

## TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWI KELAS VIII SMP NEGERI 4 HUTARAJA TINGGI KABUPATEN PADANG LAWAS

<sup>1</sup>abcdeBahrul Ulum Nasution \*, & <sup>2</sup>adeToktong Parulian

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau, Pekanbaru, Indonesia

Received 09 Februari 2026; Accepted 10 April 2026; Published 30 Juni 2026



### ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode tes keterampilan (*skill test*). Instrumen penelitian berupa tes praktik yang mengukur enam komponen teknik dasar, yaitu servis bawah, servis atas, *passing* atas, *passing* bawah, *smash*, dan *block*. Subjek penelitian berjumlah 15 siswi yang aktif mengikuti tim bola voli bola voli. Data dianalisis dengan menghitung skor rata-rata untuk setiap teknik dan skor total, kemudian dikategorikan berdasarkan norma penilaian yang berlaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata untuk masing-masing teknik adalah servis bawah (17,67), servis atas (16,93), *passing* atas (16,53), *smash* (16,40), *passing* bawah (14,33), dan *blok* (11,60). Secara keseluruhan, skor total keterampilan teknik dasar bola voli yang dicapai adalah 93,5, yang termasuk dalam kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa peserta tim bola voli telah memiliki pondasi keterampilan dasar yang memadai, meskipun teridentifikasi variasi penguasaan antar teknik dengan blok sebagai aspek yang paling lemah. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih terfokus, khususnya untuk meningkatkan teknik pertahanan, serta menjadi referensi dasar bagi penelitian serupa atau pengembangan model latihan di masa mendatang.

**Keywords:** Keterampilan Teknik Dasar; Bola Voli;

\*Corresponding Author

**Authors' Contribution:** a – Study Design; b – Data Collection; c – Statistical Analysis; d – Manuscript Preparation; e – Funds Collection



## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga kesehatan adalah alat untuk mencapai tujuan dari pendidikan secara utuh dan pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Taqwim et al., 2020). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan wahana untuk mendidik anak. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswi mampu meningkatkan kreativitas, inovatif, dan keterampilan dalam melakukan aktivitas jasmani (Candra & Wahyudi, 2020).

Landasan hukum penyelenggaraan pendidikan jasmani dan kegiatan pembelajaran di Indonesia juga tertuang dalam berbagai peraturan perundang-undangan. Pasal 31 ayat (1) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menyatakan bahwa 'setiap warga negara berhak memperoleh pendidikan'. Selanjutnya, ayat (3) menyatakan bahwa 'Pemerintah mengusahakan dan menyelenggarakan satu sistem pendidikan nasional yang meningkatkan keimanan, ketakwaan, dan akhlak mulia dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.

Hal ini diperkuat oleh Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, khususnya Pasal 3, yang menyatakan bahwa tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat, serta mencerdaskan kehidupan bangsa. Tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa, berakhlak mulia, sehat dan berilmu, serta cakap, kreatif, dan mandiri. Selain itu, mereka juga harus menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Lebih lanjut, Pasal 42(1) Peraturan Pemerintah No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan menetapkan bahwa semua lembaga pendidikan wajib memiliki fasilitas untuk mendukung pembelajaran, termasuk kegiatan tim bola voli. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan tim bola voli, seperti bola voli, merupakan bagian integral dan diakui secara hukum dari sistem pendidikan nasional.

Dengan demikian, program bola voli sekolah tidak hanya menyediakan wadah bagi siswi untuk mengembangkan bakat dan keterampilan mereka, tetapi juga merupakan implementasi praktis dari amanat konstitusional dan perundang-undangan untuk pendidikan yang komprehensif dan seimbang, yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Di sekolah pendidikan jasmani memiliki beberapa cabang olahraga, di antaranya permainan bola voli. Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Sebab dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Selain itu, diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif (Wati & Daharis, 2024). Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang menuntut penguasaan teknik dasar yang baik agar dapat mencapai prestasi yang optimal. Teknik dasar seperti *servis*, *passing*, *smash*, dan *block* merupakan unsur yang fundamental dalam permainan. Penguasaan teknik-teknik tersebut menjadi indikator utama keberhasilan seorang pemain di lapangan. Keterampilan teknik dasar seperti *passing*, *servis*, *smash*, dan *block* merupakan landasan utama dalam permainan bola voli.

