



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

SKRIPSI

**Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Pada Universitas Negeri Semarang**

Oleh :

ARIS SULISTIONO

6101416096

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

ABSTRAK

Aris Sulistiono. 2020. "Perbedaan Efektivitas *Spike* Permainan Bolavoli *Elite* Atlet Pelajar Indonesia dan Thailand Pada Pertandingan *ASEAN School Games Ke-11 Tahun 2019*". Skripsi Jurusan PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Dr. Agung Wahyudi,MP.d

Kata kunci: Keterampilan *spike*, Bolavoli, *ASEAN School games*.

Tingkat persaingan antara timnas Indonesia dan timnas Thailand sangat berimbang, terbukti timnas Indonesia selalu bertemu timnas Thailand dalam partai final, namun Indonesia sulit untuk menjadi juara pada *ASEAN School Games*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan *spike* yang meliputi (1)Aspek posisi menyerang, (2)Daerah yang sering diserang, (3)Efektivitas serangan pada atlet bolavoli pelajar tim Indonesia dan tim Thailand.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Lokasi penelitian berada di kota Semarang dengan sasaran penelitian Tim Indonesia dan tim Thailand. Instrumen pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi dan dokumentasi. Metode yang digunakan menggunakan *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. teknik analisis penelitian yang digunakan deskriptif presentase.

Berdasarkan hasil penelitian adalah: (1)Posisi yang paling sering digunakan untuk menyerang tim Indonesia putra adalah posisi 4,105 kali (67,62%) kategori baik. tim Indonesia putri adalah posisi 4,144 kali (61,46%), kategori baik. tim Thailand putra adalah posisi 4, 90 kali (68,89%), kategori baik dan tim Thailand putri adalah posisi 4 147 kali (71,77%), kategori baik. (2)Daerah yang paling sering diserang oleh tim Indonesia putra adalah posisi 1, 80 kali (70,00%) kategori baik. Tim Indonesia putri adalah posisi 6, 105 kali (57,62%), kategori baik. Tim Thailand putra adalah posisi 1, 74 kali (69,59%), kategori baik dan tim Thailand putri adalah posisi 6, 100 kali (65,50%) kategori baik. (3) *Spike* yang paling efektif digunakan tim Indonesia putra adalah *spike* posisi 3, 78,30% kategori baik sekali, tim Indonesia putri adalah *spike* posisi 3, 67,31% kategori baik, tim Thailand putra adalah *spike* posisi 2, 83,33% kategori sangat baik dan tim Thailand putri adalah *spike* posisi 3, 75,89% kategori sangat baik.

Simpulan penelitian adalah (1)Posisi yang paling sering digunakan menyerang tim putra-putri Indonesia dan Thailand adalah posisi 4, (2)Daerah yang paling sering diserang oleh tim Indonesia putra adalah posisi posisi 1, tim Indonesia putri posisi 6, Thailand putra posisi 1 dan Thailand putri 6 (3) *Spike* paling efektif tim putra-putri Indonesia adalah *spike* posisi 3 dan tim putra Thailand dengan *spike* posisi 2 sedangkan tim putri Thailand dengan jenis *spike* posisi 3. Saran dalam pembinaan atlet bolavoli harus mengikuti perkembangan bolavoli modern, yaitu bermain dengan bola-bola cepat yang dapat mendapatkan poin dan melatih teknik pukulan serangan back attack secara intensif karena teknik *spike* ini memiliki tingkat kesulitan yang tinggi.

ABSTRACT

Aris Sulistiono. 2020. "**The Difference Of Spike Effectiveness During Volleyball Match Between Indonesia And Thailand On The 11th Asean School Games 2019**". Final Project Department of Physical Education Health and Recreation. Faculty of Sport Science. Universitas Negeri Semarang. Dr. Agung Wahyudi, MP.d

Keywords: Spike skills, Volley Ball, ASEAN School games.

The level of competition between Indonesia and the Thailand national team is very balanced, proved by the Indonesian national team always met the Thailand national team in the final, but Indonesia is difficult to become a champion in *ASEAN School Games*. The research aims to determine the skills of *Spike* that include (1) the aspect of attacking positions, (2) areas that are often attacked, (3) The effectiveness of attacks on athletes volley ball Indonesian team and Thai team.

This Research is a type of quantitative study. The research location is in the city of Semarang with the research target of Indonesian team and Thai team. Data-feeding instruments are performed by observation and documentation. The method used is using *non-probability sampling* with the type *purposive sampling*. *Research* analysis techniques used descriptive percentage.

Based on the research results are: (1) the position that is most commonly used to attack the Indonesian men's team is position 4, 105 times (67.62%) Good category. The Indonesian women's team is position 4, 144 times (61.46%), the category is good. The Thailand men's team is position 4, 90 times (68.89%), good category and team Thai princess is position 4 147 times (71.77%), good category. 2 The most frequently attacked area by Indonesian men's team is position 1, 80 times (70.00%) Good category. Indonesian Women's team is position 6, 105 times (57.62%), good category. The Thai men's Team is position 1, 74 times (69.59%), good categories and Thai women's team is position 6, 100 times (65.50%) Good category. (3) *Spike* The most effectively used team Indonesia Putra is *spike* position 3, 78.30% The category is excellent, team Indonesia daughter is *spike* position 3, 67.31% good category, the men's team Thailand is *spike* position 2, 83.33% category is excellent and the team Thailand Princess is *spike* 3rd position, 75.89% very good category.

The research conclusion is (1) the most frequently used position of attacking the Indonesian and Thai kids ' teams is position 4, (2) The region that is most often attacked by the Indonesian men's team is position 1 position, team Indonesia daughter position 6, Thailand son position 1 and Thai Princess 6 (3) The most effective *spike* of the Indonesian daughters team is *Spike* 3 position and a team of Thai men with *spike* position 2 while the Thai women team with *spike* type 3 position. The advice in the construction of Volley Ball athletes must follow the development of modern Volley Ball, namely playing with fast balls that can gain points and train techniques punch attack back attack intensively because this spike technique has a high level of difficulty.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya:

Nama : Aris Sulistiono
NIM : 6101416096
Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul Skripsi : Perbedaan Efektivitas *Spike* Permainan Bolavoli *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia dan Tim Thailand Pada *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. 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 dengan ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 7 April 2020

Yang menyatakan,



Aris Sulistiono

NIM. 6101416096

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul Perbedaan Tingkat Keterampilan Gerak *Spike*
Permainan Bolavoli Elit Atlet Pelajar Indonesia dan Thailand Pada ASEAN School
Games Ke-11 Tahun 2019

Disusun oleh :

Nama : Aris Sulistiono

NIM : 6101416096

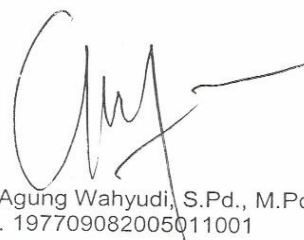
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah disahkan dan disetujui pada tanggal.....oleh:

Menyetujui.
Ketua Jurusan PJKR

 23/3.20
Dr. Runtini, S.Pd., M.Pd
NIP. 1970022319951220001

Pembimbing


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

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Aris Sulistiono NIM 6101416096 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul "Perbedaan Efektifitas Spike Permainan Bolavoli Antara *Elite* Atlet Pelajar Indonesia dan 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 selasa, 7 April 2020

Panitia Ujian:

Ketua



Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.
NIP. 19610320198403200

Sekretaris

Drs. Hermawan Pamot R. M.Pd.
NIP. 196510201991031002

Dewan Penguji

1. Dr. Sulaiman, M.Pd.(Ketua)
NIP.196206121989011001

2. Drs. Cahyo Yuwono, M.Pd. (Anggota)
NIP.196204251986011001

3. Dr. Agung Wahyudi, M.Pd (Anggota)
NIP.1977090820050110

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

- Dijalani, dinikmati, disyukuri serta niatkan segala sesuatu dengan Ibadah.

Persembahan

Saya persembahkan karya ini untuk:

1. Almamater Universitas Negeri Semarang Fakultas Ilmu Keolahragaan jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Universitas Negeri Semarang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Perbedaan Efektivitas *Spike* Permainan Bolavoli Pada *Elite* Atlet Pelajar Indonesia dan Thailand Pada Pertandingan *ASEAN School Games* Ke-11 Tahun 2019”. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, bimbingan dan kerja sama dari berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk memperoleh pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti sehingga dapat melaksanakan penelitian untuk penyusunan
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Dr. Agung Wahyudi, M.Pd selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan arahan dan diskusi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Bapak/ibu dosen dan staf karyawan jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang.
6. Kedua orang tua saya yang sangat luar biasa, Bapak H.Rochani dan Ibu Hj.Asrokhah yang selalu melantunkan doa, dan memberikan dukungan serta selalu ada untuk saya.

7. Kakak saya, Zaenal arifin, Arifah, dan Adi achmad yang sangat saya sayangi.
8. Kota Semarang, tanah kelahiran yang mengantarkan saya mengarungi lautan menuju pengalaman dalam kehidupan.
9. Seluruh sabahat yang selalu mendukung saya dan pihak yang ikut membantu penyusunan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu.

