

## KETERAMPILAN TEKNIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 3 TONDANO

Fabio Keane Manengkey

Universitas Negeri Manado, Sulawesi Utara, Indonesia

Korespondensi: [fabio.manengkey@email.com](mailto:fabio.manengkey@email.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi keterampilan teknik dasar permainan bola voli peserta didik kelas XI di SMA Negeri 3 Tondano. Permainan bola voli sebagai bagian dari pendidikan jasmani memegang peran penting dalam membentuk kemampuan gerak, karakter, serta kerja sama tim. Teknik dasar seperti passing atas dan passing bawah menjadi landasan utama bagi keberhasilan dalam bermain bola voli. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik survei dan tes terhadap 60 siswa. Instrumen yang digunakan adalah Brady Wall Volley Test untuk passing atas dan Brumbach Forearms Pass Wall Volley Test untuk passing bawah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa (100%) berada pada kategori “sangat kurang” dalam penguasaan kedua teknik tersebut. Temuan ini menegaskan pentingnya pelatihan teknik dasar yang lebih terstruktur dan intensif, didukung media pembelajaran yang sesuai serta fasilitas olahraga yang memadai.

**Kata Kunci:** keterampilan dasar, passing atas, passing bawah, bola voli, pendidikan jasmani

### Abstract

*This study aims to evaluate the basic volleyball skills of 11th-grade students at SMA Negeri 3 Tondano. As part of physical education, volleyball plays a critical role in shaping students' physical abilities, character, and teamwork. Fundamental techniques such as overhand and underhand passing are essential foundations for success in the sport. This research employed a descriptive quantitative method with survey and test techniques, targeting 60 students. The instruments used were the Brady Wall Volley Test for overhand passing and the Brumbach Forearms Pass Wall Volley Test for underhand passing. The results revealed that the majority of students (100%) fell into the “very poor” category for both techniques. These findings highlight the need for more structured and intensive basic technique training, supported by appropriate teaching media and adequate sports facilities.*

**Keywords:** basic skills, overhand passing, underhand passing, volleyball, physical education

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional yang tidak hanya menekankan pengembangan kebugaran fisik tetapi juga pembentukan karakter, kerjasama, dan keterampilan sosial peserta didik. Dalam konteks ini, permainan bola voli menjadi salah satu media pembelajaran yang memiliki peran strategis, khususnya dalam pembinaan keterampilan teknik dasar. Teknik seperti passing atas dan passing bawah menjadi prasyarat dasar untuk memainkan permainan dengan baik.

SMA Negeri 3 Tondano adalah salah satu sekolah menengah atas yang memiliki perhatian serius terhadap pembinaan olahraga, termasuk bola voli. Sekolah ini memiliki fasilitas olahraga yang memadai dan sering mengikuti kejuaraan tingkat kabupaten hingga provinsi. Namun, observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar bola voli peserta didik masih belum mencapai hasil yang diharapkan.

Masalah ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti metode pembelajaran yang kurang interaktif, minimnya alokasi waktu praktik, serta belum optimalnya penggunaan media pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk mengevaluasi keterampilan teknik dasar passing atas dan passing bawah, dengan harapan hasilnya dapat digunakan untuk meningkatkan mutu pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 3 Tondano.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan teknik dasar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 3 Tondano, dengan jumlah 60 siswa sebagai sampel. Brady Wall Volley Test digunakan untuk mengukur kemampuan passing atas, di mana peserta diminta melakukan passing bola ke dinding dalam durasi tertentu. Brumbach Forearms Pass Wall Volley Test digunakan untuk mengukur kemampuan passing bawah dengan teknik dan waktu yang serupa. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan kategori keterampilan berdasarkan standar AAHPER: sangat baik, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil tes keterampilan teknik dasar pada ketiga kelas (XI A, XI B, dan XI J), ditemukan bahwa seluruh peserta didik memperoleh nilai pada kategori 'sangat kurang' baik pada teknik passing atas maupun passing bawah. Berikut ini adalah rekapitulasi hasil penguasaan keterampilan teknik dasar bola voli dari masing-masing kelas:

Kelas	Teknik Dasar	Kategori	Persentase
XI A	Passing Atas	Sangat Kurang	100%
XI A	Passing Bawah	Sangat Kurang	100%
XI B	Passing Atas	Sangat Kurang	100%

