang dan bervariasi, diantaranya yang pertama adalah teknik *smash* berdasarkan arah bola hasil pukulan yaitu *straight smash dan cross smash*, kedua adalah teknik *smash* berdasarkan kecepatan jalannya bola hasil pukulan yaitu *strong smash, lob dan drive*, ketiga yaitu teknik *smash* berdasarkan tinggi rendahnya umpan yaitu *open smash, quick smash, semi smash, push smash dan smash* dari belakang atau *back attack* (Ervionita, Supriatna, & Purnomo, 2012).

Smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan dan tahapan yang kompleks yang terdiri dari langkah awalan, kemudian tolakan untuk meloncat lalu memukul bola saat melayang di udara dan mendarat kembali setelah memukul bola. Dalam melakukan smash ada 4 tahapan, yaitu :

- 1) Tahap pertama yaitu langkah awalan atau lari menghampiri bola.
- 2) Tahap kedua yaitu lepas landas atau tolakan untuk meloncat.
- 3) Tahap ketiga yaitu memukul bola saat melayang di udara.
- 4) Tahap keempat yaitu mendarat.



Gambar 2.8 Langkah melakukan smash (*spike*)
Sumber : Munafisah. Bermain Bola Voli. 2008

2.1.5.5 *Block* atau membendung

Block atau membendung adalah upaya atau tindakan yang dilakukan oleh pemain depan di atas net dalam usaha untuk membendung dan menghalangi serangan lawan agar tidak masuk ke lapangan sendiri. Pemain bolavoli harus bisa melakukan *block* karena untuk menutupi daerah permainannya dari penyerang. Ketika teman dalam satu tim melakukan *block*, pemain bertahan sedikit dimudahkan untuk menjaga daerahnya karena daerah permainan menjadi semakin kecil apabila *block* yang dilakukan semakin lebar (Barbara L Viera dan Ferguson B.J. 2004:121).

Setiap pemain dari semua tingkatan, baik dari tingkat kelas pemula (*junior*), tingkat kelas *junior* maupun tingkat kelas *senior* harus melatih *block* dengan baik, tekun dan teliti tanpa memperhatikan tingkatan pemain itu sendiri. Ketika melakukan *block*, pemain harus memperhatikan teknik melakukan *block* dengan baik, efisien dan efektif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh pemain saat melakukan *block* antara lain : sikap saat persiapan, perkenaan bola dan sikap akhir (M.E. Winarno, 2013 : 183).

2.1.7 Pengumpan (*Setter*) Bolavoli

Pengumpan atau *setter* dalam bolavoli adalah seorang pemain yang bertugas untuk menyajikan atau memberikan umpan kepada rekan timnya menggunakan teknik tertentu. *Setter* merupakan jantungnya permainan bolavoli

dan dalam pertandingan seorang *setter* memiliki peran yang sangat penting, karena setiap bola kedua arahnya selalu diberikan pada pengumpan kemudian bola disajikan pada pemukul untuk melakukan serangan dan mematikan bola di daerah lapangan lawan (Fauzi, 2010). Dengan demikian pengumpan (*setter*) dapat di definisikan sebagai pemain olahraga bolavoli yang mempunyai tugas menyajikan bola di atas net untuk dipukul temannya sebagai serangan.