Permainan bola voli sering dijadikan bagian dari program tim bola voli di sekolah, karena olahraga ini tidak hanya melatih keterampilan fisik seperti kekuatan, kelincahan, dan daya tahan, tetapi juga mengembangkan kemampuan mental seperti konsentrasi, pengambilan keputusan, dan komunikasi antar pemain. Dalam konteks tim bola voli, bola voli menjadi sarana yang efektif untuk mengajarkan kerja sama tim, sportivitas, dan disiplin kepada siswi. Selain itu, melalui teknik dasar seperti *servis*, *passing*, *smash*, dan *blocking*, program tim bola voli dapat memperkaya pengalaman belajar siswi di luar jam pelajaran formal, sekaligus memberikan kesempatan untuk berprestasi dalam kompetisi antar sekolah. Dengan demikian, bola voli tidak hanya menjadi aktivitas fisik, tetapi juga wahana pendidikan karakter melalui kegiatan tim bola voli.

Pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah melingkupi, pendidikan intrakurikuler, kokurikuler, dan tim bola voli. tim bola voli adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam pelajaran biasa. tim bola voli dilaksanakan guna memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dalam berbagai hal seperti pengetahuan tentang olahraga, kegiatan tim bola voli juga dapat dijadikan sebagai tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh para siswi yang belum tertuang hanya dengan mengandalkan jam pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Dengan adanya tim bola voli disekolah diharapkan kemampuan siswi akan dapat meningkat dengan bentuk-bentuk latihan khusus yang sesuai dengan cabang olahraga yang diikuti dan diminati (Fikri et al., 2021).

Solfema et al. (2019) menyatakan bahwa di sekolah terdapat tiga jenis program

pembelajaran, yaitu intrakurikuler, tim bola voli, dan ko-kurikuler. Program intrakurikuler merupakan kegiatan yang diatur oleh sekolah secara teratur, terjadwal secara sistematis, dan memiliki struktur yang jelas. Program ini berfungsi sebagai inti utama dalam proses pendidikan siswi. Di sisi lain, program ko-kurikuler adalah kegiatan yang berkaitan erat dengan program intrakurikuler dan berperan sebagai penunjang sekaligus pelengkap pelaksanaan kegiatan intrakurikuler. Sementara itu, program tim bola voli melibatkan kegiatan di luar jam pelajaran, yang dapat dilaksanakan baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Tanaka dan Ito (2020) menambahkan bahwa tujuan utama dari program-program ini adalah untuk mendalami, memperkaya, dan memperluas pengetahuan serta keterampilan yang telah dimiliki oleh siswi.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi, kegiatan tim bola voli bola voli merupakan salah satu kegiatan yang diminati oleh siswi. Namun, dalam pelaksanaan kegiatan tersebut masih ditemukan beberapa kendala, antara lain belum adanya tes seleksi untuk mengetahui kemampuan teknik dasar siswi, latihan yang dilakukan belum terstruktur dan cenderung monoton, serta belum adanya evaluasi yang terukur terhadap keterampilan teknik dasar yang dimiliki siswi. Kondisi ini menyebabkan proses pembinaan belum berjalan secara optimal dan prestasi siswi dalam permainan bola voli belum mencapai hasil yang diharapkan.

Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa perlu adanya penelitian untuk mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan teknik dasar permainan bola voli siswi yang mengikuti kegiatan tim bola voli di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi guru atau pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif dan terarah. Berdasarkan latar belakang masalah dan diperkuat dengan gejala yang timbul diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas”. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah : Untuk mengetahui Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. (Zellatifanny & Mudjiyanto, 2018) menyatakan bahwa penelitian dengan tipe deskriptif merupakan sebuah metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan apa adanya. Maksud dari penelitian ini yaitu untuk meneliti dan mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini Seluruh siswi tim bola voli kelas VIII di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas sebanyak 15 orang. Sampel mengacu pada subdivisi populasi yang dipilih untuk tujuan observasi atau penelitian (Susanto et al., 2024). Dalam penelitian ini, sampel yang diambil adalah siswi tim bola voli kelas VII di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas. Dengan menggunakan Teknik pengambilan sampel *total sampling* (Keseluruhan) dengan jumlah 15 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu sebagai berikut Widiastuti (2017) : Tes *passing* atas, *passing* bawah, servis atas dan bawah, tes *block* (bendungan), dan *smash*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, keputskaan, tes dan pengukuran. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif persentase. Rumus Mencari presentasi hasil tes menurut (Widiastuti 2017):