Semarang, 7 April 2020



Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	9
1.3 Fokus Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah.....	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 Landasan Teori.....	12
2.1.1 ASEAN School Games.....	12
2.1.2 Hakikat Olahraga.....	13
2.1.3 Hakikat Keterampilan.....	13
2.1.4 Hakikat Permainan Bolavoli.....	14
2.1.5 Hakikat Teknik Dasar Permainan Bolavoli.....	16
2.1.6 Posisi Pemain Bolavoli.....	20
2.1.7 Teknik <i>Spike</i> /Menyerang.....	21
2.1.8 Pola/Taktik Penyerangan.....	25
2.1.9 Bolavoli Dalam Prestasi.....	26
2.1.9.1 Aspek Fisik.....	27
2.1.9.2 Aspek Teknik.....	29
2.1.9.3 Aspek Taktik.....	29
2.1.9.4 Kematangan Mental.....	30
2.1.9.5 Kerjasama dan Kekompakan.....	32
2.1.9.6 Pengalaman dalam Bertanding.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 Jenis Dan Desain Penelitian.....	33
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	33
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	33
3.2.2 Waktu Penelitian.....	33
3.3 Variabel.....	34
3.4 Populasi Dan Sampel Penelitian.....	34
3.4.1 Populasi.....	34
3.4.2 Sempel.....	34
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	35

3.6	Instrumen Penelitian	37
3.7	Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		44
4.1	Hasil Penelitian	44
4.2	Deskripsi Data.....	44
4.2.1	Posisi Memukul yang Paling Sering Digunakan untuk Menyerang.....	45
4.2.1.1	Tim Bolavoli Putra Indonesia.....	45
4.2.1.2	Tim Bolavoli Putri Indonesia.....	46
4.2.1.3	Tim Bolavoli Putra Thailand.....	46
4.2.1.4	Tim Bolavoli Putri Thailand.....	47
4.2.2	Daerah Yang Paing Sering Diserang.....	48
4.2.2.1	Tim Bolavoli Putra Indonesia.....	48
4.2.2.2	Tim Bolavoli Putri Indonesia.....	48
4.2.2.3	Tim Bolavoli Putra Thailand.....	49
4.2.2.4	Tim Bolavoli Putri Thailand.....	50
4.2.3	Jenis <i>Spike</i> yang Paling Efektif Digunakan untu Menyerang..	50
4.2.3.1	Tim Bolavoli Putra Indonesia.....	50
4.2.3.2	Tim Bolavoli Putri Indonesia.....	51
4.2.3.3	Tim Bolavoli Putra Thailand.....	52
4.2.3.4	Tim Bolavoli Putri Thailand.....	53
4.2.4	Tingkat Keberhasilan Upaya Untuk Menyerang Antara Timnas Putra Indonesia Dan Timnas Putra Thailand.....	54
4.2.5	Tingkat Keberhasilan Upaya Untuk Menyerang Antara Timnas Putri Indonesia Dan Timnas Putri Thailand.....	55
4.3	Pembahasan Hasil Analisis Data	56
4.4	Keterbatasan Penelitian	64
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		65
5.1	Simpulan.....	65
5.2	Saran	66
DAFTAR PUSTAKA.....		67
LAMPIRAN		71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Kejuaraan Bolavoli Asg Putra 2013-2018	4
2. Data Kejuaraan Bolavoli Asg Putri-2013-2018	5
3. Sampel Penelitian.....	35
4. Instrumen Pengamatan <i>Spike</i> Posisi Menyerang	39
5. Instrumen Pengamatan <i>Spike</i> Posisi Diserang	40
6. Instrumen Pengamatan <i>Spike</i> Posisi yang Paling Efektif	42
7. Kriteria Keberhasilan <i>Spike</i>	44
8. Posisi Menyerang Tim Nasional Indonesia Putra.....	45
9. Posisi Menyerang Tim Nasional Indonesia Putri.....	46
10. Posisi Menyerang Tim Nasional Thailand Putra.....	46
11. Posisi Menyerang Tim Nasional Thailand Putri.	47
12. Posisi yang Sering di Serang oleh Tim Nasional Putra Indonesia..	48
13. Posisi yang Sering di Serang oleh Tim Nasional Putri Indonesia.....	48
14. Posisi yang Sering di Serang oleh Tim Nasional Thailand Putra.	49
15. Posisi yang Sering di Serang oleh Tim Nasional Putri Thailand.....	50
16. Jenis <i>Spike</i> yang Paling Efektif Digunakan untuk Menyerang Oleh Tim Nasional Indonesia Putra.	50
17. Jenis <i>Spike</i> yang Paling Efektif Digunakan untuk Menyerang Oleh Tim Nasional Indonesia Putri.	51
18. Jenis <i>Spike</i> yang Paling Efektif Digunakan untuk Menyerang Oleh Tim Nasional Thailand Putra.	52
19. Jenis <i>Spike</i> yang Paling Efektif Digunakan untuk Menyerang Oleh Tim Nasional Thailand Putri.....	53
20. Tingkat Keberhasilan <i>Spike</i> Tim Putri Indonesia Dan Tim Putra Thailand.	56
21. Tingkat Keberhasilan <i>Spike</i> Tim Putri Indonesia Dan Tim Putri Thailand.	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Servis.....	18
2. Passing Bawah	19
3. Passing atas ke depan.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Proposal Skripsi	71
Lampiran 2 Surat Keputusan Dosen Pembimbing.....	72
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	73
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian	74
Lampiran 5 Persetujuan Skripsi	75
Lampiran 6 Daftar Nama Atlet Putra Indonesia.....	76
Lampiran 7 Daftar Nama Atlet Putri Indonesia.....	77
Lampiran 8 Daftar Nama Atlet Putra Thailand.....	78
Lampiran 9 Daftar Nama Atlet Putri Thailand.....	79
Lampiran 10 Bagan Pool Pertandingan.	80
Lampiran 11 Jadwal Pertandingan.....	81
Lampiran 12 Jadwal Pertandingan.....	82
Lampiran 13 Tabel Instrumen Pengamatan <i>Spike</i>	83
Lampiran 14 Hasil Data Pertandingan ke-1 Tim Putra Indonesia	86
Lampiran 15 Hasil Data Pertandingan ke-2 Tim Putra Indonesia	87
Lampiran 16 Hasil Data Pertandingan ke-3 Tim Putra Indonesia	88
Lampiran 17 Hasil Data Pertandingan ke-4 Tim Putra Indonesia	89
Lampiran 18 Hasil Data Pertandingan ke-1 Tim Putri Indonesia	90
Lampiran 19 Hasil Data Pertandingan ke-2 Tim Putri Indonesia	91
Lampiran 20 Hasil Data Pertandingan ke-3 Tim Putri Indonesia	92
Lampiran 21 Hasil Data Pertandingan ke-4 Tim Putri Indonesia	93
Lampiran 22 Hasil Data Pertandingan ke-1 Tim Putra Thailand.....	94
Lampiran 23 Hasil Data Pertandingan ke-2 Tim Putra Thailand.....	95
Lampiran 24 Hasil Data Pertandingan ke-3 Tim Putra Thailand.....	96
Lampiran 25 Hasil Data Pertandingan ke-4 Tim Putra Thailand.....	97
Lampiran 26 Hasil Data Pertandingan ke-1 Tim Putri Thailand.....	98
Lampiran 27 Hasil Data Pertandingan ke-2 Tim Putri Thailand.....	99
Lampiran 28 Hasil Data Pertandingan ke-3 Tim Putri Thailand.....	100
Lampiran 29 Hasil Data Pertandingan ke-4 Tim Putri Thailand.....	101
Lampiran 30 Dokumentasi Penelitian.....	102

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

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

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G Morgan pada tahun 1895. Ia adalah seorang pembina pendidikan jasmani di Young Men Christian Association (YMCA) dikota Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat pada tanggal 9 februari 1895 (Winarno & Tomi, 2005). Permainan bolavoli sangat terkenal di masyarakat, dimulai dari kalangan atas sampai kalangan bawah sudah tidak asing lagi dengan nama permainan bolavoli. Sering dijumpai di daerah-daerah tertentu permainan bolavoli ini dimainkan oleh banyak orang, dari anak muda maupun orang dewasa. Kebanyakan orang memainkan bolavoli ini hanya untuk mengisi waktu luang, mencari keringat supaya badannya sehat, dan bahkan ada pula yang bertujuan untuk mencapai suatu prestasi (Ervionita, 2012). Untuk mencapai prestasi, seharusnya latihan dilakukan dari usia dini agar supaya kemampuan yang dimiliki dapat tersalurkan dengan maksimal. Peluang untuk

berprestasi semakin besar karena sudah banyak pertandingan-pertandingan bolavoli yang diselenggarakan untuk menguji kemampuan keterampilan setiap pemain maupun tim bolavoli. Pertandingan-pertandingan yang diselenggarakan, mulai dari pertandingan antar desa, pertandingan antar sekolah, pertandingan antar klub, bahkan pertandingan dari tingkat Nasional maupun Internasional (Ervionita, 2012).

Bolavoli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan dengan luas 18 meter x 9 meter yang terpisah oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda tentang jumlah pemain, jenis atau ukuran lapangan, angka kemenangan dalam setiap pertandingan yang digunakan untuk keperluan tertentu. Namun pada hakekatnya pemain bolavoli dimaksudkan untuk menyebarluaskan kemahiran bermain bolavoli kepada setiap orang yang meminatinya (PP. PBVSI, 2005:1). Menurut Sujarwo (2017) permainan bolavoli merupakan suatu permainan olahraga yang cara bermainnya dimainkan oleh beberapa orang, dengan menggunakan seluruh anggota badan dengan pantulan yang sah, dengan melewati rintangan pembatas lapangan yaitu net untuk mencapai tujuan tertentu. Bolavoli adalah olahraga yang menuntut anggota fisik yang mencakup perubahan posisi tubuh yang sangat cepat baik dalam hal ruang maupun posisi timbal balik dari segmen tubuh (melompat, teknik naik ke lantai, perubahan arah yang cepat) (Miskin et al., 2010). Sedangkan menurut Ahmadi (2007) permainan bolavoli merupakan suatu aktivitas gerak yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan seluruh koordinasi gerak tubuh yang sangat diandalkan untuk melakukan gerakan dari berbagai macam teknik yang ada dalam permainan bolavoli. Berdasarkan pengertian bolavoli dari beberapa ahli diatas dapat

dikatakan bahwa bahwa bolavoli merupakan olahraga permainan yang mengandalkan teknik tertentu untuk dimainkan oleh 2 regu dimana di dalam setiap 1 regu terdapat 6 pemain, yang memiliki tujuan untuk melambungkan bola ke daerah lawan melalui atas net dengan memiliki kesempatan 3 kali sentuhan di setiap regunya. Permainan bolavoli merupakan aktifitas gerak secara terus-menerus dan dalam waktu lama tanpa mengalami kelelahan yang berat sehingga setiap pemain diperlukan status gizi yang baik dan tercukupi zat gizi dengan tepat (Novitasari & Rahfiludin, 2016).

