

## PENINGKATAN PEMAHAMAN TEKNIK DASAR BOLAVOLI PADA SISWA PENGURUS OSIS UPT SMPN 1 SIAK HULU KABUPATEN KAMPAR

Mimi Yulianti<sup>1</sup>, Rika Ningsih<sup>2</sup>, Enjel Kirana<sup>3</sup>, Leli Haryani<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Riau  
e-mail: mimipenjas@edu.uir.ac.id<sup>1</sup>, rikaningsih@edu.uir.ac.id<sup>2</sup>, enjelkirana2003@gmail.com<sup>3</sup>,  
haryanileli06@gmail.com<sup>4</sup>

### Abstrak

Penguasaan pengetahuan dan pemahaman serta keterampilan tentang teknik dasar permainan bolavoli Pada Siswa Pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar masih sangat rendah sehingga perlu ditingkatkan melalui pelatihan teknik dasar permainan bolavoli yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan penguasaan keterampilan teknik dasar bolavoli. Untuk itu solusi yang ditawarkan adalah 1) Mempersiapkan materi latihan teknik dasar permainan bolavoli, meliputi teknik servis, passing, smes dan blok, 2) Menyajikan materi teori dan praktek tentang teknik dasar bolavoli, menggunakan metode ceramah, dan demonstrasi. 3) Mengadakan evaluasi, untuk mengetahui tingkat penguasaan materi pelatihan. Adapun manfaat manfaat yang diperoleh : 1) Meningkatkan pemahaman teori teknik dasar permainan bolavoli Pada Siswa Pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar, 2) Meningkatkan penguasaan teknik dasar permainan bolavoli dalam bentuk praktek, 3) Meningkatkan keterampilan bermain dalam bentuk bermain/bertanding. Adapun luaran: 1) Peserta memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang teori teknik dasar bolavoli., Kesimpulan: 1) Pengetahuan dan pemahaman teknik dasar permainan bolavoli Siswa Pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar makin meningkat, 2) Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli Siswa sekolah menengah pertama UPT negeri 1 Siak Hulu meningkat.

**Kata kunci:** Voli, Teknik Dasar, Pengetahuan

### Abstract

Mastery of knowledge, understanding and skills regarding basic volleyball playing techniques among OSIS Management Students at UPT SMPN 1 Siak Hulu, Kampar Regency is still very low so it needs to be improved through training in basic volleyball playing techniques which aims to increase knowledge, understanding and mastery of basic volleyball technical skills. For this reason, the solution offered is 1) Preparing training material on basic volleyball techniques, including serving, passing, smash and block techniques, 2) Presenting theoretical and practical material on basic volleyball techniques, using lecture and demonstration methods. 3) Conduct an evaluation to determine the level of mastery of the training material. The benefits obtained are: 1) Improving theoretical understanding of the basic techniques of playing volleyball among students of OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu, Kampar Regency, 2) Increasing mastery of basic techniques of playing volleyball in the form of practice, 3) Improving playing skills in the form of playing/competing. The outcomes: 1) Participants have knowledge and understanding of the basic technical theory of volleyball. Conclusion: 1) Knowledge and understanding of the basic techniques of playing volleyball for OSIS UPT Management Students at SMPN 1 Siak Hulu, Kampar Regency is increasing, 2) Mastery of basic techniques for playing volleyball for school students junior high school UPT Negeri 1 Siak Hulu increased.

**Keywords:** Volleyball, Basic Techniques, Knowledge

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan jasmani sebagai alat perantaranya. Pendidikan jasmani tidak lepas dari usaha pendidikan pada umumnya. Pendidikan jasmani merupakan usaha mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak ke arah kehidupan jasmani atau fisik yang diprogram secara ilmiah, terarah dan sistematis, yang disusun oleh lembaga pendidikan yang berkompeten. Kegiatan olah raga juga merupakan salah satu bentuk dari kependidikan. (Yusmar, 2017). Pendidikan jasmani yaitu kontribusi bagian dari program pendidikan secara umum, terutama melalui pengalaman gerak untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan anak. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui pengalaman gerak yang

mendorong kemampuan fisik, keterampilan motorik, perkembangan kognitif, perkembangan sosial-emosional dan spiritual. (Nugraha, 2015).