Tabel 1. Norma Setiap Tes Teknik Dasar Bola Voli

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	0	0
2	18 – 20	Baik	0	0
3	15 – 17	Cukup	0	0
4	11 – 14	Kurang	0	0
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0

Rumus :

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

Dimana :

P = Angka presentase

f = Nilai yang diperoleh

N = Jumlah seluruh peserta ekstra

Tabel 2. Kategori Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli

No	Interval	Kategori
1	$X > 107$	Sangat baik
2	91 – 107	Baik
3	74 – 90	Cukup
4	58 – 73	Kurang
5	$X < 57$	Kurang sekali

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil Tes *passing* atas, *passing* bawah, servis atas dan bawah, tes *block* (bendungan), dan *smash* diperoleh analisis data sebagai berikut :

Tabel 3. Student Ability Score

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Passing</i> atas	15	11	22	16.53	2.973
<i>Passing</i> bawah	15	11	16	14.33	1.633
Servis atas	15	13	26	16.93	3.515
Servis bawah	15	11	24	17.67	3.200
<i>Blok</i>	15	8	19	11.60	2.874
<i>Smash</i>	15	13	25	16.40	2.947
Valid N (listwise)	15				

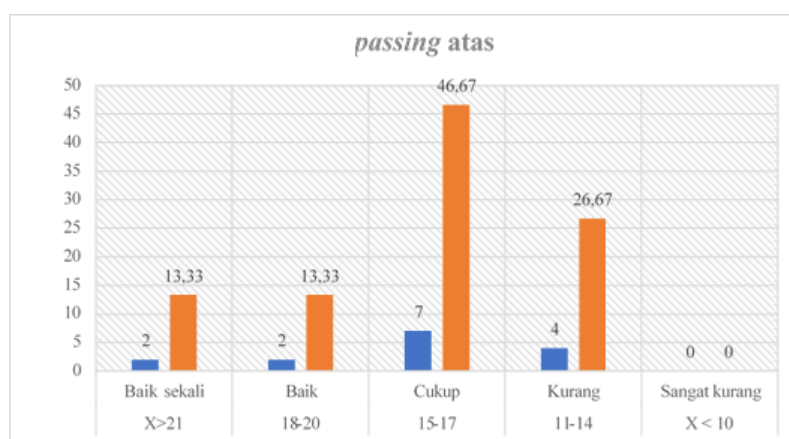
Data hasil masing-masing tes dipaparkan sebagai berikut :

Tabel 4. Pengolahan data tes *passing* atas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	2	13,33
2	18 – 20	Baik	2	13,33
3	15 – 17	Cukup	7	46,67
4	11 – 14	Kurang	4	26,67
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi, dapat disimpulkan bahwa profil kemampuan Siswi Kelas VIII bola voli masih didominasi oleh kategori "Cukup" (46,67%) sebanyak

7 orang, mengindikasikan bahwa kemampuan dasar mayoritas peserta telah terbentuk meski belum mencapai tingkat optimal dan konsisten untuk mendukung permainan yang kompetitif. Hanya 26,67% siswi (4 orang) yang berada dalam kategori "Baik" dan "Baik Sekali", menunjukkan bahwa kurang dari sepertiga peserta yang benar-benar menguasai teknik dasar dengan baik, sehingga pencapaian mereka perlu dipertahankan dan dijadikan contoh bagi siswi lain. Di sisi lain, terdapat 26,67% siswi (4 orang) yang masih berada pada kategori "Kurang" dan memerlukan intervensi serta latihan yang lebih intensif dan terfokus karena mengalami kesulitan signifikan dalam penguasaan teknik. Secara positif, tidak ada siswi yang masuk kategori "Sangat Kurang", menandakan bahwa semua peserta setidaknya telah memiliki pemahaman atau kemampuan dasar minimal dalam permainan bola voli. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat grafik berikut ini:

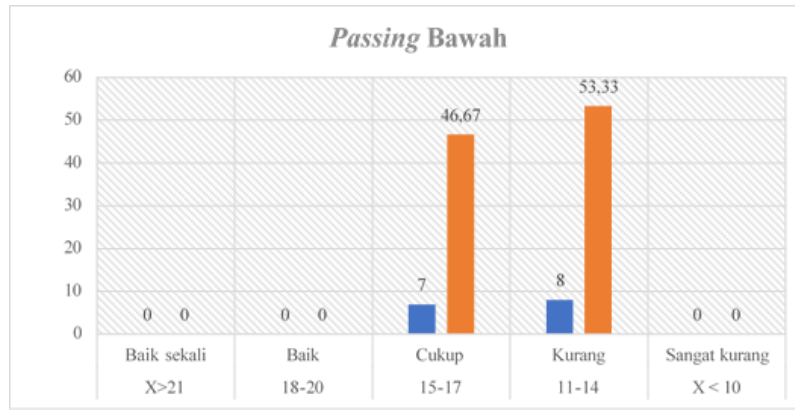


Grafik 1. Hasil Tes pengolahan data *Passing atas*

Tabel 5. Pengolahan data tes *passing bawah*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	0	0
2	18 – 20	Baik	0	0
3	15 – 17	Cukup	7	46,67
4	11 – 14	Kurang	8	53,33
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi, dapat disimpulkan bahwa profil kemampuan Siswi Kelas VIII bola voli berada pada kondisi yang memerlukan perhatian serius, di mana tidak ada satupun siswi yang mencapai kategori "Baik" atau "Baik Sekali". Sebanyak 46,67% siswi (7 orang) berada dalam kategori "Cukup", menunjukkan bahwa hampir setengah peserta telah memiliki landasan kemampuan dasar, namun masih jauh dari tingkat penguasaan yang optimal. Lebih memprihatinkan, mayoritas siswi (53,33% atau 8 orang) justru terkategori "Kurang", yang mengindikasikan bahwa lebih dari separuh peserta mengalami kesulitan yang signifikan dalam menguasai teknik dasar dan memerlukan intervensi serta latihan yang sangat intensif dan terstruktur. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat grafik berikut ini:

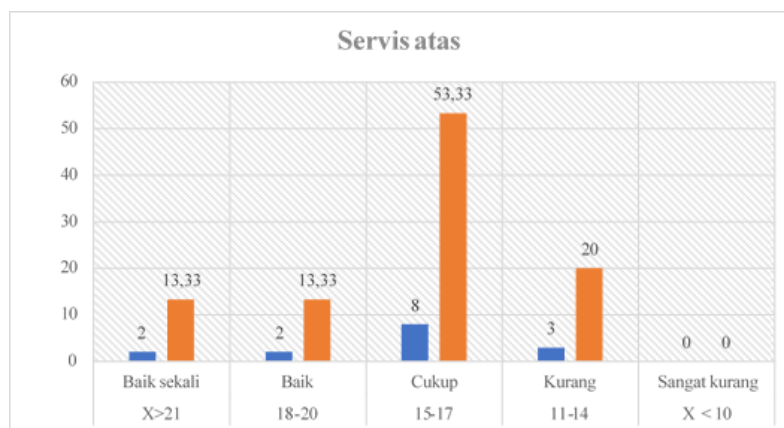


Grafik 2. Hasil Tes pengolahan data *Passing* bawah

Tabel 6. Pengolahan data tes servis atas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	2	13,33
2	18 – 20	Baik	2	13,33
3	15 – 17	Cukup	8	53,33
4	11 – 14	Kurang	3	20
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi ini, profil kemampuan Siswi Kelas VIII bola voli menunjukkan 26,66% siswi (4 orang) telah berhasil mencapai kategori "Baik" dan "Baik Sekali", menandakan munculnya siswi-siswi dengan penguasaan teknik yang solid yang dapat menjadi teladan dan penggerak bagi rekan-rekannya. Mayoritas siswi, yaitu 53,33% (8 orang), berada dalam kategori "Cukup", yang mengindikasikan bahwa landasan kemampuan dasar sebagian besar peserta telah stabil, meski masih memerlukan peningkatan konsistensi dan penerapan dalam situasi permainan yang lebih dinamis. Sementara itu, proporsi siswi dalam kategori "Kurang" telah menurun menjadi 20% (3 orang), sebuah efektivitas intervensi latihan, meski kelompok ini tetap membutuhkan pendekatan khusus dan fokus untuk mengejar ketertinggalan. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat grafik berikut ini:

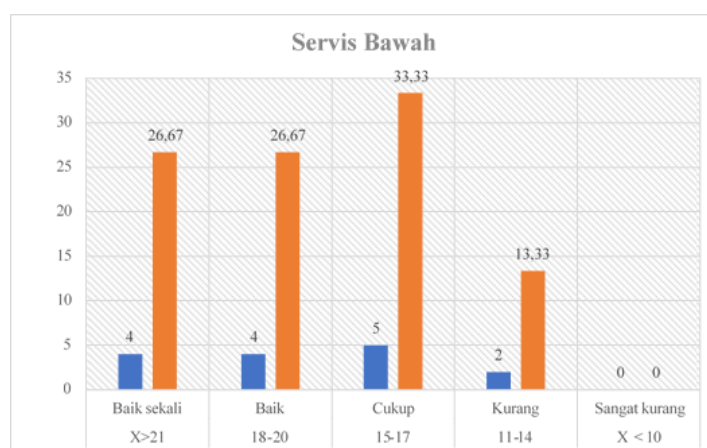


Grafik 3. Hasil Tes pengolahan data servis atas

**Tabel 7. Pengolahan data tes servis bawah**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	4	26,67
2	18 – 20	Baik	4	26,67
3	15 – 17	Cukup	5	33,33
4	11 – 14	Kurang	2	13,33
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi ini, dapat dilihat bahwa Sebanyak 53,34% siswi (8 orang) kini berhasil mencapai kategori "Baik" dan "Baik Sekali", yang menandakan bahwa lebih dari separuh peserta telah menguasai teknik dasar dengan tingkat kompetensi yang tinggi dan dapat diandalkan. Kelompok "Cukup" telah menyusut menjadi 33,33% (5 orang). Mengindikasikan bahwa siswi-siswi di level menengah telah berhasil berkurang dan sebagian besar telah naik ke kategori yang lebih tinggi. Sementara itu, siswi dalam kategori "Kurang" telah berhasil ditekan hingga menjadi minoritas, yaitu hanya 13,33% (2 orang), sebuah pencapaian luar biasa yang menunjukkan efektivitas program latihan yang terdiferensiasi dan terfokus. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat grafik berikut ini :



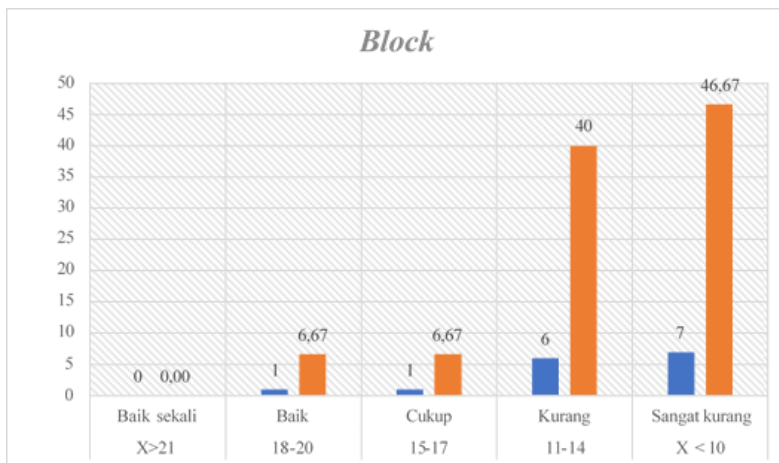
**Grafik 4. Hasil Tes pengolahan data servis bawah**

**Tabel 8. Pengolahan data tes blok (bendungan)**

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	0	0,00
2	18 – 20	Baik	1	6,67
3	15 – 17	Cukup	1	6,67
4	11 – 14	Kurang	6	40
5	$X < 10$	Sangat kurang	7	46,67
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi ini, kemampuan Siswi Kelas Viii bola voli sebagian besar siswi, yaitu 86,67% (13 orang), terletak dalam kategori yang memprihatinkan, dengan 46,67% (7 orang) berada di kategori "Sangat Kurang" dan 40% (6 orang) di kategori "Kurang". Hal ini mengindikasikan bahwa banyak peserta menghadapi kesulitan serius dan fundamental dalam menguasai teknik bola voli. Di sisi lain, jumlah siswi dengan kemampuan memadai menurun secara drastis, dengan hanya 6,67% (1 orang) di kategori "Cukup" dan 6,67% (1 orang) di kategori "Baik", sementara tidak ada siswi yang mencapai kategori "Baik Sekali".uler bola voli mengalami kemunduran yang sangat