XI B	Passing Bawah	Sangat Kurang	100%
XI J	Passing Atas	Sangat Kurang	100%
XI J	Passing Bawah	Sangat Kurang	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap peserta didik kelas XI SMA Negeri 3 Tondano, ditemukan bahwa keterampilan teknik dasar passing atas masih sangat rendah. Seluruh peserta didik (100%) tergolong dalam kategori sangat kurang. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor teknis, seperti bola tidak mengenai jari-jari tangan melainkan telapak tangan, bola tidak mencapai tembok sasaran karena tenaga yang diberikan tidak cukup, dan posisi tubuh saat melakukan gerakan yang tidak sesuai. Posisi kaki siswa sering kali terlalu lebar atau terlalu sempit, sementara posisi tangan berada di depan wajah, bukan di atas kepala seperti seharusnya. Jari-jari tangan juga tertutup rapat, bahu terlalu menunduk, dan siswa kurang fokus pada bola. Selain itu, edukasi tentang teknik dasar passing atas juga sangat minim. Untuk dapat melakukan passing atas dengan benar, bola seharusnya dipantulkan menggunakan jari-jari tangan yang terbuka dengan tambahan tenaga dari bahu, posisi kaki dibuka selebar bahu, badan tetap tegak, tangan berada di atas kepala, dan pandangan mata mengikuti arah bola.

Sementara itu, hasil keterampilan passing bawah juga menunjukkan bahwa seluruh peserta didik (100%) berada dalam kategori sangat kurang. Beberapa faktor penyebab yang ditemukan antara lain bola hanya mengenai ujung tangan sehingga sulit dikontrol, posisi badan tidak condong ke depan, kaki tidak dibuka selebar bahu, serta lengan diangkat terlalu tinggi sejajar dengan bahu sehingga bola tidak bisa dipantulkan dengan baik. Selain itu, kedua lengan tidak dirapatkan, menyebabkan bola tidak mengarah ke sasaran atau jatuh di luar kendali. Fokus siswa juga kurang saat melakukan teknik ini. Teknik passing bawah yang benar adalah dengan meluruskan lengan ke depan bawah dan memastikan perkenaan bola pada bagian pergelangan tangan. Posisi tubuh harus condong ke depan, kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk, kedua lengan direkatkan dan jari-jari saling mengunci. Berat badan seharusnya bertumpu pada kaki bagian depan, dan siswa harus menjaga konsentrasi penuh selama melakukan gerakan.

Selama proses penelitian, terdapat beberapa kendala yang memengaruhi hasil keterampilan peserta didik. Beberapa siswa cenderung bermain-main, saling mengganggu, dan tidak memperhatikan saat peneliti memberikan penjelasan atau mendemonstrasikan teknik yang benar. Hal ini tentu berdampak negatif terhadap pemahaman dan hasil

keterampilan yang dicapai oleh siswa selama tes berlangsung. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih disiplin, interaktif, dan berfokus pada praktik langsung agar keterampilan teknik dasar bola voli dapat meningkat secara optimal.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Keterampilan teknik dasar passing atas dan passing bawah peserta didik SMA Negeri 3 Tondano sangat rendah. Hal ini menunjukkan perlunya evaluasi terhadap strategi pembelajaran PJOK yang digunakan saat ini. Guru PJOK disarankan menggunakan pendekatan demonstratif dan partisipatif. Sekolah perlu menambah frekuensi latihan bola voli dalam jam PJOK maupun melalui ekstrakurikuler. Perlu adanya pelatihan guru dan workshop terkait pengajaran teknik olahraga berbasis keterampilan. Penelitian selanjutnya dapat mengkaji variabel pendukung lain seperti motivasi, media pembelajaran, dan latar belakang aktivitas fisik siswa.

## **REFERENSI**

- Beatrix Podung, *et al* (2023) Pengaruh Penerapan Umpan Balik Langsung Terhadap Gerak Dasar Pasiing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Putra SMK Negeri 1 Aermadidi. View of Pengaruh Penerapan Umpan Balik Langsung Terhadap Gerak Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Putra SMK N 1 Airmadidi
- Dwi Arfianto (2010), Survei Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Peserta didik Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma/Smk/Ma Se Kecamatan Sukorejo Kab. Kendal Tahun Ajaran 2010/2011.
- Hendrik S. Mandagi, Dkk (2022), Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Pada Peningkatan Gerak Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. 2211-Article Text-12776-1-10-20220319 (1).pdf
- Jamil, Y., Nugraheni, W., & Bachtiar. (2022). Keterampilan Teknik Dasar dalam Bermain Bola Voli pada Peserta didik peserta Ekstrakulikuler Bola Voli.
- Jemmy Jes Manginadaan (2023), Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Terhadap Kemampuan Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Negeri 1 Amurang. View of PENGARUH GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN PASING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA SMA NEGERI 1 AMURANG
- Mukhlisin, Ma'mun, A., & Nuryadi. (2020). Pengaruh Metode Latihan dan Kemampuan Motorik terhadap Keterampilan Bermain Bola Tangan.

Mulya, U., & Padli. (2019). Studi Tentang Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Pemain Bola Voli Putri.

Yunus, M. (2021). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain 5 Kali Sentuhan pada Peserta didik Kelas VI SD.