

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan rangkaian suatu proses yang tiada henti demi mengembangkan kemampuan serta perilaku yang dimiliki individu agar dalam kehidupannya dapat bermanfaat. Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki individu, sehingga dengan potensi tersebut akan bermanfaat bagi dirinya sendiri dan lingkungannya. Sugihartono, dkk (2012: 3) menyebutkan bahwa pendidikan adalah suatu usaha yang dilaksanakan secara sadar dan sengaja untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun kelompok untuk mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

Bola voli merupakan olahraga permainan yang ditemukan oleh William G. Morgan pada tanggal 9 februari 1895 di Holyoke Massachusetts (Amerika Serikat). Pada awal penemunya, olahraga permainan bola voli ini diberi nama mintonette. Permainan ini dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki 6 orang pemain. Terdapat pula variasi permainan. Morgan juga menjelaskan bahwa permainan tersebut adalah permainan yang dapat dimainkan oleh banyak pemain. Sedangkan sasaran dari permainan ini adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi, dari satu wilayah ke wilayah lain (wilayah lawan).

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan di Indonesia. Ini bisa dilihat dari memasyarakatnya olahraga bola voli yang dapat dilakukan oleh anak-anak, remaja, orang tua,

bahkan wanita melakukannya, sehingga tidak heran kalau olahraga bola voli termasuk olahraga rakyat. Ada 4 tujuan manusia melakukan olahraga. Pertama adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga hanya untuk tujuan rekreasi yakni mereka berolahraga untuk mengisi waktu luang dilakukan dengan penuh gembira. Kedua mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan. Ketiga adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu. Keempat adalah mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu.

Menurut M. Sajoto (1988:3) faktor penentu prestasi olahraga diklarifikasikan dalam empat aspek pokok yaitu : 1) aspek biologis, 2) aspek psikologis, 3) aspek lingkungan, 4) aspek penunjang. Diantara berbagai aspek tersebut, aspek biologis merupakan salah satu inti yang ikut menentukan tinggi rendahnya prestasi seseorang. Aspek biologis terdiri dari prestasi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, struktur postur tubuh dan gizi. Prestasi permainan bola 4 voli akan baik jika jasmani dan rohani saling terkait didalam gerakan-gerakan bermain, jiwa sebagai pendorong utama untuk menggerakkan kemampuan jasmani yang telah dimilikinya.

ARNAS merupakan salah satu club bola voli yang terletak di Desa Bangunsari kabupaten pacitan, club ARNAS sudah banyak bermain di liga tarkam yang diselenggarakan di kota pacitan, pemain yang dimiliki club ini cukup dibilang sangat baik dan memiliki kemampuan yang lumayan akan tetapi club ARNAS ini belum pernah satukalipun mendapatkan kejuaraan, hal

ini disebabkan karena dalam melakukan passing bawah pemain masih kurang konsisten padahal club ini memiliki smasher yang handal.

Passing merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya *passing* merupakan gerakan mengumpan bola yang dilakukan pemain bola voli pada saat pertandingan berlangsung, Tujuan Dari mengumpan bola ini adalah untuk memasukan bola pada area lawan dan menghasilkan sebuah point., agar suatu regu berhasil diraih kemenangan.

Passing harus dilakukan dengan baik dan sempurna oleh semua pemain, karena kesalahan pemain mengakibatkan penambahan angka dari lawan dan uniknya lagi setiap pemain harus melakukan *servis* ini. Demikian pentingnya kedudukan *passing* dalam permainan bola voli, maka teknik dasar *passing* harus dikuasai dengan baik. Oleh karena itu *passing* harus tepat dan terarah dengan tujuan agar mudah diterima oleh smasher untuk mendapatkan angka.

B. Identifikasi Masalah

Berdasar pada latar belakang masalah tersebut peneliti mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Masih rendahnya Keterampilan Pemain dalam melakukan Gerak Dasar *passing* pada permainan bola voli pada Club ARNAS Desa Bangunsari kabupaten Pacitan.
2. Kurangnya pelatih bola Voli yang memadai yang menguasai teknik permainan bola voli pada Club ARNAS Desa Bangunsari kabupaten Pacitan.

3. Belum diketahui tingkat keterampilan Gerak Dasar *passing* pemain pada permainan bola voli pada Club ARNAS desa Bangunsari kabupaten Pacitan

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah :

1. Jenis permainan yang kami teliti terbatas pada permainan Bola Voli khususnya gerak dasar *passing*.
2. Subjek yang kami teliti terbatas pada Club Bola Voli ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada penelitian ini, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah keterampilan gerak dasar *passing* pada Club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan ?

E. Tujuan Penelitian

Bertolak dari rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keterampilan gerak dasar *passing* dalam permainan bola voli pada club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan.
2. Untuk mengetahui kualitas keterampilan gerak dasar *passing* pada Club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan.

F. Manfaat Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan dan tujuan penelitian ini memberi manfaat antara lain:

1. Secara Teoritis

Penelitian dapat digunakan sebagai acuan dalam permainan bola voli khususnya keterampilan gerak dasar *passing* khususnya pada Club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan.