signifikan dan mengkhawatirkan. Mayoritas siswi, yaitu 86,67% (13 orang), kini berada dalam kategori yang memprihatinkan, dengan 46,67% (7 orang) terkategori "Sangat Kurang" dan 40% (6 orang) terkategori "Kurang". Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami kesulitan yang sangat serius dan mendasar dalam menguasai teknik bola voli. Sementara itu, jumlah siswi dengan kemampuan yang memadai menyusut drastis, di mana hanya 6,67% (1 orang) yang berada di kategori "Cukup" dan 6,67% (1 orang) di kategori "Baik", serta tidak ada satupun siswi yang mencapai kategori "Baik Sekali". Untuk lebih jelas nya lagi dapat dilihat grafik berikut ini:

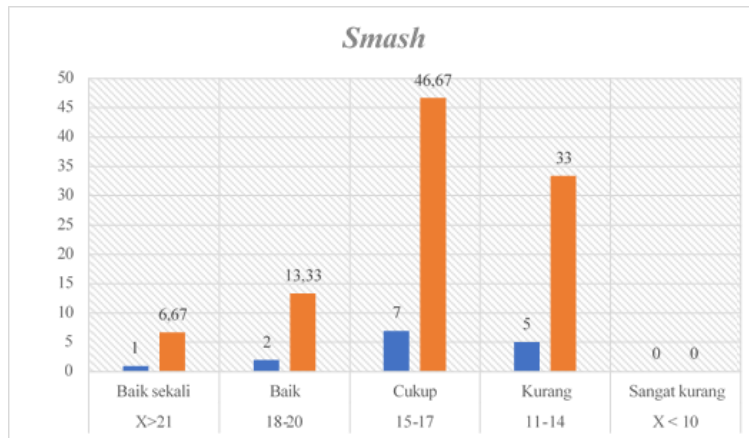


Grafik 5. Hasil Tes pengolahan data blok (Bendungan)

Tabel 9. Pengolahan data tes smash

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X > 21$	Baik sekali	1	6,67
2	18 – 20	Baik	2	13,33
3	15 – 17	Cukup	7	46,67
4	11 – 14	Kurang	5	33
5	$X < 10$	Sangat kurang	0	0
Jumlah			15	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi ini, mayoritas siswi, yaitu 46,67% (7 orang), kini berada dalam kategori "Cukup", menandakan bahwa fondasi kemampuan dasar sebagian besar peserta telah terbentuk kembali, meski masih memerlukan peningkatan konsistensi. Di sisi yang menggembirakan, sebanyak 20% siswi (3 orang) telah berhasil mencapai kategori "Baik" dan "Baik Sekali", menunjukkan munculnya kembali siswi-siswi dengan penguasaan teknik yang lebih baik. Namun, tantangan masih ada dengan 33% siswi (5 orang) yang tetap berada dalam kategori "Kurang", mengindikasikan bahwa kelompok ini masih memerlukan perhatian dan latihan khusus yang lebih intensif. Untuk lebih jelas nya lagi dapat dilihat grafik berikut ini:



Grafik 5. Hasil Tes pengolahan data *smash*

## Pembahasan

Data penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar permainan bola voli pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas memperlihatkan profil kemampuan tim tim bola voli menunjukkan hasil yang menggembirakan yang termasuk dalam kategori Baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar siswi telah memiliki fondasi keterampilan dasar, namun tingkat penguasaan yang optimal dan konsisten untuk mendukung permainan kompetitif masih perlu ditingkatkan secara signifikan.

Penelitian oleh Erimansyah et al. (2025) menemukan bahwa intervensi terstruktur selama 8 sesi secara signifikan meningkatkan keterampilan motorik dasar siswi sekolah dasar, dengan peningkatan yang nyata pada aspek koordinasi, kecepatan, dan kekuatan. Demikian pula, Festiawan (2020) mengonfirmasi bahwa pendekatan pembelajaran yang inovatif mampu meningkatkan keterampilan motorik dasar secara signifikan dibandingkan metode konvensional.