Permainan bolavoli adalah olahraga yang sudah sangat populer diberbagai negara salah satunya adalah negara yang berada di *ASEAN*. Olahraga ini sering di pertandingkan pada kejuaran internasional Asian Games. *ASEAN (Association Of Southeast Asian Nations)* atau perhimpunan Bangsa-Bangsa Asia Tenggara yang merupakan organisasi kawan yang mewadahi kerja sama dari sepuluh (10) Negara di Asia Tenggara yaitu negara Indonesia, Malaysia, Thailand, Filipina, Vietnam, Myanmar, Singapura, Kamboja, Laos, dan Brunei Darussalam. Tujuan dibentuknya *ASEAN* adalah untuk mempercepat pertumbuhan ekonomi, kemajuan sosial serta pengembangan kebudayaan, meningkatkan perdamaian, meningkatkan kerjasama yang aktif dan saling membantu, sehingga dibuatlah pesta olahraga se-Asia Tenggara (*ASEAN Games*) dari sepuluh (10) negara-negara *ASEAN* (Robert Hoffmann, Lee Chew, Gingg, 2004).

ASEAN School Games (ASG) atau yang disebut juga Youth SEA Games adalah pesta olahraga tahunan untuk sekolah-sekolah tinggi yang berada di kawasan Asia Tenggara dan dibawah kewenangan Dewan Olahraga Sekolah *ASEAN (ASSC)*. *ASSC* adalah dewan olahraga regional apolitis yang

mempromosikan olahraga diantara negara-negara anggota. Sebelum 2009 permainan dimainkan dan berdasarkan satelit, acara olahraga tunggal. Dan diubah pada 2009 dimana format *game* diterapkan/implementasikan. Tujuan dari ASG adalah untuk menjalin solidaritas *ASEAN* pada generasi muda melalui olahraga ditingkat sekolah, untuk memberikan kesempatan bagi atlet sekolah untuk membandingkan bakat olahraga mereka di kawasan *ASEAN*, dan untuk memberikan kesempatan bagi atlet sekolah untuk berinteraksi dan langsung terlibat dalam pertukaran budaya di *ASEAN*.

Berdasarkan data *ASEAN School Games* cabang bolavoli hampir menjadi olahraga yang selalu dipertandingkan pada kejuaraan *ASEAN School Games* hanya pada tahun 2015 cabang olahraga bolavoli tidak dipertandingkan. jika dilihat dari pertandingan lima tahun terakhir pada kejuaraan *ASEAN School Games* bahwa negara yang merupakan semifinalis adalah negara Indonesia, negara Thailand, negara Malaysia dan negara Singapura baik di kategori putra maupun putri.

Tabel 1.1 Data Kejuaraan Bolavoli ASG Putra 2013-2018

Data Kejuaraan Bolavoli ASG Putra 2013-2018					
Tahun	Tempat	Juara 1	Juara 2	Juara 3	Juara 4
2013	Vietnam	Thailand	Indonesia	Malaysia	Filipina
2014	Filipina	Thailand	Indonesia	Malaysia	Singapura
2015	Brunei	-	-	-	-
2016	Thailand	Thailand	Indonesia	Singapura	Malaysia
2017	Singapore	Thailand	Indonesia	Filipina	Singapura
2018	Malaysia	Malaysia	Indonesia	Thailand	Filipina

Sumber : [http://id.wikipedia.org/wiki/Pesta Olahraga Pelajar Perbara](http://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara)

Tabel 1.2 Data Kejuaraan Bolavoli ASG Putri-2013-2018

Data Kejuaraan Bolavoli ASG 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	Singapura	Thailand	Indonesia	Filipina	Malaysia
2018	Malaysia	Thailand	Indonesia	Malaysia	Singapura

Sumber : [http://id.wikipedia.org/wiki/Pesta Olahraga Pelajar Perbara](http://id.wikipedia.org/wiki/Pesta_Olahraga_Pelajar_Perbara)

Berdasarkan data tim Indonesia dan tim Thailand adalah tim yang paling sering masuk kedalam finalis pada kejuaraan *ASEAN School Games*. Tim Thailand dalam finalis *ASEAN school games* dengan jumlah 4 kali masuk Final dan berhasil menjadi juara 1 sebanyak 4 kali. Tim Indonesia adalah negara yang paling sering masuk kedalam finalis terbukti dari 5 kali tim Indonesia putra masuk partai Final namun selalu menjadi juara 2 di kalahkan oleh tim Thailand 4 kali dan malaysia 1 kali pada kejuaraan *Asian School Games*. Dan untuk tim putri Indonesia selalu bertemu tim putri Thailand di partai final namun tim putri Indonesia hanya menjadi peringkat ke 2 dalam 3 tahun terakhir karena dikalahkan oleh tim putri Thailand pada kejuaraan *Asian School Games*.

Negara Indonesia adalah negara di kawasan Asia Tenggara yang dilintasi garis khatulistiwa dan berada di antara daratan benua Asia dan Australia, serta diantara dua samudra yaitu Samudra Hindia dan Samudra Pasifik. Negara Indonesia merdeka pada tahun 1945 setelah perang pasifik berakhir di bawah tekanan organisasi pemuda, Soekarno-Hatta mengumumkan kemerdekaan Indonesia pada tanggal 17 Agustus 1945. Indonesia memiliki jumlah penduduk sebesar lebih dari 270 juta jiwa, menjadikan negara ini negara dengan penduduk terbanyak ke-4 di dunia yang memiliki 6 agama resmi yaitu : Islam, Kristen

Protestan, Katolik, Hindu, Budha dan Kong Hu Cu dan Indonesia memiliki lebih dari 721 bahasa daerah, Bahasa Indonesia adalah bahasa nasional yang di gunakan. Olahraga yang paling populer di Indonesia adalah sepak bola, bulutangkis dan bolavoli. Salah satu olahraga yang sampai saat ini memiliki eksistensi adalah bolavoli. Dan bolavoli saat ini merupakan olahraga yang populer yang terbukti pada Panasonic Gobels Award 2018 bolavoli terpilih sebagai olahraga terfavorit di Indonesia.

Olahraga bolavoli, di Indonesia bolavoli dikenal sejak tahun 1928. Penyebaran permainan bolavoli ke Indonesia dibawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan, pada waktu itu permainan bolavoli belum mendapat tempat di masyarakat. Persaingan dalam berkompetisi klub-klub bolavoli di Indonesia saat ini masih terus berkembang dalam pelaksanaannya dari kompetisi amatir dan profesional. Menurut Sujarwo (2017:7) bahwa olahraga bolavoli masih menjadi pertentangan dalam konsep menejerialnya, beberapa orang berpendapat bahwa olahraga bolavoli ini dogolongkan dalam olahraga dalam olahraga profesional hal ini diindikasikan adanya kejuaraan yang digulirkan yang disebut Proliga, dimana masing-masing tim yang berpartisipasi merupakan tim-tim yang secara profesional mengelola dan menyiapkan tim mereka masing-masing yaitu dengan sistem kontrak berdurasi dan juga sistem penggajiannya. Kompetisi kasta tertinggi bolavoli di indonesia adalah Proliga, namun dalam pembinaannya olahraga bolavoli di indonesia sangat beragam dari pembinaan dari masing-masing klub amatir yang di Indonesia, di daerah kota atau kabupaten ada pelatihan daerah, dan Pendidikan Pelatihan Olahraga Pelajar (PPOP), dimana masing-masing pembinaan tersebut masih dalam naungan pemerintah. Hal ini sesuai dengan

pendapat Sujarwo (2017:7) bahwa olahraga bolavoli yang ada di Indonesia dikembangkan melalui klub-klub yang masih bernaung dalam pemerintah yaitu PengKot/PengProv, PengProv dan juga Pengurus Besar (PB).

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, kadang-kadang 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. Dia 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 tahun 1957, Nawa Akat Ek Luang Supachalasai, Direktur Departemen Pendidikan Jasmani telah mendirikan "Asosiasi Voli Amatir Thailand", dengan tujuan untuk mendukung dan mempublikasikan kemajuan bolavoli dan dikelola turnamen bolavoli 6 pemain dan kompetisi bolavoli tahunan di kantor pemerintah lainnya, seperti Departemen Pendidikan Jasmani, Komite Olahraga Universitas, Kota Bangkok, Dewan Olahraga Militer, serta turnamen voli Olimpiade Nasional Thailand di voli wanita dan pria. Dalam cabang olahraga bolavoli, Thailand merupakan salah satu negara yang memiliki prestasi yang sangat membanggakan.

Dalam permainan bolavoli tentu memiliki tujuan untuk memenangkan sebuah pertandingan, dengan hal tersebut tertuang dalam permainan bolavoli

yang memiliki sebuah faktor keberhasilan untuk memenangkan suatu pertandingan, faktor yang menentukan keberhasilan suatu regu dalam permainan adalah strategi atau taktik permainan bolavoli. Strategi atau taktik dalam permainan bolavoli adalah suatu cara yang didesain sedemikian rupa untuk tim dalam menjalani suatu pertandingan bolavoli dengan tujuan utama adalah mencapai kemenangan dari setiap pertandingan (Faruq, 2009:106). Selain strategi, ada faktor lain yang menentukan sebuah keberhasilan dalam pertandingan, yaitu teknik yang digunakan pada setiap pertandingannya.