2. Secara Praktis

a. Bagi peneliti

Guna memperoleh pengalaman praktis dalam melaksanakan penelitian. Sebagai bahan menyusun skripsi atau karya ilmiah.

b. Bagi ilmuwan

Sebagai penambah ilmu baru untuk dasar penelitian lebih lanjut. Sebagai bahan masukan yang perlu dibuktikan lagi kebenarannya pada penelitian yang sama.

c. Bagi guru pendidikan jasmani

Dapat dijadikan bahan acuan dalam rangka proses belajar mengajar pendidikan Jasmani Kesehatan, Dapat dijadikan bahan kajian dalam rangka memberikan kegiatan ekstrakurikuler, khususnya permainan bola voli

d. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan evaluasi bagi pelatih tentang tingkat keterampilan *passing* bola voli Club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan.

e. Bagi Desa Bangunsari

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang keterampilan gerak dasar *passing* dalam permainan bola voli bagi club ARNAS yang ada di desa Bangunsari.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Olahraga

Istilah olahraga terdapat dalam bahasa Jawa yaitu olahrogo. Olah artinya melatih diri menjadi seorang yang terampil sedangkan rogo artinya badan. jadi olahraga adalah suatu bentuk pendidikan individu dan masyarakat yang mengutamakan gerakan-gerakan jasmani yang dilakukan secara sadar dan sistematis menuju suatu kualitas yang lebih tinggi. Menurut wikipedia, arti olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani (misalkan catur). Berdasarkan arti kata dalam undangundang ketentuan pokok olahraga tahun 1997 pasal 1, yang di maksud dengan olahraga adalah semua kegiatan jasmani yang dilandasi semangat untuk melelahkan diri sendiri maupun orang lain, yang dilaksanakan secara ksatria sehingga olahraga merupakan sarana menuju peningkatan kualitas dan ekspresi hidup yang lebih luhur bersama sesama manusia. Utamanya olahraga berfungsi untuk menyehatkan badan dan memastikan organ tubuh masih sehat. Olahraga penting, karena di dalam tubuh yang kuat terdapat jiwa yang sehat. Pendapat orang tentu berbeda, tapi secara garis besar olahraga yang merupakan aktivitas fisik itu penting dilakukan dalam keseharian. Baik dengan gerakan-gerakan terarah (cabang olahraga) ataupun gerakan lainnya yang penting bergerak. Pada dasarnya olahraga dibagi menjadi 2

yaitu : 1. Olahraga Prestasi yaitu permainan dan pertandingan yang terbatas waktunya yang melibatkan usaha fisik dan ketrampilan. 2. Olahraga Rekreasi yaitu olahraga yang merupakan rekreasi dan aktifitas yang dilakukan di waktu senggang bahkan merupakan hiburan . (Perrin Gerald A,1981,PL) Pada mulanya olahraga dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang, sehingga olahraga dilakukan dengan penuh kegembiraan dan santai serta tidak ada batasan dan aturan yang digunakan. Olahraga dilakukan secara tidak formal baik dari segi tempat pelaksanaan, peraturan, maupun waktu kegiatannya. Namun seiring perkembangan kebutuhan dan kemampuan manusia yang semakin maju, yang ditandai dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi yang terus dilakukan oleh manusia, maka kegiatan olahraga tidak lagi dilakukan hanya untuk kegiatan rekreasi melainkan bertambah menjadi kegiatan yang dipertandingkan.

2. Kajian Bola Voli

Bola voli merupakan olahraga permainan yang dilakukan oleh dua tim atau regu yang saling berlawanan. Setiap regu hanya memiliki pemain yaitu 6 orang dalam sebuah pertandingan dan dapat digantikan oleh pemain cadangan jika pemain inti mengalami cedera ataupun permainan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Permainan bola voli dimainkan menggunakan satu bola dipantulkan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara *passing* yang diakhiri dengan *Smash* pada tim

lawan, dan untuk kedua tim dipisahkan oleh net dengan ketinggian tertentu (Muhyi Faruq :2008).

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat baik pada usia dewasa, remaja maupun tingkat anak-anak. Hal ini disebabkan karena permainan ini tidak memerlukan biaya yang besar karena alat dan perlengkapan relatif murah dan mudah di dapat, selain itu permainan ini dapat mendatangkan keceriaan bagi yang bermain. Roji (2004), permainan bukanlah memiliki teknik dan strategi saja akan tetapi juga ditunjang oleh koordinasi fisik yang prima seperti gerak, daya tahan, kecepatan, fleksibilitas, koordinasigerak dan reaksi. Muhamad Muhyi Faruq, (2009) permainan bola voli adalah suatu permainan yang dimainkan secara berkelompok, artinya setiap pemain harus mampu bekerjasama dengan baik, bertanggung jawab atas permainan yang dimainkan dalam tim tersebut.

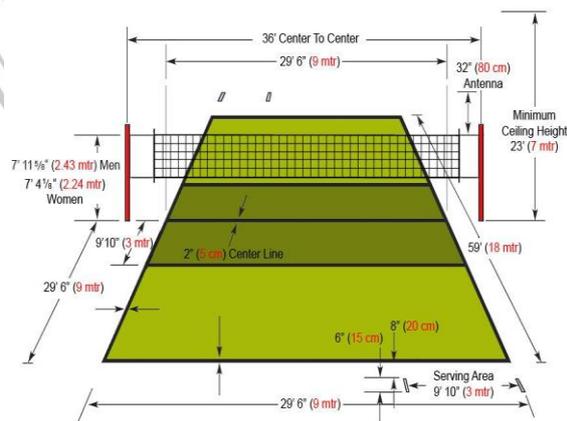
Adapun teknik-teknik dalam permainan bola voli adalah *passing* atas, *passing* bawah, *servis*, *smash*, *bendungan (block)*, pertahanan lapangan. (syafuddin 2004:55- 109). *Passing* merupakan teknik dalam permainan Bola voli yang tujuannya mengoperkan bola ke teman satu tim, untuk selanjutnya dimainkan kembali dan dapat juga dikatakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan (Erianti, 2004). Dapat disimpulkan, bahwa *passing* adalah dasar dalam mengatur serangan. Dalam teknik dasar permainan bola voli.

