



## BASIC SKILLS OF PLAYING VOLLYBALL IN PRIMARY V GRADE STUDENTS

Yudabbirul Arif <sup>1</sup>, Michael Johannes H Louk <sup>2</sup>, Bertolomeus Keko <sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

<sup>1,2,3</sup> Universitas Nusa Cendana

Email: <sup>1</sup>[yudabbirul@staf.undana.ac.id](mailto:yudabbirul@staf.undana.ac.id), <sup>2</sup>[michaellouk@staf.undana.ac.id](mailto:michaellouk@staf.undana.ac.id)

<sup>3</sup>[bertolomeus@gmail.com](mailto:bertolomeus@gmail.com)

### ABSTRACT

*Mini Volleyball Playing Skills Grade V SD Negeri Malawaru students are still lacking in relation to basic volleyball skills. This is influenced by several factors, namely the allocation of time for learning the game of volleyball which is small, the facilities and infrastructure that are less supportive. This certainly affects the lack of motivation of students in participating in Physical Education learning. Physical education learning process still requires guidance from Physical Education teachers and the lack of basic skills playing volleyball in students in Physical Education subjects. This study aims to determine the level of basic skills playing mini volleyball in grade V SDN Malawaru. This type of research is descriptive research. The research subjects used were 10 grade students of SDN Malawaru. Retrieval of data using observation, interviews and documentation. The data analysis technique uses descriptive analyst, which is outlined in the form of observations. The results showed that the basic skills level of playing mini volleyball in class V SDN Malawaru. It must continue to be improved so that it can produce superior seeds who are skilled in playing volleyball if it is improved since elementary school age.*

**Keywords:** *Playing, Volleyball, Basic Technique.*

## KETERAMPILAN DASAR BERMAIN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR

### ABSTRAK

Keterampilan Bermain Bolavoli Mini Siswa kelas V SD Negeri Malawaru masih kurang dalam kaitannya dengan keterampilan dasar bermain bola voli. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni alokasi waktu untuk pembelajaran permainan bolavoli yang sedikit, sarana dan prasarana yang kurang mendukung. Hal ini tentu berpengaruh pada kurangnya motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjas. Proses pembelajaran penjas masih membutuhkan bimbingan dari guru penjas dan kurangnya keterampilan dasar bermain bola voli pada peserta didik pada mata pelajaran penjas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bolavoli mini pada siswa kelas V SDN Malawaru. jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Subyek penelitian yang digunakan adalah siswa kelas V SDN Malawaru yang berjumlah 10 siswa. Pengambilan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, yang dituangkan dalam bentuk observasi. Hasil penelitian memperoleh hasil bahwa tingkat keterampilan dasar bermain bolavoli mini kelas V SDN Malawaru. Harus terus ditingkatkan agar dapat menghasilkan bibit-bibit unggul yang terampil dalam bermain bola voli jika di benah sejak usia Sekolah Dasar.

**Kata Kunci:** Bermain, Bola Voli, Teknik Dasar.

© 2020 Universitas Nusa Cendana

### Info Artikel

Dikirim : 25 September 2020

E-ISSN 2723-7923

Diterima : 25 September 2020

Dipublikasikan : 30 September 2020

Alamat korespondensi: [Yudabbirul@staf.undana.ac.id](mailto:Yudabbirul@staf.undana.ac.id)

Universitas Nusa Cendana, Jl. Adisucipto, Penfui Kota Kupang-NTT .,

## **PENDAHULUAN (Introduction)**

Salah satu usaha untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain bola voli adalah menerapkan teknik-teknik dasar bola voli sedini mungkin kepada anak-anak sekitar umur 9 sampai 14 tahun melalui Mini voli. Karena anak-anak akan lebih mudah dan cepat menyerap tentang teknik dasar bola voli dibandingkan dengan orang dewasa. Disamping itu pemain bola voli memerlukan waktu pembinaan yang cukup lama dari awal menjadi pemain yang baik diperlukan waktu antara 6-8 tahun. Hal ini yang belum diketahui oleh banyak orang. Anak-anak sesuai dengan perkembangan jiwanya sangat senang bermain karena kalau tidak mereka akan cepat bosan. (Toto Subroto. 2007 :51). Dengan menguasai teknik dasar bermain bolavoli mini yang baik dan benar, diharapkan siswa memiliki keterampilan bermain bolavoli mini. Seperti yang dikemukakan Marta Dinata (2004;5) bahwa tehnik dasar adalah faktor utama selain kondisi fisik, taktik, mental seorang pemain. Langkah awal dalam proses pembelajaran permainan bola voli mini yaitu memperkenalkan macam-macam tehnik dasar bola voli mini terlebih dahulu agar siswa menguasai dan memahaminya. Kemampuan bermain bolavoli mini merupakan hal yang paling mendasar dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. dimana kemampuan siswa kelas V SD Negeri Malawaru dalam bermain bola voli masih belum menguasai teknik dasar yang baik dan benar. Identifikasi masalah yang ada, Penelitian membuat batasan masalah yakni fokus pada tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola voli Mini pada Siswa Kelas V di SDN Malawaru. Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu : “Bagaimana cara meningkatkan keterampilan dasar bermain bola voli?” Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: Untuk mengetahui keterampilan dasar dalam bermain bola voli pada siswa kelas V SD Negeri Malawaru. Kecamatan Bajawa Utara Kabupaten Ngada. Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks, yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang sebab dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar- benar biasa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli (Arif & Alexander, 2019). Dapat kita pahami bahwa permainan bola voli harus memiliki gerakan yang kompleks sehingga dapat