Dari sekian banyak teknik dasar yang ada, *spike* merupakan teknik yang selalu digunakan untuk menyerang dan yang paling efektif menghasilkan angka atau poin. Bagi tim yang ingin memenangkan suatu pertandingan mereka harus menguasai teknik *spike*, karena *spike* merupakan suatu keahlian yang sangat penting, cara yang termudah untuk mendapatkan angka dan memenangkan suatu pertandingan (Beutelstahl, 2009:24-25). Dalam menghasilkan poin tidak hanya serangan tetapi *defence* (bertahan) juga harus diperhatikan. Dalam latihan dan pertandingan dituntut kemampuan untuk menguasai teknik, strategi dan taktik. Taktik dalam permainan bolavoli dibagi menjadi 2 yaitu taktik penyerang (*Offensive*) dan teknik bertahan (*Defensive*). Berdasarkan dari kedua taktik tersebut peneliti lebih tertarik untuk membahas taktik penyerangan dalam permainan bolavoli pada teknik khusus *spike* bolavoli. Karena Jika pemain hendak memenangkan pertandingan bolavoli, maka pemain harus menguasai salah satu teknik menyerang yaitu *spike*. *Spike* merupakan suatu keahlian yang harus dimiliki oleh setiap pemain penyerang, karena sebagai cara termudah untuk mendapatkan angka dan memenangkan suatu pertandingan (Beutelstahl, 2009:24-25).

Setelah mengkaji data yang diperoleh dapat diketahui bahwa tim Indonesia dan tim Thailand selalu mendominasi masuk dalam finalis. Dan tim Indonesia yang sering masuk kedalam finalis namun sulit untuk meraih juara, sedangkan untuk tim Thailand merupakan tim yang selalu mendominasi sebagai juara pada pesta olahraga *ASEAN School Games* cabang bolavoli. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian pada *asean school games* (asg) dengan mengambil judul “Perbedaan Efektivitas *Spike* Dalam Permainan Bolavoli *Elite* Atlet Pelajar Tim Indonesia Dan Tim Thailand Pada Pertandingan *Asean School Games* Ke-11 Tahun 2019”.

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun alasan yang mendasari penulis memilih judul tersebut adalah:

1. Indonesia selalu masuk final namun sulit untuk menjadi juara di *ASEAN School Games*.
2. Tim Nasional Thailand pesaing terberat Indonesia dipartai final pada kejuaraan *ASEAN School Games*.
3. Dalam lima tahun terakhir pada kejuaraan *ASEAN School Games* tim nasional Thailand mendominasi menjadi juara baik putra maupun putri.
4. Efektivitas serangan yang digunakan untuk menyerang dari tim Indonesia dan tim Thailand dalam upaya memenangkan suatu pertandingan.

1.3 Fokus Masalah

Dalam penelitian ini peneliti ingin terfokus pada penyerangan dalam permainan bolavoli yang harus mampu mematikan pemain lawan dengan produktif dan efektif dilakukan oleh seorang spiker (Tomi, 2017). karena *spike*

dalam permainan bolavoli sangat berperan penting dalam kesuksesan suatu tim, terutama ketika dalam menyerang baik menyerang dari posisi 2, posisi 3, posisi 4 maupun dari posisi *back attack*, bola dipukul dengan raihan bola di atas dekat dengan net yang mengakibatkan bola jatuh menukik tajam ke bidang lapangan lawan dengan cepat, sehingga lawan sulit untuk mengembalikannya, bahkan sering langsung mematikan dan dapat menambah poin dalam upaya untuk memenangkan suatu pertandingan.

1.4 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah peneliti adalah :

1. Posisi manakah yang paling sering digunakan menyerang timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand ?
2. Posisi manakah yang paling sering diserang oleh timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand ?
3. Posisi manakah *spike* yang paling efektif digunakan timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand ?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui dan menganalisis posisi yang paling sering digunakan dalam menyerang dari timnas putra-putri Indonesia dan putra-putri Thailand.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis daerah yang paling sering diserang oleh timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand.

3. Untuk mengetahui dan menganalisis posisi yang paling efektif digunakan timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand dalam.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Memberikan informasi tentang khasanah ilmu pengetahuan bagi mahasiswa tentang bagaimana Efektivitas keterampilan gerak *spike* dalam permainan bolavoli pada timnas putra-putri Indonesia dan timnas putra-putri Thailand dikejuaraan *ASEAN School Games*.
2. Bagi atlet : sebagai salah satu masukan untuk membantu meningkatkan kemampuan keterampilan gerak *spike* dalam permainan bolavoli indoor *modern* dikawasan asia tenggara.
3. Bagi pelatih : sebagai salah satu pedoman untuk membantu meningkatkan permainan olahraga bolavoli khususnya tentang bagaimana strategi menyerang dalam permainan bolavoli indoor modern pada saat ini.
4. Bagi penulis : diharapkan menambah wawasan bagi peneliti dan pembaca sekalian tentang penyerangan bolavoli yang paling efektif yang digunakan timnas Indonesia dan timnas Thailand putra-putri pada kejuaraan *ASEAN School Games*.
5. Bagi insan bolavoli Indonesia : dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya penggemar permainan bolavoli yang paling efektif yang digunakan oleh tim Indonesia dan tim Thailand.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

Penelitian ini tidak terlepas dari teori yang mendukung penelitian tersebut. Adapun landasan teori yang di gunakan dalam penelitian ini antara lain pembahasan terkait, *ASEAN school games*, Hakikat olahraga, Hakikat keterampilan, Hakikat permainan bolavoli, Hakikat teknik dasar bolavoli, Posisi pemain bolavoli, Teknik *spike* bolavoli, Pola/taktik, Bolavoli dalam prestasi.

2.1.1 *ASEAN School Games*

ASEAN School Games (ASG) atau yang disebut juga *Youth SEA Games* adalah pesta olahraga tahunan untuk sekolah-sekolah tinggi yang berada di kawasan Asia Tenggara dan dibawah kewenangan Dewan Olahraga Sekolah *ASEAN (ASSC)*. *ASSC* adalah dewan olahraga regional apolitis yang mempromosikan olahraga di antara negara-negara anggota. Sebelum 2009 permainan dimainkan dan berdasarkan satelit, acara olahraga tunggal. Dan diubah pada 2009 dimana format *game* diterapkan/implementasikan. Tujuan dari *ASG* adalah untuk menjalin solidaritas *ASEAN* pada generasi muda melalui olahraga ditingkat sekolah, untuk memberikan kesempatan bagi atlet sekolah untuk membandingkan bakat olahraga mereka di kawasan *ASEAN* , dan untuk memberikan kesempatan bagi atlet sekolah untuk berinteraksi dan langsung terlibat dalam pertukaran budaya di *ASEAN*.

2.1.2 Hakikat olahraga

Menurut (Munhamir, 2016) Olahraga pada dasarnya merupakan serangkaian gerak seluruh anggota tubuh yang teratur dan terencana untuk memelihara dan meningkatkan kemampuan gerak, serta bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup seseorang. Hal tersebut sejalan dengan yang diamanatkan dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005 bahwa, "Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial". Olahraga dengan sendirinya akan membentuk karakter dari mereka yang berpartisipasi di dalamnya (Maksum, 2016). Olahraga merupakan segala kegiatan atau usaha seseorang untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan jasmani dan rohani pada setiap manusia (Soegiyanto, 2013). Berdasarkan pengertian olahraga dari beberapa ahli dapat dikatakan bahwa olahraga adalah kegiatan rangkaian gerak seluruh anggota tubuh yang dapat dilakukan oleh siapapun, kapanpun, dimanapun, tanpa memandang dan membedakan jenis kelamin, suku, ras, dan lain sebagainya. Di dalam olahraga terdapat aspirasi serta nilai-nilai luhur suatu masyarakat, yang terpantul melalui hasrat untuk mewujudkan diri melalui prestasi olahraga. Kita sering mendengar kata-kata bahwa kemajuan suatu bangsa salah satunya dapat tercermin dari prestasi olahraganya.

2.1.3 Hakikat Keterampilan

Keterampilan merupakan suatu kemampuan atau kecakapan untuk dapat menyelesaikan tugas tertentu dengan baik. Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas tertentu dengan bervariasi dalam penyelesaiannya. Suatu keterampilan

itu baru dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari dan dilatih dengan berbagai cara, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang memadai. Dan pada hakekatnya seluruh aktivitas dalam kehidupan sehari-hari senantiasa adalah melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan itu baru dapat diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57-59).

Keterampilan dasar dalam permainan bolavoli itu sangat penting dimiliki atlet untuk tujuan mencapai prestasi yang maksimal. Keterampilan merupakan sebuah komponen yang konsisten dalam mencapai sebuah tujuan yang dilakukan secara efektif dan efisien yang ditentukan dari kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri (Bani Tri Umboro 2009: 13). Keterampilan dasar bermain bola voli dapat disimpulkan adalah sebuah derajat kemampuan untuk melakukan sesuatu teknik dasar (Septiyanto & Suharyana, 2017). Keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu (Ihsan pagestu setyawan, 2017)

2.1.4 Hakikat Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang saling berlawanan dengan dibatasi sebuah net (jaring), bolavoli merupakan suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (*di-volley*) di udara bolak-balik di atas net (jaring), dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam daerah lapangan lawan dalam rangka untuk mencari kemenangan. Mem-*volley* atau memantulkan bola ke udara dapat menggunakan seluruh anggota bagian

tubuh mulai dari ujung kaki sampai kepala dengan pantulan sempurna (Effendi, 2015). Dalam permainan bola voli, tim yang memenangkan sebuah reli mendapatkan tambahan satu angka (*rally point system*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli, akan memperoleh tambahan satu angka dan berhak untuk melakukan servis berikutnya, serta pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam (PP PBVSI, 2005:1).

