

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pemahaman

a. Pengertian Pemahaman

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pemahaman adalah proses, cara, perbuatan memahami atau memahamkan. Istilah pemahaman berasal dari akar kata paham yang menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai pengetahuan banyak, pendapat, aliran, mengerti benar. Adapun istilah pemahaman ini sendiri diartikan dengan proses, cara, perbuatan memahami atau memahamkan. Pemahaman memiliki arti yang sangat penting dalam setiap pelaksanaan tugas ataupun pekerjaan. Pengetahuan tidak akan bermakna dalam penerapan apabila dalam penerapan tidak didukung oleh suatu pemahaman terhadap pengetahuan itu sendiri. Demikian halnya dengan pemahaman tidak akan bermakna atau terwujud apabila sebelumnya tidak ada pengetahuan yang membentuk (Hastuti, 2011).

Dalam pembelajaran, pemahaman dimaksudkan sebagai kemampuan siswa untuk dapat mengerti apa yang telah diajarkan oleh guru. Dengan kata lain, pemahaman merupakan hasil dari proses pembelajaran. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa pemahaman adalah suatu proses mental terjadinya adaptasi dan transformasi ilmu pengetahuan.

Pemahaman (comprehension) yaitu tingkat kemampuan yang mengharuskan seseorang untuk memahami arti atau konsep, situasi serta fakta yang diketahuinya dengan kata lain seberapa mampu seseorang melakukan suatu pekerjaan dengan berkaitan pemahaman yang dia miliki. Memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi dan pemahaman itu sendiri merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan atau hafalan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pemahaman merupakan tingkat kemampuan seseorang untuk memahami suatu konsep dan fakta yang mereka ketahui. Seseorang akan paham setelah sesuatu itu diketahui dan diingat melalui penjelasan. Seseorang harus mempelajari atau menerima apa yang diajarkan, memahami apa yang dikomunikasikan, dan dapat menggunakan materi dalam kegiatan tertentu.

b. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Pemahaman

1) Faktor Interen

Yaitu intelegensi, orang berpikir menggunakan inteleknnya. Cepat tidaknya dan terpecahkan atau tidaknya sesuatu masala tergantung kepadakemampuan intelegensinya. Dilihat dari intergensinya,kita dapat mengatakan seseorang itu pandai ataubodoh, pandai sekali atau cerdas (jeniyus) atau pardir, dengun (idiot).¹¹ Berpikir adalah salah satu kreaktipfan pribadi manusia yang mengakibatkan penemuan

yang terarah kepada sesuatu tujuan. Kita berpikir untuk menemukan pemahaman atau pengertian yang kita kehendaki.

2) Faktor Eksteren

Yaitu berupa faktor dari orang yang menyampaikan, karena penyampaian akan berpengaruh pada pemahaman. Jika bagus cara penyampaian maka orang akan lebih mudah memahami apa yang kita sampaikan, begitu juga sebaliknya.

c. Tingkat Pemahaman

Pemahaman merupakan salah satu kemampuan yang dapat dicapai setelah pemain melakukan kegiatan belajar dalam permainan bola voli. Setiap atlet memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami peraturan permainan bola voli, ada yang mampu memahami materi secara menyeluruh dan ada juga yang sama sekali tidak dapat mengambil inti dari apa yang telah pelajari, sehingga yang didapat hanya sebatas mengetahui, untuk itulah terdapat tingkatan dalam pemahaman.

Menurut (Bambang Subali 2012: 34 dalam Sholihin, 2017), “pemahaman (*comprehension*), merupakan kemampuan terendah dari mengerti dan membagi dalam beberap tingkatan”, yaitu :

- 1) Translasi (penerjemahan), yaitu kemampuan menjelaskan suatu maksud, misalnya menyatakan kembali kata-katanya sendiri tentang suatu definisi, maksud dan sebagainya.

- 2) Interpretasi (penafsiran), yaitu kemampuan mengartikan suatu informasi, misal menjelaskan hal yang berhubungan, mengurutkan atau menyusun kembali sesuai dengan urutannya dan sebagainya.
- 3) Ekstrapolasi, yaitu kemampuan untuk memperkirakan tentang faktor faktor yang berpengaruh, menarik kesimpulan dan sebagainya.
- 4) Jastifikasi, yaitu kemampuan membenarkan suatu metode. Semua dapat dihubungkan dengan penerapannya atau dihubungkan dengan informasi lain.