- a. Jenis *passing* dalam permainan Bola voli ada dua macam yaitu *passing* bawah dan *passing* atas (YuskhilMushofi, 2017). *Passing* sangat berperan penting dalam mengatur serangan dan sebagai pertahanan dalam permainan Bola voli. *Passing* bawah merupakan teknik pada permainan Bola voli yang sangat mendasar, *passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan (Dhian Indryani, 2011). Sedangkan *passing* atas merupakan salah satu teknik yang berguna dan penunjang dalam menciptakan sebuah spike (Boby Agustan, 2017).
- b. Teknik *passing* atas mengutamakan kekuatan jari – jemari kedua tangan. Biasanya teknik ini lebih dipilih pada saat seseorang pemain hendak melakukan umpan sebelum dilakukan pukulan terakhir atau smash. Pemain yang dituntut memiliki keterampilan lebih dalam teknik ini adalah toser atau pengumpan. Seorang toser harus bisa memberikan umpan yang memanjakan pemain lain untuk melakukan *Smash* (Aulia Urahman, dan Arif Hidayat, 2019).
- c. Fasilitas perlengkapan
- Fasilitas dan perlengkapan bolavoli merupakan segala hal berbentuk barang yang berguna untuk memperlancar proses latihan atau pertandingan bolavoli. Fasilitas dan perlengkapan bolavoli terdiri atas lapangan, jaring, bola, dan perlengkapan pemain. Fasilitas bolavoli terdiri dari: (1) lapangan permainan bolavoli, (2) net atau jaring, (3)

tiang dan tongkat, dan (4) bolavoli. Berikut ini penjabaran terkait fasilitas permainan bolavoli:

1) Lapangan

Lapangan permainan bolavoli berbentuk persegi panjang, dengan ukuran lapangan bolavoli yang umum adalah lebar 9 m dan panjang 18 m. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring). Garis tengah tersebut membagi lapangan permainan menjadi dua bagian yang sama, yaitu masing-masing 9 meter persegi (Suhadi & Sujarwo, 2009: 71). Selain itu pada saat pertandingan terdapat area khusus berbentuk kotak pada sudut sejajar bangku pemain. Kotak tersebut digunakan untuk para pemain cadangan melakukan pemanasan dan bersiap memasuki lapangan (Ahmadi, 2007: 9). Lapangan bolavoli dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut

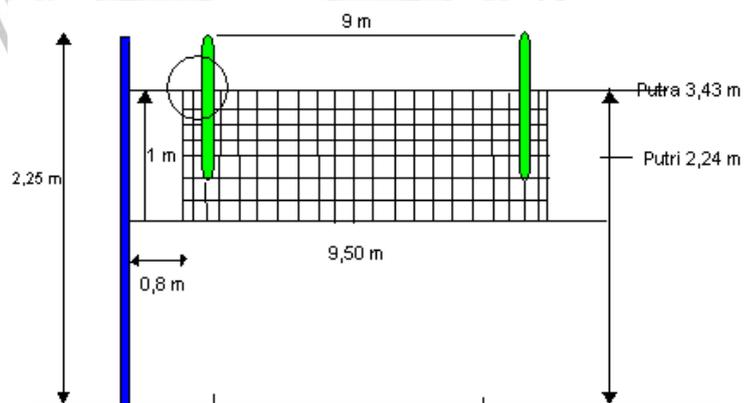


Gambar 1. Lapangan Bola Volley
Sumber Gambar :

<https://pastiguna.com/ukuran-lapangan-bola-voli/>

2) Net atau Jaring

Jaring/net adalah alat yang digunakan untuk membatasi area dalam lapangan Bolavoli. Ketentuan lebar net 1 m dan panjang 9,50 m, terdiri atas rajutan lubang-lubang 10 cm berbentuk persegi berwarna hitam. Lubang-lubang pada net bervariasi, ada yang terdiri dari 10 lubang ke bawah atau 9 lubang ke bawah, tetapi untuk standar internasional menggunakan 10 lubang ke bawah, perbedaan jumlah lubang berpengaruh pada lebar net. Pada samping kanan dan kiri net, atas dan bawah terdapat lubang, lubang tersebut dikaitkan dengan seutas tali, tali digunakan untuk menarik net ke tiang-tiang net, hal tersebut dimaksudkan agar net tersebut terbentang dengan tegang. Ukuran tinggi net untuk putra adalah 2,44 m dan net untuk putri 2,24 m (Suharno, 1993: 5). Net Bolavoli dapat dilihat pada gambar 3 sebagai berikut



Gambar net bola voli

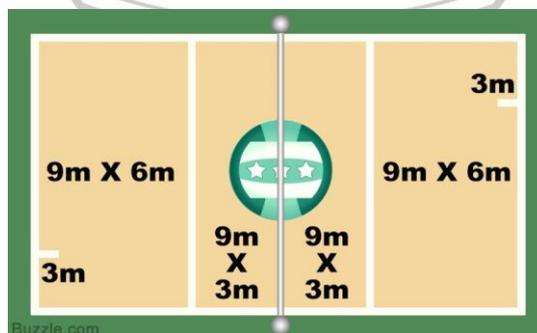
Gambar 2. Jaring atau Net

Sumber Gambar :

<https://www.dosenpendidikan.co.id/teknik-dasar-bola-voli/>

3) Tiang dan Antena

Dalam pertandingan olahraga bolavoli nasional maupun internasional, harus ada antena yang menonjol ke atas yang dipasang di atas batas samping jaring/net. Kegunaan dari antena ini yaitu untuk batas luar lambungan bola, jika bola melambung di luar antena maka dinyatakan keluar. Sebuah antena dipasang pada bagian luar dari setiap pita samping. Antena diletakkan dengan arah berlawanan pada sisi net. Dua buah antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan ditempatkan berlawanan dari net. Antena dibuat dari bahan fiber glass ukuran panjang 180 cm garis tengah 1 cm. Antena itu harus berwarna kontras. Tinggi antena di atas net adalah 80 cm dan diberi garis-garis yang berwarna kontras sepanjang 10 cm, bisa berwarna hitam putih, merah putih atau hitam kuning (FIVB, 2013: 61). Antena bola voli dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut



Gambar 3. Tiang atau Antena

Sumber Gambar :

<https://www.tokopedia.com/blog/ukuran-lapangan-bola-voli-edu/>

4) Bola

Bola yang dipergunakan dalam pertandingan resmi haruslah mempunyai kriteria yang memenuhi syarat dan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Bola berbentuk bulat yang terbuat dari bahan kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis serta memiliki warna yang cerah dan mempunyai kombinasi warna. Biasanya bolavoli berwarna kuning biru atau putih merah. Bahan kulit sintetis dan kombinasi warna bola yang dipergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar yang telah ditetapkan FIVB (Federation Internationale de Volleyball). “Bola memiliki keliling lingkaran 65- 67 cm dengan berat 200-280 gr, tekanan dalam dari bola adalah 294,3-318,82 hpa” (Suharno, 1993: 5). Gambar bolavoli resmi dari FIVB sebagai berikut



Gambar 4. Bola Volley

Sumber Gambar :

<https://my-best.id/136142>

5) Perlengkapan

Pemain Selain perlengkapan yang digunakan untuk permainan bola voli di atas, seorang pemain bola voli harus mempunyai perlengkapan pribadi. Perlengkapan pribadi tersebut di antaranya seperti sepatu dan deker. Perlengkapan pribadi tersebut digunakan untuk mencegah terjadinya cedera saat berlatih maupun saat bertanding dalam bolavoli. Pemain-pemain juga hendaknya memakai kostum yang bernomor di dada atau di punggung, dan diharuskan dalam permainan memakai sepatu olahraga (Suharno, 1993: 5).

3. Teknik Dasar Permainan Voli

Untuk bermain bolavoli dengan baik, diperlukan penguasaan teknik dasar. Beutelstahl (2008: 9) menyatakan “Teknik adalah prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema gerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna”. Dalam permainan bolavoli dikenal ada dua pola permainan, yaitu pola penyerangan dan pola pertahanan. Kedua pola tersebut dapat dilaksanakan dengan sempurna, pemain harus benar-benar dapat menguasai teknik dasar bolavoli dengan baik. Adapun teknik dasar dalam permainan bolavoli dijelaskan Suharno (1993: 12), yaitu: (1) teknik *servis* tangan bawah, (2) teknik *servis* tangan atas, (3) teknik *passing* bawah, (4) teknik *passing* atas, (5) teknik umpan (set up), (6) teknik smash, (7) teknik blok (bendungan).

Hal senada, Beutelsthal (2008: 8) menjelaskan ada enam jenis teknik dasar dalam permainan Bolavoli, yaitu: *service*, *dig* (penerimaan bola dengan menggali), *attack* (menyerang), *volley* (melambungkan bola), *block*, dan *defence* (bertahan). Teknik dasar dalam permainan bolavoli meliputi: (a) *service*, (b) *passing*, (c) umpan (*set-up*), (d) *Smash (spike)*, dan (e) bendungan (*block*). Menguasai teknik dasar dalam bolavoli merupakan faktor penting agar mampu bermain bolavoli dengan terampil. Suharno (1993: 11) menyatakan bahwa 26 teknik dasar adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas secara tuntas dalam cabang permainan bolavoli. Sebagai olahraga yang sering dipertandingkan, bolavoli dapat dimainkan di lapangan terbuka (*out door*) maupun di lapangan tertutup (*indoor*). Karena makin berkembang, bolavoli dimainkan di pantai yang dikenal dengan bolavoli pantai.

Dalam bolavoli terdapat bermacam-macam teknik. Ahmadi (2007: 20), menyatakan teknik yang harus dikuasai dalam permainan bolavoli, yaitu terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*.

1. *Service*

Service adalah teknik yang paling mendasar dalam bolavoli. *Service* merupakan pukulan awal dari pemain untuk memulai pertandingan, menurut Winarno, dkk. (2015) “*Service* merupakan pukulan sajian awal untuk memulai suatu pertandingan atau permainan bolavoli, sekaligus serangan pertama bagi regu yang

melakukan *service*”. Menurut Yuniawan, dkk., 2012, *service* merupakan suatu upaya memasukkan bola ke daerah lawan oleh pemain belakang yang berada pada daerah *service* untuk memukul bola dengan satu tangan atau lengan. Selain untuk memulai permainan, *service* juga dapat digunakan sebagai serangan jika dilakukan dengan baik dan keras sehingga menyulitkan lawan. Jika *service* tidak dikuasai maka secara otomatis permainan bolavoli tidak akan bisa berjalan dan akan menghasilkan poin untuk lawan, umumnya ada dua jenis *service* yang bisa dilakukan oleh pemain yaitu *service* atas dan *service* bawah, tapi jika ingin melakukan *service* sebagai serangan maka harus menggunakan *service* atas karena bola yang dipukul akan lebih keras dan menyulitkan lawan. Tujuannya adalah untuk mendapatkan poin dari serangan pertama.

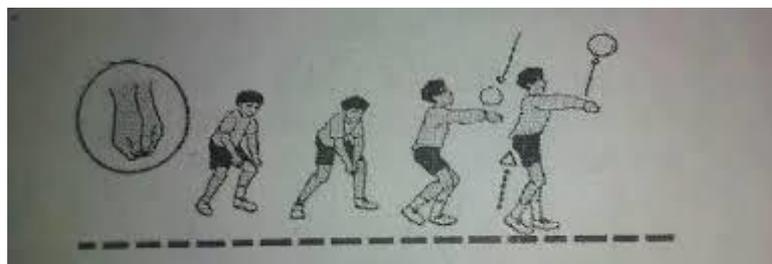
Reynaud (2011: 27) menyatakan ada beberapa jenis *servis* dalam permainan bolavoli antara lain; *servis* tangan bawah (*underhand service*), *servis* tangan samping (*side hand service*), *servis* atas kepala (*over head service*), *servis* mengambang (*floating service*), *servis topspin*, *jumping floating service*, dan *servis* lompat *spin* (*jumping topspin service*).