melakukan teknik dengan baik. Service merupakan pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampui net ke daerah lawan. Service adalah pukulan permulaan yang dilakukan oleh yang berhak melakukan service untuk memulai menghidupkan bola kedalam permainan atau tindakan menghidupkan bola kedalam permainan ( Aip Syarifudin dan Muhadi,1992-1993:187 ) Dapat disimpulkan bahwa service merupakan serangan awal yang diharapkan dapat menghasilkan point, atau setidaknya membuat tekanan terhadap lawan agar lawan tidak dapat dengan mudah melakukan serangan.

1. Sikap awal : Berdiri dibelakang garis akhir dengan kaki kiri agak kedepan dari pada kaki kanan, bola depegang tangan kiri distabilkan tangan kanan, pandangan kebola dan penuh konsentrasi
2. Sikap saat perkenaan : Lambungkan bola keatas 10 cm, kira-kira setinggi pinggang, tangan kanan diayun dari arah belakang kedepan atas untuk memukul bola. Perkenaan pada bagian bawah bola dengan cara seperti menyenduk bola dengan ayunan lengan kanan, bola berjalan dengan back spin.
3. Sikap akhir :Setelah memukul bola, kemudian diikuti langkah kaki kanan kedepan,pandangan kejalanya bola, terus masuk kelapangan mengambil sikap siap normal untuk bermain.

Passing atas.

1. Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.
2. Badan sedikit condong kedepan, siku ditekuk jari-jari terbuka membentuk lengkungan setengah bola.
3. Ibu jari dan jari saling berdekatan membentuk segi tiga.
4. Penyentuhan pada semua jari-jari dan gerakanya kedua tangan
5. Menggunakan gerakan kaki untuk menambah kekuatan.

(Sumber :[http://id.wikipedia.org/wiki//Bola voli//Tehnik Bola voli](http://id.wikipedia.org/wiki//Bola_voli//Tehnik_Bola_voli))

Attack atau yang lebih akrab dengan sebutan spike/smash, adalah sebuah tehnik pukulan atau serangan yang bertujuan agar bola dapat mendarat di area. Teknik ini digunakan untuk menahan serangan yang dilakukan lawan. Pertahanan dalam tehnik block dapat berupa menahan serangan lawan agar bola yang dispik oleh pemain lawan tidak mampu melewati net dan tetap berada di area lawan. Untuk

melakukan tehnik block, pemain berdiri dengan menggunakan kedua kaki dalam posisi yang sejajar. Pada saat yang sama, kedua tangan diletakan di depan dada, dengan posisi telapak tangan menghadap ke arah net dan dengan jari- jari terbuka/ dikembangkan selebar mungkin. PBVSI (2001 : 5-6 ). The training techniques that need to be noticed or need to be learned, starting with the simplest(Arif et al., 2019). Dapat kita pahami bahwa untuk awal kita harus memahami dasarnya agar dapat memiliki pondasi yang kokoh. Dilihat dari kajian teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa keterampilan dasar servis, passing, smash dan block dalam permainan bola voli mini di SD dapat dijadikan sebagai sumber untuk meningkatkan kesegaran jasmani, kesehatan statis dan dinamis bagi siswa yang melaksanakanya, Permainan bolavoli mini mini dapat dijadikan sebagai alat untuk melatih kemampuan siswa seperti keterampilan dalam teknik dasar bermain bola voli, kerja sama tim, dan sebagainya,

#### **METODE (The method)**

Penelitian ini adalah penelitian Kualitatif deskriptif tentang meningkatkan keterampilan dasar bermain bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Malawaru, artinya dalam penelitian ini hanya akan ingin mengetahui keterampilan dasar bermain bola voli mini pada siswa kelas V SD Negeri Malawaru tanpa ada pengujian hipotesis dan tanpa adanya perbandingan dengan variabel lain. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2017. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Malawaru pada siswa kelas V yang berjumlah 10 orang dalam meningkatkan keterampilan dasar bermain bola voli mini. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas V SD Negeri Malawaru yang berjumlah 10 orang terdiri dari 7 laki-laki dan 3 orang perempuan. Teknik Pengumpulan Data, Observasi Siswa, Wawancara/Angket dan Dokumentasi