Bolavoli adalah cabang permainan yang sifatnya beregu dalam memainkannya, bolavoli adalah olahraga yang menuntut anggota fisik yang mencakup perubahan posisi tubuh yang sangat cepat baik dalam hal ruang maupun posisi timbal balik dari segmen tubuh (melompat, teknik naik ke lantai, perubahan arah yang cepat) (Miskin et al., 2010) bolavoli juga merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak setiap orang bisa melakukan permainannya, diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bolavoli secara efektif (Purwanto, Dedi, 2013).

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa bolavoli adalah permainan yang terdiri dari dua regu yang beranggotakan 6 pemain dalam setiap tim, diawali dengan memukul bola untuk dilewatkan di atas net agar permainan dapat berjalan dan mendapatkan angka, tiap regu dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola. Permainan dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9 m x 18 m dan dengan ketinggian net putra 2,43 meter dan net putri 2,24 meter yang berdiri di tengah-tengah membatasi lapangan untuk kedua tim.

Dalam sejarah perkembangannya, permainan bolavoli diciptakan untuk mengisi waktu luang dalam rutinitas kesibukan sehari-hari, bagi para usahawan,

olahraga khusus dewasa yaitu untuk kegiatan rekreasi. Permainan bolavoli yang telah berkembang luas disetiap lapisan masyarakat bertujuan sebagai olahraga pengisi waktu senggang dan untuk memperoleh kegembiraan dan kesenangan. Dalam bolavoli pada dasarnya memiliki tujuan yang cukup mudah yaitu menjaga bola menyentuh lantai di sisi lapangan sendiri, dan dengan menggunakan seluruh anggota badan dengan pantulan yang sah untuk memukul balik bola melewati atas net ke lapangan tim lawan (Agung Wahyudi, 2017 : 18). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku *service* melewati net daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola “keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna (PP. PBVSI, 2005:1). Tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh 1 angka (*rally point system*). Apabila tim yang sedang menerima *service* memenangkan reli, akan memperoleh satu angka dan berhak untuk melakukan *service* berikutnya, serta para pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam (PP. PBVSI, 2005:1). Setiap tim memiliki enam cara bersentuhan dengan bola yang harus dipelajari dan dikuasai, menurut Agung Wahyudi, (2017 : 18) enam teknik dasar atau dengan istilah lebih umum disebut “*skill*” tersebut yaitu teknik servis, menerima servis, menerima serangan, mengumpan, memukul dan membendung. Sebuah tim akan mendapatkan angka lebih mudah dengan cara memperbaiki dan meminimalisir kesalahan teknik mendasar pada saat bertanding (Miskin et al., 2010).

2.1.5 Hakikat Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Teknik adalah suatu proses melakukan gerak teknik dasar bolavoli dengan sebaik mungkin dalam upaya untuk menyelesaikan tugas dalam cabang olahraga bolavoli. Dalam mencapai prestasi permainan bolavoli, teknik sangat

berhubungan erat dengan kemampuan gerak, kondisi fisik dan mental. Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu oleh para pemain agar dapat mengembangkan mutu prestasi dalam permainan bolavoli. Menurut (Suharno HP, 1985:1) syarat penting dalam penguasaan teknik dasar bolavoli harus mengingat hal-hal sebagai berikut :

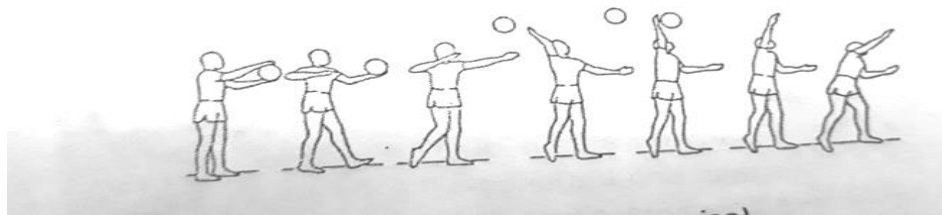
1. Hukuman terhadap pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan dalam melakukan teknik.
2. Terpisahnya tempat antara regu yang satu dengan yang lainnya, sehingga tidak terjadi adanya sentuhan badan dari permainan lawan dan pengawasan wasit terhadap kesalahan teknik ini lebih seksama.
3. Unsur-unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik ini antara lain : membawa bola, mendorong bola, mengangkat bola, pukulan rangkap dan bola bertahan.
4. Permainan bolavoli adalah permainan cepat, artinya waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, sehingga penguasaan teknik yang tidak sempurna akan memungkinkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar.
5. Penggunaan taktik-taktik yang tinggi hanya dimungkinkan kalau penguasaan teknik dasar dan tinggi dalam permainan bolavoli sudah cukup sempurna.

Dalam cabang olahraga bolavoli, teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain servis, passing, set-up atau umpan, *spike* atau smesh, dan block atau membendung (Verawati, 2011).

1. Servis

Service merupakan sajian awal untuk memulai suatu permainan dalam pertandingan bolavoli, sekaligus servis adalah teknik yang dapat digunakan untuk serangan pertama bagi tim yang melakukan servis dalam pertandingan

bolavoli (Teguh Andibowo, 2018). Servis sebagai suatu serangan maka, usahakan servis masuk kedalam lapangan lawan, dan harus dilakukan dengan kekuatan penuh sehingga menghasilkan kecepatan bola yang maksimal serta bola diarahkan ke lapangan yang kosong atau diarahkan kepada pemain lawan yang mempunyai pasing yang kurang bagus sehingga dapat mendapatkan poin dalam upaya memenangkan suatu pertandingan.



Gambar 2.1 Servis

Sumber : Munasifah. Bermain Bolavoli. 2008.

2. Passing

Passing adalah upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu teknik dasar tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Ahmadi, 2007: 22). Teknik dasar *passing* merupakan teknik dasar yang paling dasar dari sekian teknik dasar yang ada dalam permainan bolavoli, oleh karena itu *passing* sangat penting diberikan sebab merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan dalam permainan bolavoli. Nuril Ahmadi (2007:22) mendefinisikan *passing* sebagai upaya seorang pemain dengan menggunakan tehnik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan atau diumpan kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri, dimana *passing* dibagi menjadi dua jenis, yaitu *passing* bawah dan *passing* bawah dan *passing* atas.

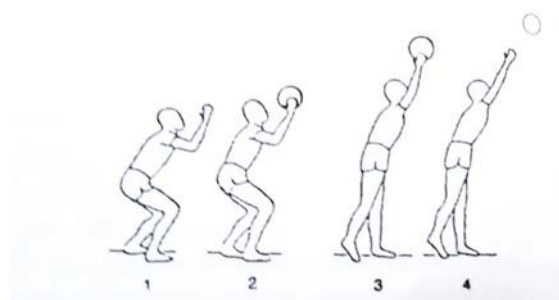
Passing bawah merupakan teknik dasar permainan bolavoli dengan memainkan bola menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah, dan *passing* bawah merupakan teknik yang sering dan efektif

digunakan untuk menerima bola servis atau smash. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) passing bawah merupakan cara memainkan bola dengan perkenaan sisi dalam lengan bawah. Passing bawah merupakan teknik mengambil bola yang berada di bawah badan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung diarahkan ke lapangan lawan melalui atas jaring.



Gambar 2.2 Passing Bawah
Sumber : Munasifah. Bermain Bolavoli. 2008

Passing atas adalah suatu cara mengumpankan bola menggunakan jari-jari tangan baik kepada kawan maupun langsung ditujukan ke lapangan lawan melalui atas net (jaring). Passing atas lebih sering digunakan oleh set upper dalam mengoper bola kepada smasher karena bola yang dikasihkan kepada *smasher* lebih bisa terkontrol dan bisa dipukul dengan baik.



Gambar 2.3 Passing atas ke depan.
Sumber : Munasifah. Bermain Bolavoli. 2008

3. Set-up (Umpan)

Umpan adalah upaya menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat menjadi serangan kedaerah

lawan dalam bentuk *spike*. Umpan yang baik harus memenuhi beberapa persyaratan yakni : 1) Bola harus melambung diatas net (jarring) dengan tenang didaerah serang lapangan sendiri. 2) Bola harus berada diatas net (jarring) dengan ketinggian yang cukup agar dapat di *spike* oleh *spiker*. 3) Jarak umpan dengan net sesuai dengan tipe serangan yang diinginkan. Pada umpan normal, jarak bola dengan net berkisar 20–50 cm (Purwanto, 2013).

4. Block (Bendungan)

Bendungan adalah tindakan membentuk benteng pertahanan untuk membendung serangan dari lawan dan dapat dikatakan bahwa *block* merupakan pertahanan yang pertama bagi serangan dengan cara membendung *spike* lawan tersebut di depan jaring(M. Yunus 1992:119). Block atau Bendungan dapat dilakukan oleh satu, dua atau bahkan tiga pemain sekaligus tergantung dari kualitas *spike* pemain lawan yang dikutip oleh Wicaksono (2015).

5. *Spike* (Memukul)

Spike adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *spike* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan meloncat yang tinggi. *Spike* tercapai apabila dari para pemain menguasai tehnik dasar bolavoli lainnya sebelum pemain dapat melakukan smash yaitu adanya passing yang bagus. Para ahlipun mendefinisikan smash hampir sama diantara satu dengan yang lainnya, yang menjadikan perbedaanya adalah pada pembagian dalam melakukan proses suatu smash (Septiyanto & Suharjana, 2017).