Selain menyajikan bola kepada rekan timnya, *setter* juga memiliki peran paling besar yaitu bertugas sebagai pengatur serangan dalam permainan bolavoli (Rusu, 2017). Dalam mencapai suatu kemenangan, seorang *setter* memiliki pengaruh yang sangat besar saat bermain melalui kualitas umpan yang diberikan dan kecerdasan yang dimiliki dapat membawa timnya menang (Novitasari & Rahfiludin, 2016). Pemain yang sudah dispesialisasikan sebagai seorang *setter* harus mendapatkan porsi latihan yang khusus untuk menguasai teknik *passing* atas dengan baik, karena persentase penggunaan teknik *passing* atas yang dilakukan *setter* lebih banyak dan lebih dominan. Seorang *setter*/pengumpan harus memiliki kekuatan otot lengan dan keseimbangan sehingga mampu melakukan *passing* atas yang baik, tepat dan terarah (Prasetyo, 2015). Lengan dibutuhkan karena digunakan untuk memassing atas bola tepat ke arah sasaran dan keseimbangan dibutuhkan karena bola tidak selalu tepat berada di depan *setter*, sehingga *setter* dapat bergerak leluasa dan tidak jatuh. Sejak awal pemain yang sudah dispesialisasikan sebagai pengumpan (*setter*) harus mendapatkan perhatian dan perbaikan sedini mungkin. *Setter* harus menempatkan bola sedemikian rupa untuk dipukul dan sesuai dengan keinginan pemukul, sehingga *setter* harus memiliki dan sangat menguasai teknik *passing* atas dengan baik untuk mengumpan bola.

2.1.8 *Setting/ Mengumpan*

Setting atau mengumpan yaitu melambungkan bola sedemikian rupa dengan menggunakan jari-jari tangan yang diberikan kepada teman kita agar mendapatkan kesempatan untuk memukul bola tersebut (Wahyudi, 2017). Pengertian lain dari *setting* atau mengumpan yaitu menyajikan bola kepada teman satu regunya yang digunakan untuk menyerang ke daerah lapangan lawan dengan menggunakan teknik tertentu (La'l & Haluti, 2018). *Setter* akan melakukan kontak kedua dengan mengumpan bola kepada teman satu regunya untuk melakukan serangan yang mematikan dengan berbagai macam variasi *setting*. Kecerdasan seorang *setter* dan kualitas dalam menerapkan berbagai variasi sangat berpengaruh untuk mencapai suatu kemenangan timnya. Teknik mengumpan juga harus dikuasai dengan baik dan harus mendapatkan perhatian serta latihan khusus, agar bola yang dihasilkan dapat terarah dan terukur sehingga pemukul dapat melakukan serangan dengan maksimal. Teknik mengumpan dapat dilakukan dengan menggunakan *passing* atas dan *passing* bawah. Dalam bolavoli, *setter* akan lebih dominan menggunakan *passing* atas untuk mengumpan, karena lambungan bola yang dihasilkan lebih tenang dan pengambilan bola lebih cepat dan lebih tepat ke sasaran sehingga memudahkan pemukul untuk melakukan serangan. Adapun memberikan umpan yang baik dapat memperhatikan beberapa hal berikut ini (González-Silva, Domínguez, Fernández-Echeverría, Rabaz, & Arroyo, 2016) :

1. Tepat dalam menempatkan bola sesuai dengan keinginan *smasher*.
2. Membangun serangan *smasher* dengan baik untuk menghindari block lawan.

3. Memberikan umpan dengan membaca situasi dengan cepat dan menentukan permainan seperti apa yang akan dilakukan, ke arah mana bola akan diberikan dan dengan jenis lambungan umpan apa yang akan digunakan untuk menyerang.

Salah satu elemen penting yang harus diperhatikan dalam permainan bolavoli adalah *setting* yang dilakukan oleh *setter*. Keberhasilan regu ditentukan oleh seorang *setter* yang memiliki penguasaan teknik *passing* atas yang baik, membuat pilihan dengan cepat dan tepat dalam membentuk efisiensi serangan tim (Alexandros & Athanasios, 2011). Potensi penyerangan dalam tim dapat dilakukan secara optimal apabila serangan yang dilakukan memiliki berbagai variasi serangan yang menyulitkan tim lawan. Maka dari itu diperlukan penguasaan teknik *passing* atas untuk mengumpan dengan baik, berikut adalah proses pelaksanaan atau tahapan gerakan *passing* atas untuk mengumpan :

- a) Sikap Permulaan

Sikap awal untuk mengumpan bola menggunakan *passing* atas adalah ambil posisi siap dengan berdiri dan buka kaki selebar bahu, posisikan salah satu kaki sedikit berada didepan sebagai tumpuan, posisi badan cenderung merendah dengan lutut ditekuk dan posisi badan agak condong ke depan, menempatkan badan dibawah bola dengan secepat mungkin, buka kedua jari-jari tangan dengan membentuk setengah lingkaran atau membentuk seperti mangkok, jari telunjuk dan ibu jari membentuk segitiga diikuti dengan sedikit membuka kedua siku ke samping (Ridwan, 2015).