Dalam tingkat ini dijelaskan bahwa ada sejumlah perbedaan kemampuan yang masing-masing memiliki kelebihan dalam menafsirkan pengetahuan. Menurut (Daryanto 2012: 106 dalam Sholihin, 2017) kemampuan pemahaman berdasarkan tingkat kepekaan dan derajat penyerapan materi dapat dijabarkan ke dalam 3 tingkatan, yaitu :

- 1) Menerjemahkan (translation). Pengertian menerjemahkan bukan hanya berarti pengalihan arti dari bahasa yang satu ke dalam bahasa yang lain. Dapat juga dari konsepsi abstrak menjadi suatu model, yaitu model simbolik untuk mempermudah orang dalam mempelajarinya. Pengalihan konsep yang dirumuskan dengan kata-kata ke dalam gambar grafik dapat dimasukkan dalam kategori menerjemahkan.
- 2) Menafsirkan (interpretation). Kemampuan ini lebih luas dari pada menerjemahkan. Hal ini merupakan kemampuan untuk mengenal

dan memahami. Menafsirkan dapat dilakukan dengan cara menghubungkan pengetahuan yang lalu dengan pengetahuan yang diperoleh berikutnya, menghubungkan antara grafik dengan kondisi yang dijabarkan sebenarnya, serta membedakan yang pokok dan tidak pokok dalam pembahasan.

- 3) Mengekstrapolasi (extrapolation). Berbeda dari menerjemahkan dan menafsirkan, tetapi lebih tinggi sifatnya karena menuntut kemampuan intelektual yang lebih tinggi sehingga seseorang dituntut untuk bisa melihat sesuatu yang tertulis.

Tingkatan tersebut berbeda dengan pendapat yang diungkapkan oleh Bambang Subali, ketiga tingkatan tersebut bukanlah perbedaan kemampuan yang memiliki kelebihan masing-masing, tetapi tingkatan tersebut mengacu pada kemampuan seseorang untuk memahami pengetahuan dengan kemampuan intelektual yang semakin tinggi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan dari uraian di atas bahwa memahami setiap pengetahuan memiliki batas dan kelebihan, setiap orang memiliki kemampuan dan tingkatan yang berbeda-beda. Untuk mencapai pemahaman yang setara antara semua orang, perlu mempelajari karakteristik setiap individu atau kelompok. Selain itu juga membutuhkan upaya dan perhatian yang lebih mendalam untuk mengembangkannya.

2. Bola Voli

a. Sejarah Permainan Bola Voli

Bola voli merupakan salah satu jenis cabang olahraga permainan yang terus berkembang dan sudah sangat dikenal dan disukai oleh masyarakat luas. Hal ini terlihat dengan banyaknya pertandingan – pertandingan antar club yang dilaksanakan di tingkat daerah hingga tingkat nasional. Berkaitan dengan perkembangan olahraga permainan bola voli (Wiradihardja, sudrajat dan syarifudin 2017:16 dalam Yuniar, 2017) “permainan bola voli sangat menyenangkan, banyak orang yang melakukan salah satu kegiatan rekreasi. Sebagian lainnya melakukan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli yang diarahkan melalui prestasi”.

Menurut Yusmar (2017) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan masing – masing grup memiliki enam orang pemain”. Tujuan permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayah sendiri.

Permainan bola voli ditemukan pada tahun 1895 oleh William G Morgan dari Amerika Serikat. Pada mulanya permainan ini bernama Mintonette, mengingatkan dari permainan ini di mainkan dengan melambungkan bola (memukul-mukul bola) sebelum bola tersebut menyentuh lantai, maka pada tahun 1896 oleh Prof. H.T. Halsted mengusulkan nama permainan menjadi “*Volley Ball*”.

Indonesia mengenal permainan bola voli sejak tahun 1928 pada zaman penjajahan Belanda. Diperkenalkan oleh guru-guru Belanda yang bertugas disekolah-sekolah lanjutan HBS dan AMS dan tentara Belanda. Selain itu angkatan laut Jepang (saat pendudukan tentara Jepang) ikut pula memperkenalkan permainan bola voli terutama di Indonesia bagian Timur. Setelah Indonesia merdeka, banyak bekas tentara Belanda yang bergabung dengan TNI dan ikut serta mempopulerkan permainan bola voli pada masyarakat Indonesia. Permainan bola voli di Indonesia sangat pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia. Pembentukan induk organisasi bola voli dipelopori oleh Ikatan Perkumpulan *Volleyball* Surabaya (IPVOS) dan Persatuan *Volleyball* Indonesia Djakarta (PERVID).