2.1.6 Posisi Pemain Bolavoli

Bola voli adalah permainan antara 2 grup pemain dengan luas lapangan tertentu dan dipisahkan oleh net atau jaring. Dalam permainan bola voli, tim

yang memenangkan sebuah reli mendapatkan tambahan satu angka (*rally point system*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli, akan memperoleh tambahan satu angka dan berhak untuk melakukan servis berikutnya, serta pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam (PP PBVSI, 2005:1). Dalam permainan bolavoli ada beberapa posisi pemain yang sangat erat hubungannya dengan tugas dan tanggung jawab dari setiap pemain, baik itu posisi bertahan maupun posisi menyerang. Dalam bentuk posisi pemain ini terdapat 6 posisi yang berbeda dan memiliki peran dan tugasnya masing-masing untuk posisi 1 sering disebut *server* (orang yang melakukan servis), posisi 2 dan 4 disebut *spiker*, posisi 3 disebut *setter* dan posisi 5 dan 6 disebut sebagai pemain *defender* pada posisi *defender* ini biasanya diisi oleh pemain bertahan yang disebut libero.

2.1.7 Teknik *Spike*/Menyerang.

Spike adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *spike* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan melompat yang tinggi. menurut Agung Wahudi (2017 : 22) Menyerang atau attack lebih di kenal dengan *spike* atau hit adalah teknik pukulan yang sangat populer dan keterampilan yang mengagumkan untuk dilakukan dalam olahraga bolavoli. *Spike* adalah keterampilan yang sangat sulit dilakukan, dimana pemain melompat setinggi mungkin di udara untuk memukul bola agar melewati net dengan di halangi oleh block lawan. Tujuan *spike* adalah mengarahkan bola ke bawah, atau melewati tangan block atau memukul bola melewati pemain bertahan dan jatuh di lapangan lawan. proses melakukan smash dapat dibagi yaitu :

1) Awalan

Berdiri dengan salah satu kaki di belakang sesuai dengan kebiasaan individu (smasher normal atau smasher kidal). Langkahkan kaki satu langkah ke depan (pemain yang baik, dapat mengambil ancang-ancang sebanyak 2 sampai 4 langkah), kedua lengan mulai bergerak ke depan, dan berat badan berangsur-angsur merendah untuk membantu tolakan.

2) Tolakan

Tolakan dilakukan hingga kedua telapak kaki hampir sejajar dan salah satu kaki agak ke depan sedikit untuk mengerem gerak ke depan dan sebagai persiapan meloncat ke arah vertikal. Mengayunkan kedua lengan ke belakang sebatas kemampuan, kaki ditekuk sehingga lutut membuat sudut $\pm 110^\circ$, dan badan siap untuk meloncat dengan berat badan lebih banyak bertumpu pada kaki yang di depan.

3) Meloncat

Mulai meloncat dengan tumit dan jari kaki menghentak lantai dan mengayunkan kedua lengan ke depan atas saat kedua kaki mendorong naik ke atas. Telapak kaki, pergelangan tangan, pinggul dan batang tubuh digerakkan serasi merupakan rangkaian gerak yang sempurna. Gerakan eksplosif dan loncatan vertikal.

4) Memukul bola

Jarak bola di depan atas sejangkauan lengan smasher, segera melecutkan lengan kebelakang kepala dan dengan cepat melecutkan ke depan sejangkauan titik tertinggi lengan terhadap bola. Memukul bola secepat dan setinggi mungkin, perkenaan bola dengan telapak tangan tepat di atas tengah

bola bagian atas. Pergelangan tangan aktif menghentak ke depan dengan telapak tangan dan jari menutup bola. Setelah perkenaan bola lengan smasher membuat gerakan lanjutan ke arah garis tengah badan dengan diikuti gerak tubuh membungkuk. Gerak lecutan lengan, telapak tangan, badan, tangan yang tidak memukul dan kaki harus harmonis dan eksplosif untuk menjaga keseimbangan saat berada di udara. Pukulan yang benar akan menghasilkan bola keras dan cepat turun ke lantai.

5) Mendarat

Mendarat dengan dengan cara kedua kaki mengeper. Kedua Lutut lentur saat mendarat untuk meredam perkenaan kaki dengan lantai, mendarat dengan jari-jari kaki (telapak kaki bagian depan) dan sikap badan condong ke depan. Mengusahakan tempat mendarat kedua kaki hampir sama dengan tempat saat meloncat.

Elemen yang paling penting ketika melakukan serangan adalah perhitungan/perkiraan yang tepat. Para pemula biasanya terlalu bernafsu untuk melakukan serangan sehingga mereka memulai pendekatannya terlalu dini. Pemain harus memperhatikan pengumpan dan mengikuti umpannya sampai titik tertinggi dari lintasannya sebelum memulai pendekatan. Menurut M. Yunus (1992 : 108) yang dikutip oleh (Kartikaningtyas, 2011) Dalam permainan bolavoli, jika dilihat dari lambungan bola pengumpan terdapat tiga jenis dasar penyerangan yaitu :

1. Serangan open (bola tinggi/normal)

Proses smash yang dimulai dari sikap permulaan, gerakan pelaksanaan, dan gerak lanjutan yang sama dengan proses pelaksanaan smash pada umumnya. Ciri khusus smash normal adalah : a) Lambungan bola cukup tinggi,

mencapai ± 3 m di atas net, b) Jarak lintasan bola yang diumpankan dari net berkisar antara 20 sampai 50 cm, c) Titik jatuhnya bola yang diumpankan berada di sekitar garis tengah antara pengumpan dan smasher yang diukur dari garis proyeksi smasher terhadap net, d) Langkah awalan dimulai setelah bola lepas dari tangan pengumpan dengan pandangan berkonsentrasi kepada laju bola, e) Meraih dan memukul bola setinggi-tingginya dari atas net.

2. serangan medium (bola sedang/semi)

Sikap permulaan, gerak pelaksanaan dan gerak lanjutan sama dengan smash normal. Perbedaan terletak pada ketinggian umpan yang diberikan dan waktu untuk mengambil langkah awalan. Awalan langkah ke depan dimulai pelan-pelan sejak bola mengarah ke pengumpan, dan begitu bola diumpankan oleh pengumpan, smasher segera meloncat dan memukul bola secepat-cepatnya di atas net. Ketinggian ± 1 meter di atas net.

3. Serangan bola quick (bola cepat)

Sikap permulaan, gerak pelaksanaan dan gerak lanjutan sama dengan smash normal. Perbedaan terletak pada ketinggian umpan yang diberikan dan waktu untuk mengambil langkah awalan. Awalan langkah ke depan dimulai pelan-pelan sejak bola mengarah ke pengumpan, dan begitu bola sampai ditangan pengumpan, smasher segera meloncat dan memukul bola secepat-cepatnya di atas net. Ketinggian setengah meter di atas net (tergantung pada ketinggian raihan *smasher*).

4. Serangan dari belakang (*back attack*).

Sikap permulaan, gerak pelaksanaan dan gerak lanjutan sama dengan smash normal. Perbedaan terletak pada ketinggian umpan dan posisi pemain saat melakukan *spike* yaitu serang *smasher* melakukan pukulan dibelakang garis

serang permainan: Lambungan bola cukup tinggi, mencapai ± 3 m di atas net, jarak lintasan bola yang diumpankan dari net berkisar antara ± 2 meter, langkah awalan dimulai setelah bola lepas dari tangan pengumpaan dengan pandangan berkonsentrasi kepada laju bola, Meraih dan memukul bola setinggi-tingginya dari atas net. Dan selain itu terdapat tiga metode penyerangan yang sangat efektif, yaitu tip, *spike* pelan dan *spike* keras. (Agung Wahyudi 2017 : 41)

Menurut Ahmadi (2007: 46) ada beberapa tipe pemain penyerang atau spesialisasi *spiker* dalam permainan bolavoli, diantaranya.

- 1) tipe *spiker ace* (*open spiker*) memiliki peran khusus yaitu dia pemain yang memiliki spesialisasi serangan untuk bola-bola tinggi.
- 2) tipe *quick spiker* (bola cepat) seorang pemain yang memiliki peran khusus melakukan *spike* bola-bola cepat atau pendek.
- 3) *allround* (serba bisa) adalah tipe pemain *spiker* yang memiliki spesialisasi untuk melakukan *spike* atau smash bola sedang.

2.1.8 Pola/Taktik Penyerangan

Dalam permainan bolavoli tentu memiliki tujuan untuk memenangkan sebuah pertandingan, dengan hal tersebut tertuang dalam permainan bolavoli yang memiliki sebuah faktor keberhasilan untuk memenangkan suatu pertandingan, faktor yang menentukan keberhasilan suatu regu dalam permainan adalah strategi atau taktik permainan bolavoli. Taktik penyerangan dalam permainan bolavoli adalah suatu hal yang paling disukai oleh pemain atau atlet bolavoli, tentu saja penyerangan ini dimulai dari *service*, jadi serangan pertama dalam permainan bolavoli adalah *service*. Menurut Suharno (1991: 75) taktik penyerangan usaha untuk mematikan bola di lapangan lawan dengan jalan apapun yang diperkenankan oleh peraturan permainan dan peraturan

pertandingan. Ada beberapa macam pola penyerangan dalam permainan bolavoli, diantaranya: penyerangan dengan dua *spike* di posisi depan ditambah *spike back attack* dan tiga penyerang di depan.