- b) Cara Pelaksanaan

Pada saat bola tepat berada diatas, posisikan kedua tangan berada sedikit diatas dahi dengan tangan sedikit ditekuk pada siku maupun permukaan

tangan. Usahakan waktu perkenaan bola tepat berada pada permukaan ruas jari-jari tangan, terutama pada ruas pertama dan ruas kedua dengan ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah sebagai pendorong bola yang dominan. Bola dapat memantul dengan baik apabila jari-jari tangan sedikit ditegangkan saat akan bersentuhan dengan bola kemudian bola didorong menggunakan pergelangan tangan diikuti gerakan meluruskan siku (Ridwan, 2015).

2.1.9 Macam-macam Umpan

Dalam olahraga bolavoli *setting* atau mengumpan dapat dilakukan menurut arah lambungan umpan bola yang dilakukan dan jenis lambungan umpan bola yang digunakan pemukul/*spiker* (Fauzi, 2010). Apabila dilihat dari arah lambungan bola yang dilakukan terdapat tiga arah umpan yaitu arah lambungan umpan ke depan, arah lambungan umpan ke belakang dan arah lambungan umpan *back attack*, sedangkan apabila dilihat dari jenis lambungan umpan bola yang digunakan pemukul/*spiker* yaitu jenis lambungan umpan bola tinggi (*open*), jenis lambungan umpan bola semi (*medium*), jenis lambungan umpan bola cepat (*quick*), jenis lambungan umpan bola *push* dan jenis lambungan umpan bola *pull straight*. Variasi umpan juga dapat dilakukan dengan menggabungkan arah dan jenis lambungan umpan yang digunakan seperti mengumpan bola *open* arah depan dan belakang, mengumpan bola *pull/quick* ke arah depan dan belakang, mengumpan bola *push* ke arah depan dan belakang, mengumpan bola *pull straight* ke arah depan dan belakang serta mengumpan bola semi ke arah depan dan belakang, variasi ini dapat digunakan sesuai dengan taktik dan strategi seorang *setter* dalam upaya melakukan serangan. Memberikan umpan dalam upaya menyerang tidak hanya untuk pemain yang berada di posisi depan, tetapi variasi mengumpan dapat dilakukan dengan

memanfaatkan pemain di posisi belakang untuk melakukan serangan, umpan yang diberikan yaitu umpan *back attack*.

2.1.10 Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan *Setting*

Dalam olahraga bolavoli ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan *setting* salah satunya yaitu postur tubuh dan fisik yang dimiliki oleh pengumpan/*setter*. Selain itu, seorang pengumpan/*setter* untuk melakukan *setting* harus memiliki mental yang tinggi dan kemampuan fisik yang baik (Fauzi, 2010). Dengan mengacu dan melihat dari ketangguhan mental, kecepatan reaksi, stabilitas emosi, koordinasi, kecepatan dan kecerdasan yang dimiliki, seorang pelatih dapat memilih kualitas pengumpan yang baik. Faktor penting lain yang mempengaruhi keberhasilan *setting* dan keberanian pengumpan dalam mengambil keputusan atau inisiatif ke arah mana dan kepada siapa bola akan diberikan sangat ditentukan oleh berbagai hal diantaranya (Denardi et al., 2017) :

1. Jarak antara bola dengan net atau jauh dekatnya bola dengan net
2. Tinggi dan rendahnya bola melintas
3. Posisi blocker tim lawan
4. Kesiapan penyerang atau pemukul
5. Strategi dan taktik yang digunakan serta dikembangkan dalam timnya