Permainan bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Di samping itu kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang di perbuatnya.

b. Permainan Bola Voli

Permainan bola voli pada awalnya ide dasarnya adalah permainan memantulkan mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai

ukuran-ukuran tertentu. Untuk masing-masing regu, lapangan di bagi dua sama besar sama net atau trali yang di bentangkan di atas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Satu atau pemain tidak boleh memantulkan bola dua kali secara berturut-turut dan satu regu dapat memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan di lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan bola di lapangan lawan atau mematikan bola dipihak lawan. Permainan dimulai dengan pukulan servis. Peraturan dasar yang digunakan adalah bola harus dipantulkan oleh tangan, lengan, atau lengan depan badan dan anggota badan. Bola harus ke lapangan lawan melalui net atas (Subroto dan Yudiana, 2010:36 dalam (Ramdansyah et al., 2023)

Permainan dimulai dengan undian melempar koin di antara kedua kapten. Pemenangnya berhak memilih melakukan servis atau menerima servis. Melakukan hak servis di atur pada setiap set dimulai sampai set penentuan dimana dilakukan undian untuk kedua kalinya. Kedua tim bertukar tempat ketika mencapai angka delapan pada set penentuan, tetapi apabila kedua kapten setuju untuk tidak bertukar tempat maka kedua tim akan tetap berada di sisi yang sama.

Bola voli dimainkan oleh dua tim di mana setiap tim beranggotakan 6 pemain dalam suatu lapangan pertandingan. Kedua tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola atau menyerang melalui net ke arah bidang lapangan lawan sedemikian rupa agar lawan tidak dapat mengembalikan bola.

Penyerangan biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang terdiri dari operan kepada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang dan melakukan sebuah smash yang diarahkan ke bidang lapangan lawan. Setiap tim dibolehkan paling banyak 3 kali menyentuh bola secara bergiliran. Apabila sentuhan pertama merupakan sentuhan blok, maka tim tersebut tetap memperoleh 3 sentuhan untuk menyusun penyerangan.

Terdapat 6 pemain dalam sebuah tim, tiga orang disebut pemain depan dan tiga orang sebagai pemain belakang. Para pemain harus berada pada posisi rotasi yang benar sebelum servis dilakukan. Setelah servis dilakukan, para pemain diperbolehkan untuk bermain di posisi manapun, di dalam atau di luar bidang lapangan permainan. Dengan syarat pemain baris belakang tidak boleh meninggalkan daerahnya untuk memukul bola menyebrangi net dari posisi yang lebih tinggi dari bagian atas net ketika berada di depan garis serang. Bila sebuah tim berhasil memperoleh angka, sehingga pindah bola dari sebelumnya servis dilakukan oleh lawan, maka tim tersebut berotasi satu posisi searah jarum jam. Servis dilakukan oleh pemain kanan belakang, pemain yang sama akan terus melakukan servis sepanjang tim yang memegang servis memenangkan tiap-tiap reli. Bila memegang servis memenangkan reli maka mendapatkan satu angka dan melakukan servis lagi. Bila tim yang menerima servis memenangkan reli maka ia berhak melakukan servis sekaligus memperoleh angka. Suatu pertandingan

bola voli dapat berlangsung minimal 3 set dan maksimal 5 set. Setiap set dimenangkan oleh regu yang terlebih dulu mendapatkan 25 dengan selisih angka minimal dua angka. kecuali set penentu adalah hanya mendapatkan 15 angka dengan selisih angka minimal dua angka dari angka lawan.

c. Teknik Dasar Bola Voli

Terdapat beberapa teknik dasar permainan bola voli yang harus dikuasai oleh para pemainnya. Adapun beberapa teknik dasar permainan bola voli adalah sebagai berikut:

1) Servis

Servis adalah salah satu teknik dasar yang digunakan untuk memulai suatu set atau pertandingan, pada awalnya digunakan untuk melayani lawan untuk melakukan penyerangan tetapi seiring dengan berkembangnya olahraga bola voli, servis digunakan untuk menyerang lawan, servis yang baik dapat mengacaukan pertahanan lawan dan menyulitkan lawan untuk melakukan serangan. Servis merupakan teknik dasar yang penting dalam permainan bola voli, kemampuan servis yang baik dapat digunakan untuk memperoleh point dan mengacaukan posisi bertahan lawan (Winarno dkk, 2013:38 dalam Nasri et al., 2021).

a) Servis Bawah

Merupakan servis yang paling sederhana, dan banyak dilakukan oleh pemain pemula. Ciri bola hasil pukulan Servis adalah

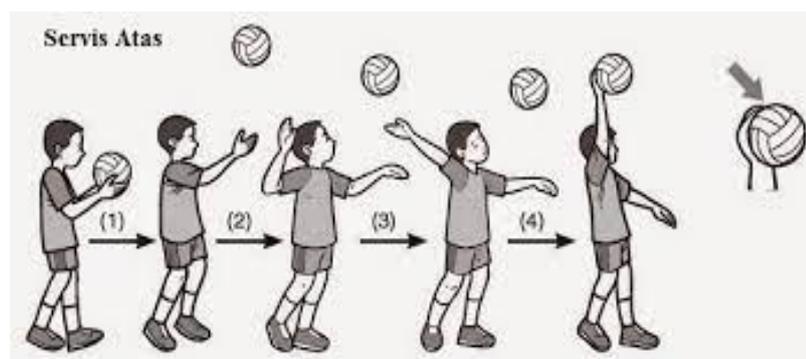
melambung, sehingga bagi pemain yang sudah memiliki keterampilan tinggi, menerima bola dari servis ini sangat mudah (Subroto dan Yudiana, 2010:52 dalam Putro & Ismoko, 2017). Service bawah dilakukan dengan memukul permukaan dari area atau tempat service dengan ayunan tangan dari bawah untuk mencoba menghidupkan bola selama permainan.



Gambar 2. 1 Servis Bawah

b) Servis Atas

Servis atas adalah teknik dasar servis yang dilakukan dengan perkenaan bola diatas kepala. Servis atas memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi, tujuan utama servis atas adalah mempercepat laju bola menukik dari atas ke bawah.



Gambar 2. 2 Servis Atas

c) Jumping Servis

Jumping servis adalah servis lengan awalan lompat dan teknik pukulan seperti smash di depan net. Ini adalah salah satu senjata ampuh untuk mengacaukan serangan kombinasi lawan. Sebuah tim memerlukan minimal dua hingga tiga orang jumping servis yang dapat mengacaukan irama permainan lawan.

Menurut (Winarno et al., 2013) bahwa teknik servis atas jumping sering digunakan dalam pertandingan bolavoli karena hasil pukulannya keras dan cepat, sangat efektif digunakan sebagai serangan pertama. Jumping servis adalah jenis servis yang paling sulit, Ketika sedang melakukan servis ini pemain harus melompat ke udara (hampir sama dengan suatu serangan ke arah jaring) untuk menyentuh bola yang dilemparkan.



Gambar 2. 3 Jumping Servis

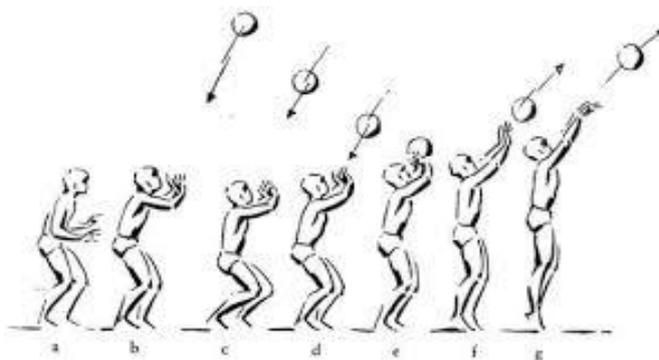
2) *Passing*

Passing adalah upaya untuk memindahkan bola dengan cara tertentu di area permainan tim sendiri, bisa lewat atas maupun bawah. Untuk dapat memainkan bola di udara dalam jangka waktu yang lama dalam

permainan bola voli, maka pemain tersebut harus terampil melakukan *passing*, baik *passing* atas maupun *passing* bawah. Keterampilan melakukan *passing* dengan baik merupakan modal utama dalam bermain bola voli. *Passing* merupakan teknik dasar yang paling sering frekuensinya digunakan dalam permainan bola voli. Sehingga teknik *passing* ini benar – benar harus dikuasai oleh setiap pemain (Winarno et al., 2013).