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sekolah Dasar Negeri Malawaru berdiri pada tanggal 15 April 2015 dengan Nomor SK 103a/KEB/PKPO/2015/11/03/2015 yang terletak di Dusun Malawaru Desa Uluwae, Kecamatan Bajawa Utara, Kabupaten Ngada. SDN Malawaru ini mudah dijangkau dengan berjalan kaki dan tanpa mengeluarkan biaya karena letaknya yang strategis berada di satu dusun sehingga memberi kemudahan kepada siswa-siswi untuk pergi bersekolah. Secara khusus tujuan dari SDN Malawaru ini adalah

menyiapkan generasi bangsa sejak dini, yaitu generasi yang mampu dan gemar mempelajarinya, memahami, menghayati, serta mengamalkan semua pendidikan yang didapatinya dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan tersebut diatas menunjukkan bahwa SDN Malawaru secara historis mengalami kemajuan yang cukup baik sesuai dengan kepemimpinan yang ada pada tabel berikut. Hasil dari pelaksanaan penelitian selama 1 bulan menunjukkan bahwa.

Tabel 1. Data Kepala Sekolah

No	Nama kepala sekolah	Masa kepemimpinan	Keterangan
1.	Thomas Keko	2 tahun	Aktif

Tabel 2. Data Guru SDN Malawaru

No	Nama guru dan Pegawai	Pangkat	Golongan	Jabatan
1.	Thomas Keko, NIP:19731116 1001	S.Ag Penata Mu da TK I	III/b	Kepala Sekolah
2.	Bonefasius Keko NIP: 19671029 199903 1 003	Penata Muda Tk I	III/b	Guru Kelas
3.	Yuliana Wunu,S.Pd NIP.19840803 200904 2 014	Pengatur muda Tk.1	II/d	Guru Kelas
4.	Gabriela Nae Aza,S.Pd	-	-	Guru Kelas
5.	Monika Rosan, S.Pd	-	-	Guru kelas
5.	Feliksius Kuza,S.Pd	-	-	Guru PJKR
6.	Felixia Ivoni Gaku	-	-	Tata Usaha
7.	Agustinus Leo	-	-	Peg.PerpuS

Siswa-siswi yang bersekolah di SDN Malawaru berdomisili dimana orang tuanya lahir dan bertempat tinggal di Malawaru. Adapun yang tinggal jauh dari sekolah seperti di RT 01. Berikut ini data jumlah siswa-siswi SDN Malawaru secara keseluruhan di Tahun 2017.

Tabel 3. Data jumlah siswa SDN Malawaru di tahun ajaran 2017/2018.

No	Kelas	Jenis kelamin		Jumlah
		L	P	
1.	III	7	5	12
2.	IV	4	2	6
3.	V	7	3	10
4.	VI	4	10	14
Jumlah				42

Data diatas menyimpulkan dan di perkuat dengan mewawancara dengan kepala sekolah, guru-guru, komite sekolah, bahwa SDN Malawaru sejak berdiri pada tahun

2015 hingga 2017 mengalami kemajuan baik dari segi pembangunan, peningkatan mutu guru, peningkatan sumber daya siswa, dan atas dukungan masyarakat.

Fasilitas olahraga yang dimiliki oleh SDN Malawaru untuk kegiatan praktek lapangan Penjaskes yaitu:

Tabel 4. Fasilitas Olahraga SDN Malawaru

No	Fasilitas Olahraga	Jumlah	Kondisi	Milik	Keterangan
1	Matraks	-	-	-	
2	Pluit/sempritan	2	Baik	Guru PJOK	
3	Cunt	-	-	-	Fasilitas SDN
4	Bola voli	3	Baik	Sekolah	Malawaru
5	Bola kaki	2	Baik	Sekolah	masih sangat
6	Net	2	Baik	Sekolah	terbatas dan
7	Lapangan	2	Baik	Sekolah	belum sesuai.
8	Reket	4	Baik	Sekolah	
9	Bet	4	Baik	Sekolah	
10	Meja ping pong	1	Baik	sekolah	

Dari data tabel di atas menyimpulkan bahwa fasilitas yang dimiliki kurang begitu lengkap atau terbatas dan tidak sesuai dengan jumlah murid yang ada akibatnya pembelajaran Penjas di SDN Malawaru berjalan kurang begitu baik. Tujuan tes ini adalah untuk mengetahui keterampilan mengarahkan bola service ke arah sasaran dengan tepat dan terarah. Alat yang digunakan yaitu lapangan bola voli mini, net, tiang net, tiang bambu 2 buah, dan bola voli 2 buah. Dari pelaksanaan tes service kemampuan siswa bolum bisa melakukannya dengan baik masih banyak yang melakukan kesalahan.