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan diatas maka kesimpulan dari pelaksanaan penelitian ini adalah :

- 1) Arah lambungan bola yang sering digunakan oleh tim Indonesia putra adalah arah lambungan umpan depan dan arah lambungan yang sering digunakan oleh tim Thailand putra adalah arah lambungan umpan depan. Untuk arah lambungan bola yang sering digunakan tim Indonesia putri adalah arah lambungan umpan depan dan arah lambungan yang digunakan tim Thailand putri adalah arah lambungan umpan depan.
- 2) Jenis lambungan umpan yang sering digunakan tim Indonesia putra adalah jenis lambungan umpan bola *open* dan jenis lambungan umpan yang sering digunakan tim Thailand putra adalah jenis lambungan umpan bola *open*. Untuk jenis lambungan bola yang sering digunakan tim Indonesia putri adalah jenis lambungan bola *open* dan jenis lambungan umpan yang sering digunakan oleh tim Thailand putri adalah jenis lambungan bola *open*.
- 3) Efektifitas umpan yang digunakan antara tim Indonesia putra dan tim Thailand putra lebih efektif umpan yang digunakan tim Indonesia putra dan masuk dalam kategori baik, sedangkan efektifitas umpan yang digunakan antara tim Indonesia putri dan tim Thailand putri lebih efektif umpan yang digunakan tim Thailand putri dan masuk dalam kategori baik.

5.2 Saran

Hasil dari penelitian “Perbedaan *Setting* Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada Pertandingan ASEAN School Games Ke 11 Tahun 2019” maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi pelatih, disarankan untuk melatih *setting* arah lambungan umpan tengah, belakang dan *back attack* secara intensif, karena berdasarkan data yang diperoleh arah lambungan umpan tersebut memiliki persentase yang rendah dan memiliki tingkat keberhasilan yang tinggi tetapi jarang diberikan umpan pada arah tersebut. Dengan demikian setelah berlatih diharapkan seorang *setter* dapat melakukan dan menerapkan variasi arah lambungan umpan tengah, belakang dan *back attack* dengan baik dalam pertandingan.
2. Bagi pelatih, disarankan untuk melatih *setting* jenis lambungan bola *medium* dan *quick* secara intensif, karena berdasarkan data yang diperoleh jenis lambungan tersebut memiliki presentase yang rendah dan memiliki tingkat keberhasilan yang tinggi tetapi jarang diberikan umpan untuk jenis lambungan bola tersebut. Dengan demikian setelah berlatih diharapkan seorang *setter* dapat melakukan dan menerapkan variasi dengan jenis lambungan bola *medium* dan *quick* dengan baik dalam pertandingan.
3. Penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti lain yang ingin dan berminat mengadakan penelitian serupa sebagai acuan serta dapat digunakan sebagai bahan pembanding.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4(1, NaN-2996), 78–90.
- Alexandros, L., & Athanasios, M. (2011). The setting pass and performance indices in volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 11(1), 34–39. <https://doi.org/10.1080/24748668.2011.11868527>
- Anam, K., Nasuka, & Aji, T. (2015). Klub Bola Voli Putra IVOKAS Kabupaten Semarang. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 4(1), 40–49.
- Andibowo, T. (2018). Pengaruh Latihan Standing Servis Dan Jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli, 4(2), 35–49.
- ASEAN School Games https://en.wikipedia.org/wiki/ASEAN_School_Games (22/06/19)
- Azzaky, A., & Irsyada, M. (2018). Karakteristik Permainan Bolavoli Grand Final Livoli Divisi Utama Putra Tahun 2018 Magetan Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1.
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). <https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Bintoro, F. (2015). Sistem Pendukung Keputusan Rekomendasi Spesialisasi Pemain Pada Olahraga Bola Voli Menggunakan Metode Profile Matching, 1–11.
- Bola Voli. Online https://id.wikipedia.org/wiki/Bola_voli (accessed 22/06/19)
- Broto, D. P. (2015). Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Power Otot Tungkai Atlet Remaja Bola Voli. *Jurnal Riset Physical Education*, VI, 174–185.
- Budiman, D., & Rusdiana, A. (2020). Analisis Permainan Bola Voli pada Putaran Final Four Proliga Tahun 2017 Berbasis Video Recorder. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(1), 55–59. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i1.10126>
- Denardi, R. A., Clavijo, F. A. R., de Oliveira, T. A. C., Travassos, B., Tani, G., & Corrêa, U. C. (2017). The volleyball setter's decision-making on attacking. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 17(4), 442–457. <https://doi.org/10.1080/24748668.2017.1350450>
- Destriani, Destriana, Switri, E., & Yusfi, H. (2019). Pengembangan pembelajaran permainan bola voli pada mahasiswa The development of volleyball games learning for students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5, 16–28.
- Diwantoro, & Irsyada, M. (2018). Analisis Keterampilan Bermain Pertandingan