a) *Passing* Atas

Passing atas adalah operan bola yang digunakan dengan menggunakan ujung jari – jari pada saat bola datang setinggi bahu atau lebih. *Passing* dimaksudkan memberikan operan kepada teman satu regu untuk menyusun serangan ke daerah lawan, sehingga bola yang dihasilkan harus mudah diterima teman satu regu.

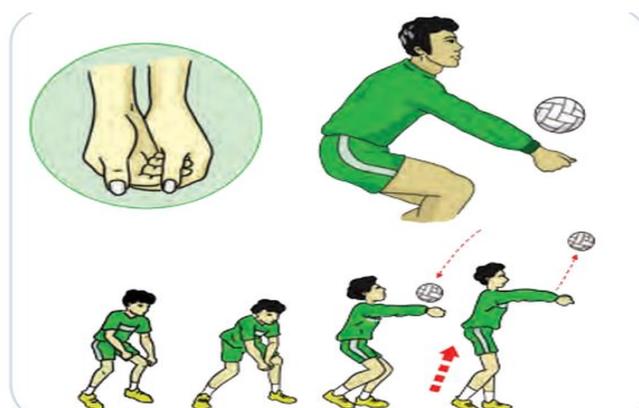


Gambar 2. 4 *Passing* Atas

b) *Passing* Bawah

Passing bawah akan dilakukan oleh seorang pemain apabila bola yang datang jatuh berada didepan atau samping badan

setinggi perut ke bawah. Biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari sikut sampai pergelangan tangan yang dirapatkan) baik untuk diumpan lagi kepada teman satu regu maupun langsung diteruskan ke lapangan lawan melalui atas jaring net.



Gambar 2. 5 Passing Bawah

3) Umpan (*set up*)

Umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat disarangkan ke daerah lawan dalam smash. Teknik mengumpan pada dasarnya sama dengan teknik *passing*, letak perbedaannya hanya pada tujuan dan jalannya bola. Teknik mengumpan dapat dilakukan baik dengan *passing* atas maupun *passing* bawah, namun jika ditinjau dari segi keuntungan pelaksanaannya tentu akan menguntungkan jika teknik umpan dilakukan dengan teknik *passing* atas. Mengumpan dengan teknik *passing* atas akan menjamin ketepatan sarannya di bandingkan menggunakan teknik *passing* bawah. Umpan dalam permainan bola

voli terdiri dari beberapa macam, yaitu umpan normal, umpan semi, umpan dorong, umpan *pull* atau *quick*, serta umpan *pull straight*.

4) Smash

Teknik dasar yang paling dominan digunakan untuk meraih pundi – pundi poin pada saat permainan bola voli dilakukan adalah teknik dasar smash. Teknik ini berfungsi sebagai teknik serangan untuk lawan, walaupun sebenarnya dalam permainan bola voli modern yang berkembang pada saat ini bentuk serangan untuk mendapatkan pundi – pundi poin dapat juga dilakukan dengan servis, namun bentuk serangan yang paling dominan digunakan dalam permainan bola voli adalah smash yang mempunyai ciri – ciri menukik, tajam, dan cepat.

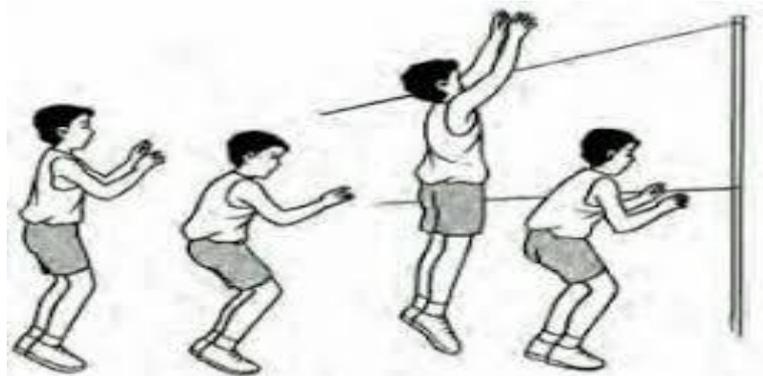


Gambar 2. 6 Smash

5) Block

Block merupakan teknik bertahan yang dilakukan di atas net, dengan cara melompat sambil menjulurkan kedua tangan untuk menahan serangan atau *smash* lawan. Teknik ini muncul pada saat lawan melakukan smash dan pemain yang bertahan meloncat di depan net.