Walaupun pada umumnya seluruh pemain disemua posisi bisa melakukan penyerangan tetapi harus sesuai dengan aturan yang sudah ditetapkan dalam peraturan bolavoli. Menurut Ahmadi (2007: 46) ada beberapa tipe pemain penyerang atau spesialisasi *spiker* dalam permainan bolavoli, diantaranya. (1) tipe *spiker ace (open spiker)* memiliki peran khusus yaitu dia memiliki spesialisasi serangan untuk bola-bola tinggi. (2) tipe *quick spiker* (bola cepat) memiliki peran khusus melakukan *spike* bola-bola cepat atau pendek. (3) *allround* (serba bisa) adalah tipe *spiker* memiliki spesialisasi melakukan *spike* bola sedang.

2.1.9 Bolavoli dalam Prestasi

Secara umum Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi yang optimal pada cabang-cabang olahraga, dari mulai tingkat daerah, nasional hingga internasional, mempunyai syarat memiliki tingkat kebugaran dan harus memiliki keterampilan pada salah satu cabang olahraga yang ditekuninya, tentunya diatas rata-rata non atlet. Untuk mencapai prestasi olahraga harus tetap berlatih dan disiplin dalam menjalankan program latihan yang diberikan oleh pelatih (Faris & Saputra, 2017).

Pembinaan adalah usaha atau tindakan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk menghasilkan prestasi yang lebih baik (Jurnal IPTEK Kementerian Pemuda Dan Olahraga, 2010:163). Sistem pembinaan bertujuan untuk memperoleh hasil yang maksimal untuk meningkatkan prestasi atlet. Keberhasilan suatu pembinaan sangat ditentukan oleh kualitas sumber

daya manusia (atlet dan pelatih) yang dibina dan yang membina atau melatih. Ada beberapa faktor pendukung yang mempengaruhi prestasi atlet antara lain seperti Kualitas pelatih, sarana dan prasarana, faktor profesionalisme pengelolaan, Oleh sebab itu pembinaan olahraga harus dipegang oleh orang-orang yang memiliki kompetensi. Dukungan fasilitas dan kebijakan pendanaan dari pemerintah Pusat maupun daerah adalah faktor lain yang sangat penting dalam rangka meningkatkan prestasi atlet secara optimal. Pembinaan olahraga secara ilmiah sudah seharusnya menjadi landasan dalam proses pembibitan dan pembinaan atlet dari suatu program untuk mencapai prestasi maksimal (Rumini 2015)

2.1.9.1 Aspek Fisik

Aspek fisik merupakan salah satu penunjang keberhasilan bermain bolavoli, karena dengan kondisi fisik yang baik dan program latihan yang teratur dapat meningkatkan keterampilan atlet. Dalam program latihan yang teratur, persiapan fisik dikembangkan dalam suatu urutan sebagaimana yang dikatakan oleh Bompa (1983:35) sebagai berikut: 1) Pada tahap pertama seorang atlet harus mencapai persiapan fisik umum. 2) Tahap persiapan fisik khusus. 3) Tingkat perkembangan biomotor yang tinggi. Menurut Sajoto (1993:16-18) yang dikutip oleh (Caloyeras et al., 2014) menyebutkan sebagai berikut: Aspek-aspek fisik yaitu:

- a) *Strength* (kekuatan) adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban saat bekerja.

- b) *Power* (daya ledak) adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang diterapkan dalam waktu yang sependek-pendeknya.
- c) *Speed* (kecepatan) adalah kemampuan seseorang, untuk mengerjakan gerakan sama dan berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.
- d) *Fleksibility* (daya lentur) adalah Efektivitas seseorang dalam penguluran tubuh yang luas. Hal ini sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibilitas persendian dan keseluruhan tubuh.
- e) *Agility* (kelincahan) adalah kemampuan seseorang untuk merubah posisi yang berbeda dalam suatu kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahan cukup baik.
- f) *Coordination* (koordinasi) *adalah* merupakan kemampuan menggabungkan system saraf gerak yang terpisah dengan merubahnya menjadi suatu pola gerak yang efisien. Dengan kata lain semakin kompleks suatu gerakan, maka makin tinggi tingkat koordinasinya dan dapat melaksanakan gerakan secara efektif dan efisien.
- g) *Balance* (keseimbangan) adalah kemampuan seseorang mengendalikan syaraf-syaraf otot.
- h) *Acuracy* (ketepatan) dalam kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerakan-gerakan bebas terhadap suatu sasaran.
- i) *Reation* (reaksi) adalah kemampuan seseorang untuk bertindak secepatnya untuk menanggapi suatu ransangan yang ditimbulkan lewat indra, syaraf atau felling.

- j) Stamina adalah kemampuan daya tahan organisme atlet untuk melawan kelelahan dalam batas waktu tertentu dimana aktivitas dilakukan dengan intensitas tinggi.

2.1.9.2 Aspek Teknik

Teknik adalah suatu proses melahirkan dan pembuktian dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli. Dalam mencapai prestasi bola voli, teknik ini erat hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik, dan mental. Teknik dasar bolavoli harus benar-benar dikuasai oleh para pemain bolavoli terlebih dahulu guna untuk dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bolavoli. Teknik keterampilan menurut Cecile Reynaud (2011:23) yang di kutip dari Agung Wahyudi (Model Development of Volleyball Thrower) teknik dikelompokkan menjadi dua, yaitu: 1) serangan keterampilan teknik yang terdiri dari *servis*, *passing*, dan *spike*, dan 2) keterampilan teknik bertahan yang terdiri dari *block* dan *diffent*. Berbagai keterampilan teknik dasar harus dipelajari dan dikuasai untuk dapat melakukan sesuai dengan prinsip-prinsip teknis bolavoli. Melalui latihan yang panjang dan terus-menerus, atlet bolavoli dapat menguasai dan meningkatkan keterampilan gerak. Teknik merupakan cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu dengan cara yang efektif dan efisien serta memperoleh hasil yang maksimal (M. Yunus, 1992:68). Dalam bolavoli macam-macam teknik yaitu, 1) serve 2) Passing, 3) Umpan atau Set-Up, 4) Bendungan atau Block, dan 5) Smash.

2.1.9.3 Aspek Taktik

Taktik adalah siasat atau akal yang digunakan untuk mencapai kemenangan dalam suatu perlombaan atau pertandingan baik secara

perorangan, kelompok, ataupun tim. Hakikat taktik adalah menyusun siasat dan melakukan suatu usaha dengan menggunakan akal pikiran yang berdasarkan pada kondisi fisik dan kemampuan teknik yang sudah dimiliki, serta mempertimbangkan kemampuan dan kelemahan-kelemahan lawan untuk melakukan tindakan-tindakan yang sesuai dengan peraturan yang berlaku secara efektif, efisien, dan produktif dalam rangka mencari kemenangan dalam bertanding (M. Yunus, 1992:136). Faktor penentu baik tidaknya taktik : 1) Strategi yang direncanakan sebelum pertandingan. 2) Kemampuan akal, daya pikir dan kreatifitas atlet. 3) Kemampuan fisik, teknik dan mental atlet. 4). Kemampuan mengatasi segala sesuatu yang dihadapi atau kemampuan daya adaptasi terhadap lingkungan. 5) Kemampuan penguasaan sistem-sistem, pola-pola dan tipe-tipe pertandingan olahraga.

2.1.9.4 Kematangan Mental

Menurut M. Yunus (1992:168), mental adalah keseluruhan struktur dan proses kejiwaan yang terorganisasi, baik didasari maupun tidak disadari. Kematangan mental harus dimiliki seorang pemain, hal itu sangatlah penting karena tanpa kematangan mental yang ada pada pemain maka proses keterampilan maupun pencapaian tingkat prestasi tidak akan berjalan dengan baik. Menurut M. Yunus (1992 :170) kematangan mental dapat terbentuk dengan 7 sasaran program latihan :

- 1) Mengontrol perhatian : hal ini perlu untuk dapat mengkonsentrasikan kemampuan dan perhatian pada titik tertentu atau menurut sesuatu yang harus dikerjakan.
- 2) Mengontrol emosi : menguasai perasaan marah, benci, kegembiraan, *nervous* dan sebagainya sehingga dapat menguasai ketenangan dan

bermain dengan tenang.

- 3) "*Energization*" dimaksudkan untuk dapat mengembalikan kekuatan sesudah bermain "*all out*" sehingga pemain dapat menggerakkan kekuatannya seperti biasa.
- 4) "*Body Awareness*" dengan perasaan *body awareness*, atlet akan lebih memahami dan menyadari keadaan tubuhnya, dapat melokalisasi ketegangan dalam tubuhnya.
- 5) Mengembangkan percaya diri: faktor yang sangat menentukan dalam penampilan puncak atlet adalah kepercayaan dari dirinya sendiri. Dengan percaya diri, atlet akan bermain dengan baik dan mencapai hasil yang lebih baik.
- 6) Membuat faktor perencanaan di bawah sadar : badan adalah seluruh dari apa yang kita inginkan dengan menggunakan "*mental imagery*" sebagai salah satu cara latihan mental, maka apa yang dipikirkan atau dibayangkan akan dapat dilakukan.
- 7) Restrukturisasi pemikiran : apa yang dipikirkan akan berpengaruh dalam penampilan. Dengan mengubah pemikiran juga akan mengubah perasaan, misalnya "perasaan pasti kalah", karena itu dengan mengubah pemikiran juga dapat menghasilkan tingkah laku dan penampilan yang berbeda.

Adapun dalam melakukan pembinaan mental itu terdapat 3 proses tahapan, yaitu :

- 1) Tahap sasaran, pada tahap ini latihan mental diarahkan pada pra kondisi persiapan mental menghadapi beban latihan pada stress fisik yang berat.

- 2) Tahap kompetisi, pada tahap ini sasaran utama pada pembinaan mental terarah pada kesiapan menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam situasi kompetisi, ketegangan dalam menghadapi lawan saat pertandingan.
- 3) Tahap transisi, pada tahap ini adalah masa istirahat aktif dimana beban latihan diturunkan sampai pada level yang lebih rendah untuk memulihkan kesegaran fisik maupun mental setelah mendapatkan stress berat selama kompetisi.