2. *Passing*

Passing berarti mengumpan atau mengoper bola. Menurut Winarno, dkk. (2015) “*Passing* berarti mengumpan atau mengoper bola kepada kawan satu regu”, teknik dasar yang paling sering

digunakan dalam permainan bolavoli. Selain itu *passing* menjadi modal utama bagi pemain bolavoli, jika *passing* yang dimiliki seorang pemain bagus maka serangan yang akan dilakukan akan lebih mudah, akan tetapi jika *passing* yang dimiliki seorang pemain kurang bagus atau buruk maka serangan yang akan dilakukan juga akan sulit, *passing* ada dua macam yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* bawah dapat digunakan untuk menerima smash dan menerima bola liar yang tidak terkendali (Anggraini, dkk., 2016).

Reynaud (2011: 81) menyatakan *passing* merupakan sebuah teknik yang bisa digunakan dalam berbagai variasi baik untuk menerima bola dari *servis*, bola serangan atau untuk mengumpan. Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa teknik *passing* khususnya forearm *passing* (*passing* bawah) sangat berperan dalam proses penyusunan dan keberhasilan serangan. Karena penyusunan serangan dimulai dari penerimaan bola pertama dari *servis* baik menggunakan *passing* bawah ataupun *passing* atas tergantung dari arah datangnya bola.



Gambar 5. Passing Bawah

Sumber Gambar :

<https://encrypted-tbn0.gstatic.com>

Dalam melakukan gerakan passing bawah, menunjukkan nilai-nilai sikap sportivitas, kerja sama, tanggung jawab, dan disiplin. Sedangkan gerakan passing atas sebagai berikut:

- a. Berdiri dengan sikap tubuh siap dengan meregangkan kedua kaki sampai selebar bahu.
- b. Tekuk sedikit kedua lutut sehingga badan merendah.
- c. Ketika bola datang, secepatnya tempatkan badan di bawah bola.
- d. Ketika bola sudah sampai ke atas badan,
- e. tekuk bagian siku atau pergelangan tangan dan posisi tangan sedikit berada di atas dahi.
- f. Lakukan perkenaan bola dengan baik.

3. Umpan (*Set Up*)

Untuk dapat melakukan sebuah serangan selain harus mampu melakukan *passing* dari *servis* yang baik juga diperlukan pemain yang bertugas memberi umpan (*tosser*). Umpan dalam permainan bolavoli adalah sebuah teknik yang bertujuan memberikan bola kepada teman agar bisa dilakukan serangan dengan teknik *Smash* (Ahmadi, 2007: 29). Umpan dalam permainan bolavoli modern sangat identik dengan tugas seorang *tosser*. Perbedaan utama seorang *tosser* adalah pemain yang memiliki kelebihan dalam melakukan umpan dengan teknik *passing* atas dengan akurasi tinggi, sehingga memudahkan teman untuk melakukan pukulan (Suhadi & Sujarwo, 2009: 37).

4. *Smash*

Smash merupakan pukulan keras yang digunakan untuk mengakhiri serangan. Menurut Winarno, dkk. (2015) “Teknik dasar yang paling dominan untuk meraih poin pada saat permainan bolavoli dilakukan adalah teknik dasar *smash*”, jika teknik *smash* tidak dikuasai maka tim lawan akan dengan mudah dapat menerima dan mengatasi serangan yang akan dilakukan dan timnya akan sulit mendapatkan poin, biasanya pemain yang memiliki *smash* bagus akan diposisikan di depan dan sering diberikan umpan untuk kemudian dilakukan pukulan *smash*.

Salah satu cara mendapatkan poin adalah dengan melakukan serangan melalui *Smash* keras dan akurat. Reynaud (2011: 44) menyatakan serangan dalam permainan bolavoli disebut *smash*. Salah satu teknik paling populer dalam olahraga bolavoli. Sebagian besar pemain voli berlatih keras untuk menguasai teknik *Smash* agar mampu menyumbang poin dalam tim. Teknik *Smash* secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin.

5. *Blocking*

Block merupakan teknik yang digunakan untuk menahan serangan lawan. Menurut Winarno, dkk. (2015) “Pada dasarnya *block* adalah suatu teknik dengan cara merintang atau menghalangi bola ketika pemain lawan sedang melakukan serangan di depan net”, *block* dilakukan dengan kedua tangan saat tim lawan melakukan

smash, jika pemain memiliki *block* yang bagus maka bola hasil dari *block* yang dilakukan akan masuk ke area lapangan tim lawan dan akan menghasilkan poin, akan tetapi jika bola hasil dari *block* keluar maka akan menghasilkan poin bagi lawan

Reynaud (2011: 69) menyatakan *blocking* (bendungan) adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bolavoli. Teknik *block* adalah tindakan melompat dan menempatkan tangan di atas dan melewati net untuk menjaga bola di tim lawan sisi lapangan. Teknik *block* merupakan teknik yang sulit dan memiliki tingkat keberhasilan rendah karena banyak faktor yang mempengaruhi. *Block* mempunyai keberhasilan yang sangat kecil karena bola *Smash* yang akan di-*block* arahnya dikendalikan oleh lawan (lawan selalu berusaha menghindari *block*). Jadi teknik *block* merupakan teknik individu yang membutuhkan koordinasi dan timing yang bagus dalam membaca arah serangan *Smash* lawan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bolavoli merupakan suatu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Menguasai teknik dasar permainan bolavoli merupakan faktor fundamental agar mampu bermain bolavoli dengan baik. Menguasai teknik dasar bolavoli akan menunjang penampilan dan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim.