Bola voli adalah salah satu olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan, dengan tujuan utama untuk menjatuhkan bola ke area lawan dan mencegah bola jatuh di area sendiri. Permainan ini membutuhkan kerjasama tim yang baik, keterampilan individu, dan pemahaman taktik. Untuk dapat bermain dengan efektif, penguasaan teknik dasar bola voli menjadi aspek yang sangat penting.

Teknik dasar dalam bola voli mencakup gerakan-gerakan fundamental yang menjadi fondasi dalam permainan. Teknik-teknik ini meliputi servis, passing, smash, blocking, dan setting. Setiap teknik memiliki peran dan fungsi tertentu dalam mendukung permainan tim secara keseluruhan. Pemain yang menguasai teknik dasar dengan baik tidak hanya dapat meningkatkan performa individu, tetapi juga memberikan kontribusi besar terhadap keberhasilan tim.

Penguasaan teknik dasar bola voli tidak hanya membutuhkan latihan fisik, tetapi juga pemahaman tentang aturan permainan, koordinasi tubuh, serta kemampuan membaca situasi di lapangan. Selain itu, pembelajaran teknik dasar bola voli juga mengajarkan nilai-nilai penting seperti disiplin, kerja sama tim, dan sportivitas. Oleh karena itu, mempelajari teknik dasar bola voli merupakan langkah awal yang krusial bagi siapa pun yang ingin berprestasi dalam olahraga ini.

Passing bola voli adalah tindakan yang dilakukan untuk mengawali atau memulai suatu permainan olahraga bola voli. Dalam olahraga bola voli passing juga merupakan serangan awal, oleh karena itu setiap pemain yang melakukan passing akan berusaha untuk membuat bola passing yang mematikan lawan, seperti laju bola cepat, keras, mengarah pada daerah yang kosong, mengarah pada pemain yang lemah, tidak begitu menguasai passing atau sebagainya. (Fanani, 2020). Dalam upaya untuk mengoptimalkan pengembangan potensi siswa sesuai dengan tujuan pendidikan yang telah ditetapkan, penting bagi sekolah untuk memperhatikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang. Aspek kognitif melibatkan kemampuan berpikir secara logis dan pemahaman konsep, sementara aspek afektif mencakup etika, sikap, minat, dan disiplin. Di sisi lain, pengembangan aspek psikomotor terkait erat dengan keterampilan gerak, yang menjadi fokus dalam bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK). (Yulianti et al., 2024).

Adapun tujuan kegiatan pelatihan ini bagi masyarakat dalam program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah sebagai berikut : 1) Memberikan pemahaman teori teknik dasar permainan bolavoli siswa SMP negeri 1 Bungoro Pangkep, 2) Memberikan penalaman penguasaan teknik dasar permainan bolavoli dalam bentuk praktek, 3) Memberikan pengalaman penguasaan keterampilan bermain melalui kegiatan bermain/bertanding. (Rizal et al., 2020).

## METODE

Metode : (a) Metode demonstrasi tujuannya yaitu memperlihatkan teknik dasar bola voli secara langsung. Pelatih atau instruktur mencontohkan gerakan teknik dasar di depan siswa. Fokus pada detail gerakan seperti posisi tubuh, langkah kaki, dan koodinasi tangan. Adapun manfaat memberikan gambaran nyata kepada siswa mengenai teknik yang benar.