2.1.9.5 Kerjasama dan Kekompakan

Dalam pembinaan prestasi olahraga, kerjasama antara pengurus, pelatih, atlet maupun masyarakat harus terjalin dengan baik sesuai tujuan yang diharapkan. Kekompakan antar personil menjadikan pembinaan berhasil pada tujuan yang akan dicapai.

2.1.9.6 Pengalaman Dalam Bertanding

Atlet yang sudah memiliki jam terbang tinggi akan banyak sekali pengalaman, hal itu akan membuat atlet lebih percaya diri dalam bertanding, dapat meningkatkan keterampilan atlet, serta meningkatkan mental bertanding atlet pada masa yang akan datang (Verawati, 2011).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa.:

1. Posisi yang paling sering digunakan untuk menyerang pada tim bolavoli putra-putri Indonesia dan putra-putri Thailand adalah posisi 4.
2. Daerah yang paling sering diserang oleh tim bolavoli putra Indonesia adalah pada posisi 1 dan tim bolavoli putri Indonesia adalah posisi 6, sedangkan daerah yang paling sering diserang oleh tim bolavoli putra Thailand adalah posisi 1 dan tim putri Thailand adalah posisi 6.
3. *Spike* yang paling efektif digunakan untuk menyerang oleh timnas bolavoli putra Indonesia adalah *spike* posisi 3 dengan 53 kali melakukan (38 point, 15 *rally*, 4 kali gagal) dengan *presentase* 78,30% dan tim bolavoli putri Indonesia adalah *spike* posisi tengah dengan 52 kali melakukan (25 point, 20 *rally*, 7 gagal) dengan *presentase* 67,31 sedangkan jenis *spike* yang paling efektif digunakan untuk menyerang tim bolavoli putra Thailand adalah *spike* posisi belakang dengan 48 kali melakukan (37 point, 6 kali *rally*, 5 kali gagal) dengan *presentase* 83,33% dan jenis *spike* yang paling efektif digunakan untuk menyerang oleh tim bolavoli putri Thailand adalah *spike* posisi tengah dengan 56 kali melakukan (72 point, 13 kali *rally*, 7 kali gagal) dengan *presentase* 75,89%

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian dan kesimpulan, peneliti menyarankan beberapa hal, antara lain :

1. Kepada pelatih disarankan untuk melatih serangan *spike* dari posisi 4, posisi 3 dan posisi 2 secara intensif, karena data menunjukkan *spike* ini memiliki *presentase* yang masih rendah dibanding dengan jenis *spike* yang dilakukan oleh tim Thailand. Dengan demikian setelah berlatih diharapkan pemain dapat melakukan serangan *spike* dengan baik dalam pertandingan.
2. Bagi pemain putra disarankan untuk meningkatkan kemampuan dalam menguasai teknik serangan *spike* dari posisi 2, karena *spike* di posisi ini adalah jenis *spike* yang paling efektif digunakan oleh tim Thailand putra dalam upaya mendapatkan poin dalam pertandingan.
3. Bagi pemain disarankan meningkatkan kemampuan dalam menguasai teknik *block*, karena *block* dalam bolavoli modern saat ini merupakan teknik bertahan dan bisa sebagai teknik penyerangan yang bagus karena gerakan yang dilakukan tanpa harus membutuhkan tenaga yang banyak serta efektif untuk mendapatkan poin.
4. Bagi pemain pemula bolavoli lebih meningkatkan kemampuan menguasai teknik serangan dari posisi 3 baik dengan jenis *quick spike* (*pull*) atau dengan variasi serangan dari posisi 3, karena raihan angka yang diperoleh lebih tinggi dan teknik serangan ini memiliki tingkat kegagalan yang rendah pada saat pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, A. I. (2016). *Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Melalui Model Pembelajaran Langsung (Direct Instructions) Pada Siswa Kelas V Sdn No 1 Pesaku Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi*. 4(1), 1–15.
- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Unsika*, 4(1, Nan-2996), 78–90.
- Alfiondra, R. H. (2018). Pengaruh Latihan Pukulan Menggunakan Imagery Terhadap Hasil Smash Permainan Bolavoli. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(2), 102–110.
- Andibowo, T. (2018). Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017). *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 4(2), 35–49.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Peneliti; Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang). *Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 1–16.
- Buetelstahl, D.2009. *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: C.V. Pioner Jaya
- Caloyeras, J. P., Liu, H., Exum, E., Broderick, M., & Mattke, S. (2014). Managing manifest diseases, but not health risks, saved pepsico money over seven years. *Health Affairs*, 33(1), 124–131.
- Claas Kuhlmann, Karen Roemer, T. L. M. (2013). Aspects Of A Three Dimensional Motion Analysis Of The Volleyball Spike In High Level Competition. *ISBS Symposium*, 2(1), 47–50.
- Effendi, A. R. 2015. (2015). Hubungan Latihan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Service Atas Permainan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 44–55.
- Ervionita, N. (2012). Efektivitas Hasil Smash Pada Kejuaraan Liga Bola Voli Seri Vi Se-Kalimantan Barat. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 1–7.
- Faris, A., & Saputra, D. (2017). *Manajemen Pembinaan Olahraga Prestasi Koni Kabupaten Tuban*. *Jurnal Pendidikan Olahraga* 1–17.
- FIK, 2014. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Semarang. UNNES
- Fazlullah, Z. (2015). Hubungan motor Fitness dengan Keterampilan Bermain Bola Voli. *Jurnal Sport Pedagogy*, 5(1), 32–35.

- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717–733.
- Ihsan pagestu setyawan. (2017). *Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma Negeri 3 Klaten Tahun 2016/2017*.
- Irwanto,Edi “*Pengembangan Model Variasi Serangan Permainan Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Bolavoli Putra Di SMA Pgri Purwoharjo Banyuwangi*” *Jurnal Kejaora*, ISSN 2503-2976, Volume 1 Nomor 1, April 2016
- Irwanto, E. (2017). Pengaruh Metode Resiprokal Dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 10–20.
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12.
- Janah, N. (2015). Perbedaan Tingkat Keberhasilan Receive Service Bola Float Dan Top Spin Pada Tim Empat Besar Volleyball Women’s World Cup 2015. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 643(2), 32–41.
- Kemendikbud. (2016). Analisis Kearifan Lokal Ditinjau dari Keragaman Budaya. *Pusat Data Dan Statistik Pendidikan Dan Kebudayaan (PDSPK)*, 1–67.
- Kumalasari, H. (2016). Kemampuan Menyerang Dengan Smash Atlet Bola Voli Putri Daerah Istimewa Yogyakarta Pada Pekan Olahraga Pelajar Wilayah 2016 Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 4(3), 1–11.
- Maksum, A. (2016). Olahraga Membentuk Karakter : Fakta atau Mitos ? *Jurnal Ordik*, 3(1), 1–10.
- Miskin, M. A., Fellingham, G. W., & Florence, L. W. (2010). Skill Importance in Women’s Volleyball. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*, 6(2).
- Mohammadzade, Y. (2012). The Relationship between Motivational Climate with Self-Determination of Iran ’ s Elite Volleyball Players. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 2(1), 18–23.
- Munhamir, M. D. I. (2016). Pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media audio visual pada tim bolavoli putri ukm uabv universitas negeri malang. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 1–16.
- 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(21), 38–45.

- PP.PBVSJ. 2013. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: PBVSJ
- Purwanto, D. (2013). Survey Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Klub Bola Voli Putri Bravo Banjarnegara Tahun 2012. *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(4).
<https://doi.org/10.15294/active.v2i4.1171>
- Qomariyah, M. T. (2018). ANALISIS GERAK OPEN SPIKE BOLAVOLI (Studi Pada Atlet Bolavoli Surabaya Bhayangkara Samator , Ditinjau dari Aspek Biomekanika). *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(2), 1–6.
- Rahmat Ikbar, Saifuddin, B. (2017). Kontribusi tinggi badan dan tinggi lompatan terhadap smash bola voli pemain bola voli klub lavendos vc kecamatan jaya kabupaten aceh jaya tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 3(3), 242–247.
- Robert Hoffmann, Lee Chew, Gingn, B. R. (2004). *Jurnal Ekonomi*.
- Rumini. (2015). Manajemen Pembinaan Cabang Olahraga Atletik Di Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar (Pplp) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 2(1), 20–2
- Santoso, D. A., & Setiabudi, M. A. (2019). Analisis biomechanics pola langkah awalan (footwork step pattern) spike dalam bola voli terhadap performa power spike. *Jurnal Sportif : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 1–40.
- Septiyanto, A., & Suharjana, S. (2017). Pengaruh Metode Latihan Imagery Dan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Floating Service Atlet Bola Voli Diy. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(1), 34–45.
- Soegiyanto. (2013). Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1).
<https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2656>
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharno HP.1981. *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Teguh Andibowo, S.Pd, M. O. (2018). = 0,9835 Lebih Kecil Dari Pada T. 4(2), 35–49.
- Tomi, A. (2017). *Pengembangan Variasi Penyerangan Permainan Bolavoli Pada Ekstrakurikuler Di Smp Negeri 17 Malang*. 1(1), 114–124.
- Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005.
- Wahyudi, A., & Wahyu W., I. S. C. (2019). *Trainer Knowledge Analysis at Volleyball Training of Trainer in Central Java Province*. 362(Acpes), 18–20.

Winarno, M. E., & Tomi, A. (2005). *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli Pantai*.

Yuniar, P. V. (2015). Analisis Kondisi Fisik Dan Antropometri Tim Bolavoli Putra Magetan Yunior. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(1), 1–7.

Yunus M. Drs.,SE. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud RI. Dikti.