Analisis lebih mendalam mengungkap bahwa teknik *blok* menjadi area dengan tingkat kesulitan tertinggi bagi sebagian besar siswi, dengan skor yang secara konsisten berada pada level terendah dibandingkan teknik lainnya. Hal ini mengidentifikasi kebutuhan spesifik untuk intervensi terfokus pada pengembangan keterampilan bertahan. Temuan ini konsisten dengan penelitian Listyana et al. (2025) yang menunjukkan bahwa keterampilan non-lokomotor (seperti yang dibutuhkan dalam teknik blok) seringkali memerlukan pendekatan pembelajaran yang lebih khusus dan berulang dibandingkan keterampilan lokomotor.

Dalam konteks tim bola voli, hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis penting bagi pelatih dan pembina olahraga di sekolah. Pendekatan pembelajaran yang terdiferensiasi menjadi kebutuhan mendasar, dimana siswi dengan kategori "Baik" dan "Sangat Baik" dapat diberi peran sebagai *peer tutor* atau pemimpin kelompok, sementara siswi dengan kategori "Cukup" dan "Kurang" memerlukan latihan tambahan yang lebih intensif dan terfokus. Penelitian oleh Nurlaila et al. (2025) menunjukkan bahwa strategi pembelajaran kolaboratif dan partisipatif mampu meningkatkan motivasi dan keterampilan siswi secara signifikan, terutama ketika melibatkan siswi berkemampuan tinggi sebagai mentor bagi rekan mereka.

Temuan penelitian ini memperkuat pentingnya evaluasi berkala dan berkelanjutan terhadap program tim bola voli olahraga. Penelitian oleh Isa et al. (2023) menunjukkan bahwa evaluasi progresif melalui beberapa siklus dapat menghasilkan peningkatan hasil belajar yang signifikan, dari 25% pada siklus pertama menjadi 92% pada pertemuan terakhir. Pendekatan serupa dapat diterapkan dalam konteks tim bola voli bola voli,

dimana evaluasi formatif dilakukan secara berkala untuk memantau perkembangan siswi dan menyesuaikan program latihan sesuai kebutuhan.

Lebih jauh, penelitian ini mengidentifikasi perlunya pengembangan model pembelajaran yang lebih inovatif dan kontekstual. Studi oleh Syamsuddin et al. (2024) mengembangkan dan menguji model pembelajaran bola voli yang berpusat pada permainan untuk siswi sekolah dasar, menunjukkan peningkatan yang jauh lebih tinggi pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pendekatan serupa dapat diadaptasi untuk konteks tim bola voli di tingkat SMP, dengan mempertimbangkan karakteristik perkembangan motorik dan psikologis siswi remaja.

. Penelitian oleh Wright et al. (2009) menunjukkan bahwa pendekatan pengajaran yang selaras dengan prinsip konstruktivis sosial memfasilitasi pembelajaran melalui partisipasi aktif dan interaksi sosial. Dalam konteks tim bola voli, lingkungan belajar yang kolaboratif dan suportif dapat menciptakan kondisi optimal untuk pengembangan keterampilan teknik.

Secara praktis, temuan penelitian ini memberikan dasar untuk pengembangan program tim bola voli yang lebih terstruktur dan berbasis bukti. Pelatih dan pembina olahraga dapat menggunakan data evaluasi keterampilan untuk merancang program latihan yang lebih terarah, mengalokasikan sumber daya secara optimal, dan memberikan umpan balik yang konstruktif kepada siswi. Dengan pendekatan yang sistematis dan berkelanjutan, program tim bola voli tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan teknik siswi, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan karakter, disiplin, dan semangat sportivitas yang menjadi tujuan pendidikan jasmani secara holistik.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dari tes keterampilan teknik dasar bola voli pada kegiatan tim bola voli di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas dapat disimpulkan bahwa kemampuan melakukan teknik dasar servis bawah sebesar 17,67. Kemampuan melakukan teknik dasar servis atas sebesar 16,93. Kemampuan melakukan teknik dasar *passing* atas sebesar 16,53. Kemampuan melakukan teknik dasar *passing* bawah sebesar 14,33. Kemampuan melakukan teknik dasar *smash* sebesar 16,40. Kemampuan melakukan teknik dasar *blok* sebesar 11,60. Lalu keseluruhan kemampuan melakukan teknik dasar bola voli pada kegiatan tim bola voli di SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas sebesar 93,5 masuk dalam kategori baik. Bagi peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian lebih lanjut guna mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya penguasaan teknik blok, apakah berasal dari metode latihan, motivasi, fisik (tinggi dan daya lompat), atau kurangnya porsi latihan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah SMP Negeri 4 Hutaraja Tinggi Kabupaten Padang Lawas karena telah membantu pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Selama pelaksanaan penelitian, peneliti tidak menjumpai hambatan berarti dan bersyukur dapat melaksanakan dengan lancar.