4. Pengertian Keterampilan

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan kemampuan seseorang yang bervariasi. Meskipun istilah ini memiliki banyak pengertian pada umumnya yang dimaksud dengan keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu. Terampil menunjukkan pada derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri (Singer,1975:34).

Terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Suatu keterampilan yang dipandang sebagai aktivitas gerak atau suatu tugas akan terdiri dari sejumlah respon gerak dan persepsi yang didapat melalui belajar untuk tujuan tertentu.

Pada umumnya yang dimaksud dengan keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu. Istilah keterampilan juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Sebagai indikator dari tingkat keterampilan maka, keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan.

Menurut Schmid dikutip oleh Amung Ma'mundan Yudha dijelaskan bahwa: "Penentu utama keterampilan gerak adalah kualitas dari geraknya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan

keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih misalnya dalam olahraga lompat tinggi, pelompat tidak perlu memperhitungkan kapan dan bagaimana harus bertindak untuk melompat setinggi dan seefektif mungkin, sedangkan dalam keterampilan kognitif hakekat dari gerak tidak penting, tetapi keputusan tentang gerakan apa dan yang mana yang harus dibuat merupakan hal yang terpenting (2000:68). Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan kognitif berkaitan dengan pemilihan apa yang harus dilakukan, sedangkan keterampilan gerak berkaitan dengan bagaimana cara melakukannya.

Amung Ma'mundan Yudha (2000:58) menjelaskan bahwa: "Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan". Sehingga pada intinya suatu keterampilan itu dikuasai atau diperoleh apabila di pelajari dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang sudah ditentukan. Untuk mencapai keterampilan yang baik memerlukan hal-hal sebagai berikut: (1) Adanya kemauan dari individu, berupa motivasi untuk dapat menguasai keterampilan yang diajarkan; (2) adanya proses pembelajaran yang didukung oleh kondisi dan lingkungan belajar yang baik; (3) Adanya prinsip-prinsip latihan yang dikembangkan untuk memperkuat respon yang terjadi.

5. Bentuk-bentuk Keterampilan

Amung Ma'mundan Yudha (2000:67) mengatakan bahwa, “Berdasarkan keterlibatan tubuh dalam pola gerak, keterampilan dibagi menjadi Dua yaitu: keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) dan keterampilan motorik halus (*finemotorskill*)”.

Keterampilan motorik kasar atau *Gross motor skill*, bercirikan lebih melibatkan pergerakan otot-otot besar dan kecepatan gerak tidak begitu penting untuk diperhatikan. Otot-otot tersebut berintegrasi untuk menghasilkan gerak seperti berjalan, berdiri, melompat dan meloncat.

Keterampilan motorik halus atau *Fine motor skill*, bercirikan lebih melibatkan pergerakan otot-otot kecil terutama yang melibatkan koordinasi mata dan tangan, serta memerlukan tingkat derajat ketepatan yang tinggi pada gerakan tangan dan jari. Contoh, melempar dan menangkap.

Menurut *Fitts* dan *Posner*, belajar keterampilan gerak cenderung lebih menekankan pada tingkat penguasaan. Tahap ini dibagi menjadi tiga, antara lain:

a. Tahap kognitif atau *Cognitivestage*

Tahap ini merupakan tahap pemahaman, bagaimana konsep-konsep dipahami. Tahap kognitif sifatnya lebih pada pengetahuan.

b. Tahap asosiatif atau *Asosiativestage*

Dengan adanya pemahaman yang sudah dicoba diasosiasikan, dan diimplementasikan sesuai dengan kemampuannya yang masih banyak mengalami kesalahan.

c. Tahap otomatis atau *Autonomoustage*

Pada tahap ini hasil gerakan merupakan suatu gerakan yang sudah otomatis, karena sudah banyak dilatih sehingga terlihat seakan-akan gerakan tersebut tanpa dipikir, padahal karena hasil latihan yang kontinyu.

d. Tahap kognitif atau *Cognitivestage*

Tahap ini merupakan tahap pemahaman, bagaimana konsep-konsep dipahami. Tahap kognitif sifatnya lebih pada pengetahuan

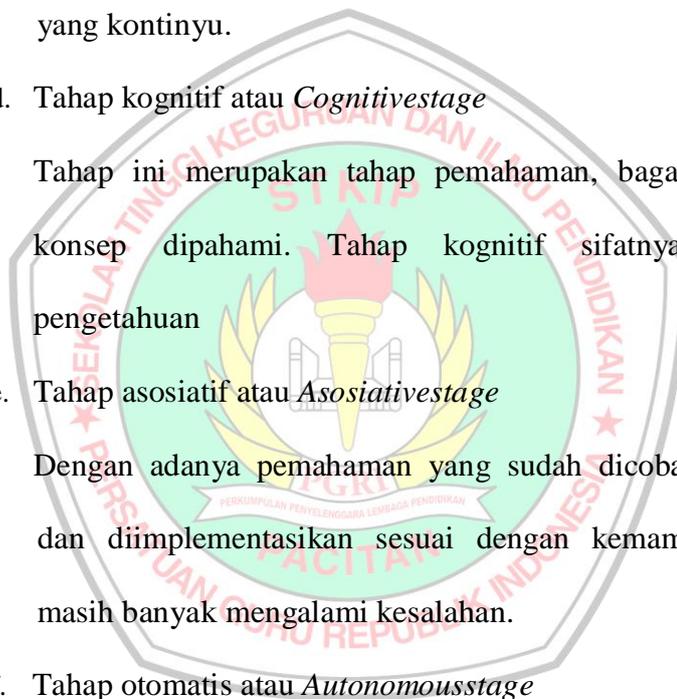
e. Tahap asosiatif atau *Asosiativestage*

Dengan adanya pemahaman yang sudah dicoba diasosiasikan, dan diimplementasikan sesuai dengan kemampuannya yang masih banyak mengalami kesalahan.