- Bolavoli Final ASIAN GAMES 2018: Korea Selatan Lawan Iran. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2.
- Ervionita, N., Supriatna, E., & Purnomo, E. (2012). Efektivitas Hasil Smash Pada Kejuaraan Liga Bola Voli Seri VI Se-Kalimantan Barat. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8, 1–7.
- Fauzi. (2010). Pengumpaan (Setter) Sebagai Jantungnya Permainan Olahraga Bola Voli. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 6, 110–115.
- González-Silva, J., Domínguez, A. M., Fernández-Echeverría, C., Rabaz, F. C., & Arroyo, M. P. M. (2016). Analysis of Setting Efficacy in Young Male and Female Volleyball Players. *Journal of Human Kinetics*, 53(1), 189–200. <https://doi.org/10.1515/hukin-2016-0022>
- Inkinen, V., Häyrinen, M., & Linnamo, V. (2014). Technical and tactical analysis of women's volleyball. *Biomedical Human Kinetics*, 5(1), 43–50. <https://doi.org/10.2478/bhk-2013-0007>
- Janah, N. (2015). Perbedaan Tingkat Keberhasilan Receive Service Bola Float Dan Top Spin Pada Tim Empat Besar Volleyball Women's World Cup 2015 The Differences The Success Rate Of Receive Service Floating Ball And Top Spin On The Four Major Team Of Women's Volleyball World. *Jurnal Student*, 643.
- Kartikaningtyas, E. (2011). Pengaruh Metode Latihan Quick Smash Dengan Awalan Dan Tanpa Awalan Terhadap Hasil Quick Smash Dalam Permainan Bolavoli Pada Atlet Putra Klub PORVIT Kabupaten Kudus Tahun 2010.
- Kumalasari, H. (2016). Kemampuan Menyerang Dengan Smash Atlet Bola Voli Putri Daerah Istimewa Yogyakarta Pada Pekan Olahraga Pelajar Wilayah 2016 Di Daerah Istimewa Yogyakarta, 1–11.
- La'I, R. A., & Haluti, A. (2018). Pelatihan Teknik Dasar Permainan Bola Voli. *Monsu'ani Tano: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.32529/tano.v1i1.245>
- Latar, I. M. (2015). Meningkatkan Keterampilan Bolavoli Mahasiswa Penjas Dengan Metode Latihan. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v2i1.3936>
- Liawanto, O. (2014). Pengaruh Latihan Akurasi Terhadap Ketepatan Service Atas Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Keperawatan*, 2 No 2(1), 1–6.
- Munasifah. 2008. Bermain Bola Voli. Semarang : Aneka Ilmu
- Munhamir, M. D. I., Supriyadi, & Sunijantoro, A. G. (2015). Pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media audio visual pada tim bolavoli putri ukm uabv universitas negeri malang.
- Munir, M., Nurharsono, T., & Supriyono. (2013). Meningkatkan Pembelajaran Passing Bolavoli Dengan Media Keranjang. *Journal of Physical Education , Sport*, 2(2), 518–523.