(b) Metode ceramah tujuannya agar guru dapat menyampaikan materi yang luas atau kompleks secara terstruktur serta menjelaskan poin-poin penting dari materi. Manfaatnya adalah guru tidak banyak memerlukan fasilitas atau alat bantu sehingga metode ini dapat diterapkan diberbagai kondisi. Metode pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini dibagi menjadi 3 tahap, yakni :

1. Tahap persiapan kegiatan merupakan tahap penetapan mitra sasaran, survei permasalahan mitra sasaran dengan melakukan wawancara pada Pembina Osis SMPN 1 Siak Hulu, koordinasi tim pengabdian Masyarakat dan mitra sasaran dalam mengikuti kegiatan, serta persiapan alat dan baha yang diperlukan dalam kegiatan.
2. Tahap Pelaksanaan dilakukan mulai dari pemberian materi terkait dengan Teknik dasar bolavoli secara teori didalam kelas selama 30 menit. Kemudian dilanjutkan dengan mempraktekkan Teknik dasar bolavoli secara langsung.
3. Tahapan evaluasi yakni mengevaluasi setiap Gerakan Teknik dasar yang sudah dilakukan oleh siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan Teknik Dasar. Setelah mengikuti pelatihan, siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai teknik dasar bola voli seperti.

Passing bawah dan atas, siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar lebih memahami posisi tubuh, cara memegang bola, serta koordinasi gerakan tangan dan kaki. Servis Dasar, terjadi peningkatan akurasi dan konsistensi dalam melakukan servis, terutama servis bawah. Smash walaupun masih perlu pengembangan, siswa mulai menguasai teknik ayunan tangan dan loncatan untuk smash. Blocking siswa mampu memahami konsep dasar block sebagai bentuk pertahanan. Perbaikan keterampilan praktik pelaksanaan praktik langsung.

Guru membantu siswa memperbaiki gerakan ataupun postur dan teknik dalam permainan bola voli sehingga gerakan lebih efektif dan efisien. Memotivasi dan meningkatkan antusiasme siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar terhadap olahraga bola voli. Siswa lebih semangat dalam mengikuti sesi pembelajaran. Ada peningkatan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Beberapa siswa menunjukkan minat untuk berkompetensi di tingkat sekolah. Umpan balik dan evaluasi kepada siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar menyatakan bahwa pembelajaran ini membantu mereka lebih memahami dasar-dasar bola voli.

## SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan dasar bola voli pada siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar. Kegiatan ini juga memberikan dampak positif pada pengembangan karakter siswa, terutama dalam kerjasama tim dan sportifitas. Langkah selanjutnya adalah mempertahankan program ini dan mengembangkan pelatihan untuk teknik yang lebih lanjut.

## SARAN

Kosintensi dalam melanjutkan pelatihan secara berkala agar siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar dapat meningkatkan keterampilan mereka secara berkesinambungan dengan adanya program lanjutan dapat mencakup pelatihan teknik lanjutan. Adanya evaluasi rutin terhadap kemajuan siswa pengurus OSIS UPT SMPN 1 Siak Hulu Kabupaten Kampar melalui tes keterampilan atau simulasi pertandingan. Kolaborasi serta melibatkan guru olahraga supaya dapat membantu mempertahankan program setelah kegiatan pengabdian selesai.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terimakasih kepada pihak sekolah, khususnya kepala sekolah, guru olahraga, dan staff pendukung, atas kerjasama dan fasilitas yang diberikan selama program berlangsung.

Kami juga mengapresiasi semangat dan antusiasme siswa yang telah menjadi peserta utama kegiatan ini. Kesungguhan kalian dalam belajar dan berlatih menjadi inspirasi bagi kami untuk terus berkontribusi. Kami berharap sinergi ini dapat terjalin dimasa yang akan datang untuk mendukung pembangunan pendidikan dan olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fanani, Z. (2020). Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill. *Education Journal : Journal Educational Research and Development*, 4(2), 111–126.
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 557–564. <https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Rizal, A., Saleh, M. S., & Latuheru, R. V. (2020). Pelatihan Teknik Dasar Permainan Bolavoli pada Siswa SMP Negeri 1 Bungoro Pangkep. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 118–123.
- Yulianti, M., Ningsih, R., Dhona, A. R., & Riau, U. I. (2024). *Community Education Engagement Journal*. 5(2), 47–55.
- Yusmar. (2017). Upaya peningkatan teknik permainan bola voli melalui modifikasi permainan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.