f. Tahap otomatis atau *Autonomoustage*

Pada tahap ini hasil gerakan merupakan suatu gerakan yang sudah otomatis, karena sudah banyak dilatih sehingga terlihat seakan-akan gerakan tersebut tanpa dipikir, padahal karena hasil latihan yang kontinyu.

g. Tahap kognitif atau *Cognitivestage*



Tahap ini merupakan tahap pemahaman, bagaimana konsep-konsep dipahami. Tahap kognitif sifatnya lebih pada pengetahuan.

h. Tahap asosiatif atau *Asosiativestage*

Dengan adanya pemahaman yang sudah dicoba diasosiasikan, dan diimplementasikan sesuai dengan kemampuannya yang masih banyak mengalami kesalahan.

i. Tahap otomatis atau *Autonomoustage*

Pada tahap ini hasil gerakan merupakan suatu gerakan yang sudah otomatis, karena sudah banyak dilatih sehingga terlihat seakan-akan gerakan tersebut tanpa dipikir, padahal karena hasil latihan yang kontinyu.

Amung Ma'mun dan Yudha (2000:83) lebih lanjut menjelaskan “Ada tiga hal yang dapat diidentifikasi dalam tahap belajar keterampilan gerak, yaitu:(a) tahap verbal atau kognitif, (b) tahapmotorik, (c)tahap otomatisasi”. Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa keterampilan akan terbentuk dengan baik jika dilatih secara kontinyu, efisien, dan efektif sesuai dengan tahap-tahap yang ada

B. Penelitian Relevan

1. Pradana (2019) Universitas Singaperbangsa Karawang meneliti tentang Tingkat Keterampilan Dasar Permainan Bola Voli pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMAN 1 Cilamaya. Pendekatan penelitian

menggunakan deskriptif kuantitatif dengan metode survei dengan menggunakan tes. Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler dengan menggunakan teknik total sampling. . Instrumen penelitian ini menggunakan tes dan keterampilan meliputi tes *Service*, *passing* atas, *passing* bawah, dan smash. Hasil analisis data dari 17 peserta ekstrakurikuler bola voli yang mengikuti tes tingkat keterampilan bola voli sebagian besar masuk dalam “sangat baik” sebanyak 1 siswa sebesar 5,88%, kategori “Baik” sebanyak 6 siswa sebesar 35,29%, kemudian disusul kategori “Sedang“ sebanyak 4 siswa atau sebesar 23,53%, kemudian kategori “Kurang” sebanyak siswa 5 atau sebesar 29,41%, kategori “Sangat Baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,88%, dan yang terakhir kategori “Kurang” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,88%. Berdasarkan hasil penelitian ini, peserta ekstrakurikuler bolavoli tingkat keterampilan bolavoli masuk ke dalam kategori “Baik

2. Masroni (2021) Universitas Negeri Malang meneliti tentang keterampilan teknik dasar *service*, *passing*, smash, *block* bolavoli peserta ekstrakurikuler bolavoli SMAN 1 Batu dan SMKN 1 Batu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik probability proportional random sampling berjumlah 40 orang peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 1 Kota Batu dan SMA Negeri 1 Kota Batu. Instrumen pada penelitian ini menggunakan tes keterampilan bola voli dari AHPRED untuk tes *service* dan *passing*, untuk tes smash dan

block dalam penelitian ini menggunakan BATTERY TEST bola voli. Hasil tes siswa dianalisis menggunakan kriteria Penilaian Acuan Norma (PAN). Secara keseluruhan keterampilan teknik dasar bolavoli peserta ekstrakurikuler kedua sekolah tergolong cukup. Perlu adanya perbaikan jadwal dan program latihan, sehingga penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli bisa merata dan lebih baik dalam bermain bola voli.

3. Penelitian Mizani Ichsani (2010), judul “Kecakapan Bermain Bola voli Anggota Putera Kelas VIII SMP Negeri 2 Wates kulon Progo Tahun Ajaran 2010/2011” hasil penelitian yaitu masuk kategori baik sekali sebanyak 5 anggota atau sebesar (9,3%), 11 anggota atau sebesar (20,4%) termasuk kategori baik, 19 anggota atau sebesar (35,2%) termasuk kategori sedang, 17 anggota atau sebesar (31,5%) termasuk kategori kurang, sebanyak 2 anggota atau sebesar (3,7%) termasuk kategori kurang sekali. Maka disimpulkan bahwa kecakapan bermain bola voli anggota putra kelas VIII SMP N 2 Wates Kulon Progo tahun ajaran 2010/2011 dalam kategori cukup sebanyak 19 anggota atau dengan persentase 35,2%.

C. Kerangka Pemikiran

Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia dan di Indonesia. Untuk menjadi seorang pemain bola voli yang profesional harus diperlukan suatu proses latihan yang baik. Salah satunya adalah memahami gerak dasar dalam permainan bola voli, gerak dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli diantaranya terdiri dari 4 bagian yaitu *passing*, *servis*, *Smash* dan *blocking*, pada pemain bola

voli saat ini masih banyak dari ke empat gerak dasar tersebut yang masih belum dikuasai, salah satunya adalah *passing*. Hal ini terjadi karena akibat kurangnya pengawasan pelatih dan juga kurangnya latihan yang di berikan pada pemain.

Passing merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli. Pada mulanya *passing* merupakan gerakan mengumpan bola yang dilakukan pemain bola voli pada saat pertandingan berlangsung, Tujuan Dari mengumpan bola ini dalah untuk memasukan bola pada area lawan dan menghasilkan sebuah point. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas maka saya tertarik untuk melakukan survey terhadap keterampilan gerak dasar salah satunya adalah *passing* pada pemain bola voli pda Club ARNAS Yang ada di desa bangunsari kabupaten pacitan.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen yaitu dengan metode penelitiannya adalah teknik survei. Penelitian survei adalah salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak. Penelitian ini dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi datanya dari sampel yang diambil dari populasi tersebut. Misalnya penelitian tentang kecenderungan masyarakat memilih pemimpin nasional. Tujuan penelitian survei adalah untuk mengetahui gambaran umum karakteristik dari populasi. Penelitian survei digunakan untuk mengumpulkan informasi berbentuk opini dari sejumlah besar orang terhadap topik atau isu tertentu.