## REFERENCES

- Candra, O., & Wahyudi, W. (2020). Motivasi Siswi Dalam Mengikuti Kegiatan Tim bola voli Bolabasket Di Smp Negeri 9 Pekanbaru. *Journal Of Sport Education (Jope)*, 2(2), 70. <https://doi.org/10.31258/jope.2.2.70-78>
- Candra Susanto, P., Ulfah Arini, D., Yuntina, L., Panatap Soehaditama, J., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, Dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.V3i1.504>
- Efendi, E., & Zulkifli. (2023). Meningkatkan Hasil Passing Bawah Bola Voli Melalui Gaya Mengajar Inklusi. *Journal Of Social Science Research* 2, 3, 1403–1411. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Febriady, & Yulianti, M. (2019). *Upaya Meningkatkan Servis Bawah Bolavoli Melalui Metode Modifikasi Alat Pada Siswi Kelas 5 A Sekolah Dasar Negeri 150 Pekanbaru*. Universitas Islam Riau.
- Maharani, A. R. P., & Candra, O. (2023). Analisis Kondisi Fisik Atlet Junior Bolavoli Club H2r Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 2(2), 376–383. <https://doi.org/10.47233/jpst.V2i2.874>
- Mufiidah, A., & Daharis. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Melalui Metode Demonstrasi Permainan Bola Voli Pada Siswi Kelas Xi Sman 1 Pangkalan Kerinci. *Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.56466/Orkes/Vol1.Iss3.87>
- Nathial, Mandeep Singh. (2012). Motion Assessment Of Volleyball Overhead Serve. *International Scientific Journal Of Sport Sciences*, 1(2), 105–112. <http://www.indianjournals.com/ijor>.
- Ningrat, A. A., & Alficandra. (2015). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Hasil Servis Atas Siswi Dalam Permainan Bolavoli Di Sma Negeri 1 Bungaraya Kabupaten Siak. *Innovative: Journal Of Social Science Research Volume*, 3(6), 80–93. <https://doi.org/10.5040/9781474284776.654>
- Oktarisno, A., & Cendra, R. (2023). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Jari Terhadap Kemampuan Passing Atas Bolavoli Siswi Kelas Viii Sma Negeri 1 Kuantan Mudik Kabupaten Kuantan Singingi. *Science And Education Journal (Sicedu)*, 2(3), 486–496. <https://doi.org/10.31004/Sicedu.V2i3.151>
- Saputra, J., & Henjilito, R. (2024). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Servis Atas Permainan Bola Voli Putra Pada Atlet Club Rajawali.

---

*Education And Learning Journal*, 3(3), 17–21.  
<https://doi.org/10.1080/17461391.2021.18>

Septi Sistiasih, V., & Reza Pradana, S. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580.  
<https://doi.org/10.29408/Porkes.V5i2.7079>

Supriyadi, A., & Dupri. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Bola Voli Dengan Menggunakan Sistem Daring Siswi Kelas Xii Mipa 2 Ma Maditun Najah Rengat* (Vol. 16, Issue 2). Universitas Islam Riau.

Tedy, & Yulianti, M. (2024). Survei Teknik Passing Bawah Bolavoli Murid Kelas Vii Smp Ylpi Pekanbaru. *Integrated Sport Journal*, 30(9), 78–84.  
<https://doi.org/10.58707/Isj.V2i3.734>

Wijayanto, A., Ginanjar, S., Marani, I. N., Festiawan, R., & Qomara, D. A. (2024). Unjuk Kinerja Dalam Mengoptimalkan Potensi Pada Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. In *Akademia Pustaka* (Issue 5). Akademia Pustaka.  
<https://doi.org/10.5281/Zenodo.11387895>

Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskripsi Dalam Ilmu Komunikasi. *Diakom : Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83–90.  
<https://doi.org/10.17933/Diakom.V1i2.20>