- Mushofi, Y. (2017). Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bolavoli Di Smk Al Huda Wajak Malang. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(1), 42–47. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i1.250>
- Niluh. (2018). Analisis Keberhasilan Dan Kegagalan Timnas Bolavoli Putri Pada ASEAN GAMES 2018.
- Novitasari, D. A., & Rahfiludin, M. Z. (2016). Tingkat Konsumsi Energi, Aktivitas Fisik Dan Kesegaran Jasmani Pada Posisi (Tosser dan Smasher) Atlet Bola Voli. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 4(April), 38–45.
- Nurlina, D. F., Santosa, I., & Supriyono. (2017). The Development of Biometric Sensors to Net Sports Volleyball Devi. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 6(3), 171–176.
- Patsiaouras, A., Moustakidis, A., Charitonidis, K., & Kokaridas, D. (2011). Technical Skills Leading in Winning or Losing Volleyball Matches During Beijing Olympic Games, 11(2), 39–42.
- Perdima, F. E. (2019). Hubungan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Passing Atas Siswa SMP Negeri 1 Lebong Utara Kabupaten Lebog. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Pesta Olahraga Perbara. Online <http://id.wikipedia.org/wiki> (accesed 22/06/19)
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 31–33. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6495>
- Prasetyo, G. B. (2015). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Passing Atas Bolavoli (Studi Ekstrakurikuler Bolavoli SMK SULTAN AGUNG 1 Tebuireng Jombang), 3(2), 69–79.
- Ratna, D., Tangkudung, S. J., & Hanif, A. S. (2018). Evaluasi Program Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Bolavoli Pasir Putri Dki Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2, 8–16.
- Ridwan, M. (2015). Pengaruh Keseimbangan, Kelincahan dan Motivasi Berolahraga Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli Di SMA Negeri 1 Panggarangan Kabupaten Lebak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 15, 86–100.
- Rosalina Ginting, Galih Dwi Pradipta, M. O. O. M. (2018). Tingkat Sportivitas Atlet Voli Universitas PGRI Semarang, 10(2), 1–15.
- Rusu, A. (2017). Trends Regarding The Role Of The Setter In Volleyball. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 106(4), 103–106. [https://doi.org/10.24193/subbeag.62\(4\).37](https://doi.org/10.24193/subbeag.62(4).37)
- Satriya Wijaya, E., Rahayu, T., & Sugiharto. (2018). Sports Evaluation Program of Female's Volleyball Achivement on Junior High School of Bantarkawung sub-district. *Journal of Physical Education and Sports*, 7(1), 36–42. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>

- Setiyawan. (2017). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas*, 3(1), 74–86.
- Setiyawan, I. P. (2017). Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMA Negeri 3 Klaten TA 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, VI(December).
- Silva, M., Lacerda, D., & João, P. V. (2014). Game-related volleyball skills that influence victory. *Journal of Human Kinetics*, 41(1), 173–179. <https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0045>
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung. Alfabeta
- Suharsimi, A. (2013). Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi). Jakarta:Rineka Cipta.
- Sukirno, A. A. (2011). Hubungan Koordinasi Mata - Tangan Dengan Hasil Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Putra SMA NEGERI 15. *Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 6, 42–46.
- Thailand. Online <https://id.wikipedia.org/wiki/Thailand> (accesed 22/06/19)
- Tri, D. (2018). Produktivitas Service Pemain Bola Voli Putri Pada Proliga Tahun 2018.
- Verawati, N. (2011). *Survei Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Tengah Tahun 2011*.
- Wahyudi, A. (2017). Model Development of Volleyball Thrower. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 6(2), 140–143.
- Wahyudi, Agung. 2017. *Bermain Bolavoli*. Semarang : Lensa Media Pustaka Indonesia
- Zhang, Y. (2016). Analysis of influential factors of Asian volleyball pass technique. *Journal of Computational and Theoretical Nanoscience*, 13(12), 10130–10133. <https://doi.org/10.1166/jctn.2016.6226>