Pendekatan penelitian survei adalah mengumpulkan data sebanyak-banyaknya tentang faktor-faktor yang merupakan pendukung terhadap kualitas kesehatan jasmani dari objek yang ingin diteliti. Kemudian menganalisis faktor-faktor tersebut untuk dicari perannya. Faktor-faktor yang dapat dijadikan sebagai fokus perhatian terhadap terbentuknya kualitas yang lebih baik. Proses pelaksanaan survei dikatakan sistematis apabila sebelum pelaksanaan sudah diketahui: siapa pelaksananya survei, dimana pelaksananya, kapan pelaksananya, berapa lama waktu yang dibutuhkan, apasaja yang diamati dalam pelaksanaan survei, instrument apa yang

digunakan, data apa yang dikumpulkan dan bagaimana cara menyimpulkan serta melaporkannya.

Desain penelitian dalam mengumpulkan data tentang keterampilan *Passing* dilakukan dengan satu kali tes, yaitu dengan menyuruh responden untuk melakukan *passing*. Setiap anggota diberikan kesempatan melakukan *passing* dengan waktu 1 menit, *passing* yang dihitung berdasarkan jarak yang sudah ditentukan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di lapangan bola voli Desa Bangusari Kabupaten Pacitan.
2. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 Juli 2021

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian, dalam penelitian ini sebagai subyek penelitian adalah Club Bola Voli ARNAS di desa Bangusari sejumlah 10 orang.

Sedangkan sampel adalah “sebagian atau wakil populasi yang diteliti” (Suharsimi Arikunto, 1992:104). Dari pengertian diatas, selanjutnya dijelaskan bahwa:

“Untuk sekedar ancar-ancar maka apabila subyeknya kurang dari seratus, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi” (Suharsimi Arikunto, 1992:107).

Berhubung terbatasnya jumlah populasi maka seluruh populasi tersebut dijadikan sampel penelitian (*total Sampling*) yaitu sejumlah 10 orang.

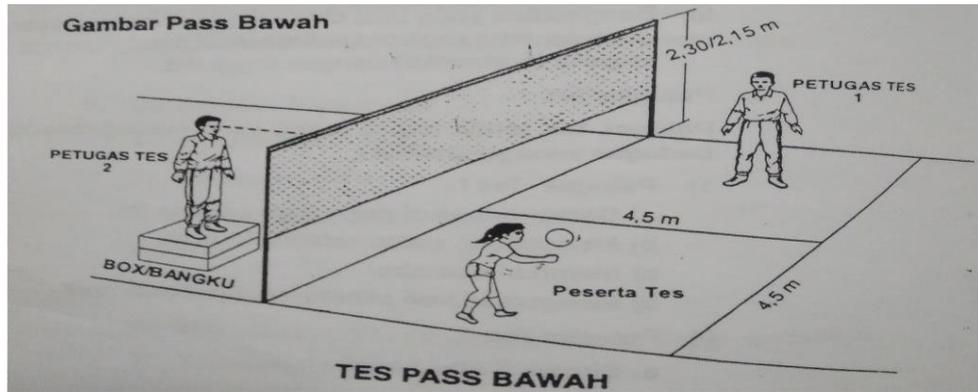
D. Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Jadi variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Variabel dalam penelitian ini adalah ketrampilan *passing* bola voli Club ARNAS di Desa Bangunsari Kabupaten Pacitan sejumlah 10 orang.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah suatu alat ukur untuk mendapatkan suatu data yang diinginkan oleh peneliti yang diharapkan pula oleh peneliti untuk mendapatkan data yang sesuai harapan. Menurut Arikunto (2002: 126) instrumen adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes keterampilan dasar *passing* bawah bola voli oleh (Depdiknas, 1999 : 9), yaitu dengan cara melakukan tes *passing* bawah selama 60 detik dihitung menggunakan *stopwatch*. Tes ini dapat dilakukan di dalam gedung atau di luar gedung, menyesuaikan lapangan tempat penelitian. Tes yang dilakukan peneliti memiliki validitas sebesar 0,733 dan reabilitas sebesar 0,758.



Gambar 6.
Pelaksanaan Tes *Passing* Bawah
 (Sumber: Depdiknas 1999)

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan sebuah tes untuk dicari sebuah data. Menurut Ismayarti (2006: 1) tes adalah instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Data yang diperoleh kemudian akan dicocokkan dengan tabel nilai. Setelah diketahui data *passing* bawahnya, data akan dikonversikan ke dalam tabel norma pengklasifikasian tes *passing* bawah.

Tabel norma pengklasifikasian tingkat kemampuan *passing* bawah yang dikutip dari DEPDKNAS (1999: 17) adalah sebagai berikut :

Tabel 1.
Norma Pengklasifikasian Kemampuan *Passing* bawah Untuk Pemain.

Kurang	Kurang	Sedang	Bai	Baik Sekali
<1	17 – 26	27 - 39	40 – 46	>4

(Sumber: DEPDKNAS, 1999 :17)

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik deskriptif adalah ilmu yang mempelajari tentang seluk beluk data, yaitu tentang pengumpulan, pengolahan, penganalisisan, penafsiran, dan penarikan kesimpulan dari data yang berbentuk angka-angka (Hasan, 2008: 2).

Menurut Arikunto dalam Dian Hidayat (2011: 50) rumus yang digunakan

untuk mencari persentase adalah :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase yang di cari

F : Frekuensi

N : Jumlah Responden