Tes Passing. Alat yang digunakan yaitu dinding atau tembok untuk dibuat garis petak sasaran, Bolavoli mini ukuran nomor 4 ,stopwatch, dan alat tulis. Dalam pelaksanaan tes ini dapat dijelaskan bahwa siswa ada beberapa yang bisa melakukan passing dengan baik, akan tetapi secara keseluruhan banyak yang blom bisa mengarahkan bolanya dengan baik. Smash / Spike.Tes ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan melakukan spike /smash diatas net ke sasaran dengan cepat dan terarah. Dalam pelaksanaanya bola dilambungkan atau diumpun dekat net kearah teste, dengan atau tidak dengan awalan, teste loncat dan memukul bola

melampui jarring ke dalam lapangan di seberangnya dimana terdapat sasaran, akan tetapi banyak siswa yang blom bisa melakukannya dengan baik. Test block teknik ini digunakan untuk menahan serangan yang dilakukan lawan. Pertahanan dalam tehnik block dapat berupa menahan serangan lawan agar bola yang di spike oleh pemain lawan tidak mampu melewati net dan tetap berada di area lawan. Dalam pelaksanaannya banyak siswa yang belum bisa melakukannya

Tabel 5. Data hasil observasi pada saat proses pembelajaran Penjas

No	Komponen	Temuan
1	Kesiapan terhadap pembelajaran penjas dan administrasi, kolaborasi guru dan kepala sekolah, pegawai, komite sekolah dan orang tua murid.	100%
2	proses pembelajaran, kesiapan siswa belajar, kesiapan guru mengajar, peran kepala sekolah, dukungan orang tua.	100%
3	Sarana dan prasarana yang ada meliputi fasilitas olahraga, perputakaan, ruangan kelas, halaman sekolah.	100%
4	Evaluasi guru sekolah yang meliputi tes awal siswa masuk, pelaksanaan tes setiap proses pembelajaran, test semester dan test UN/UAN.	100%
Jumlah		100%

### **SIMPULAN**

Olahraga mempunyai peran yang penting dalam kehidupan manusia. Salah satu cabang olahraga yang digemari di kalangan masyarakat saat ini yaitu cabang olahraga bola voli. Dalam pelaksanaannya olahraga bola voli mini di SDN Malawaru kurang mendapatkan respon yang baik dari pihak sekolah maupun dari siswa. Dikarenakan Kemampuan siswa kelas V SD Negeri Malawaru dalam bermain bola voli masih belum menguasai teknik dasar yang baik dan benar. Fasilitas yang kurang memadai, sehingga kurangnya motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjas. Proses pembelajaran penjas masih membutuhkan bimbingan dari guru penjas. Kurangnya keterampilan dasar bermain bola voli pada peserta didik pada mata pelajaran penjas. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang keterampilan dasar bermain bola voli pada siswa kelas V SD Negeri Malawaru.

### **DAFTAR RUJUKAN**

Arif, Y., Boleng, L. M., Maria, V., Flora, M., & Saba, K. R. (2019). The Effect Of Weight Training Using Inner-Load Outer-Load On The Process Of Developing Chest Muscles In Fitness Members In The City Of Kupang. *International Journal*

*Of Innovation, Creativity And Change*, 5(3), 478–491.

[https://www.ijicc.net/images/vol\\_5\\_iss\\_3/28\\_Neolaka\\_P478\\_2019r.pdf](https://www.ijicc.net/images/vol_5_iss_3/28_Neolaka_P478_2019r.pdf)

Arif, Y., & Alexander, X. F. R. (2019). Pengaruh Latihan Plyometric Jump To Box Terhadap Power Otot Tungkai Pemain Bola Voli Pada Tim Putri Penjaskesrek Undana. *Jurnal Segar*, 8(1), 38–46. <https://doi.org/10.21009/Segar/0801.05Arma>

Aboellah (1990). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud. Depdiknas (2003). *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta

Aip Syarifuddin & Muhadi (1992) *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta : Depdikbud

Marta Dinata.(2004). *Belajar Bolavoli*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya

*Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta

Sugiyono.(2006). *Statistik untuk penelitian*. Bandung:CV Alfabeta

Suharsimi Arikunto, (2002), *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*

Toto Subroto, (2007). *Pembelajaran Permainan Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional

PBVSJ, (2001), *Permainan Bola Voli*. Jakarta: kajian Pustaka. Nasir, (1988).

*Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia Hopkin. Wiratmadja, (2002).

*Wawancara*. Jakarta: Perpustakaan.