Dalam melakukan block setiap pemain harus memiliki koordinasi baik secara individu maupun dengan rekan satu tim untuk menghasilkan block yang baik. Block adalah kunci pertahanan dalam permainan bola voli karena pada garis pertaman dalam membendung serangan lawan. Secara umum dapat mengurangi tingkat efektifitas dari sebuah serangan lawan. Block bisa dilakukan secara tunggal ataupun berpasangan. Pada perkembangan bola voli, memblockir adalah keterampilan kecil, frekuensi penggunaan block menjadi yang paling kecil karena pemain penyerang lawan umumnya tidak selalu konsisten,



Gambar 2. 7 Sikap Saat Melakukan Block

3. Atlet Kelompok Usia Junior

Dalam kehidupan sehari – hari sering terdengar kata atlet sebagai sebutan seseorang, sebutan ini biasanya dikaitkan dalam bidang olahraga. Atlet atau olahragawan adalah seorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang yang dipilihnya (Kristianto Wibowo et al., 2017).

Atlet junior adalah atlet yang bertanding di bawah usia 19 tahun. Atlet junior dapat mulai berlatih olahraga sendiri mungkin mulai dari 4 tahun dan mulai olahraga kompetitif dengan usia 7 tahun. Bahkan peserta pertandingan dalam cabang olahraga tertentu menerapkan batasan usia bagi atlet yang akan bertanding. Puncak kinerja pada atlet dapat dikaitkan dengan usia atlet tersebut karena berbeda usia juga berbeda kemampuannya. Atlet pada suatu cabang olahraga juga mempunyai puncak kinerja yang berbeda (Allen & Hopkins, 2015).

4. Peraturan Permainan Bola Voli

Peraturan permainan bola voli merupakan peraturan yang dibuat oleh FIVB (*Federation Internationale De Volleyball*) selaku induk organisasi bola voli dunia, dimana pada setiap tahunnya diadakan evaluasi dan revisi jika ada sesuatu hal yang dianggap tidak sesuai dengan perkembangan permainan bola voli. Hal ini sangat penting diketahui oleh atlet, pelatih, maupun official terkait sebuah pertandingan bola voli. Terlebih lagi bagi seorang wasit, ia harus benar-benar hafal agar permainan bola voli bisa berjalan dengan semestinya. Mengetahui peraturan bola voli sangat wajib diketahui dan dipraktikkan di lapangan. Jadi tidak mungkin jika seorang wasit tidak mengetahui peraturan bola voli.

Dalam permainan bola voli, setiap tim yang memenangkan suatu reli akan memperoleh 1 (satu) angka (poin) dan mendapat giliran servis. Tim yang memperoleh giliran servis harus melakukan pergeseran (rotasi) pemain satu posisi searah jarum jam. Jumlah babak yang dimainkan adalah

3 babak, terkecuali jika 2 babak sudah dipastikan tim yang berhasil unggul. Perhitungan yang digunakan pada pertandingan bola voli adalah 25 rally point. Jika terjadi angka 24 yang seimbang. Salah satu tim harus mencetak 2 skor lagi untuk bisa menang.

Menurut (Mulyadi & Pratiwi, 2020) setiap petugas pertandingan bola voli di dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya harus mengacu kepada peraturan permainan yang terbaru secara resmi dikeluarkan oleh top organisasi *Federation Internationale De Volleyball* (FIVB). Peraturan permainan bola voli yang terbaru yang di kekuarkan oleh FIVB tahun 1991 dan telah di terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia serta disahkan oleh pengurus besar PBVSI untuk dipakai di dalam setiap pertandingan resmi mulai tahun 1993.

Agar dapat menjalankan tugas dengan baik para wasit dan para pelatih serta para pemain harus memiliki penafsiran yang sama terhadap semua bab, pasal - pasal maupun ayat yang tercantum di dalam peraturan tersebut. Unsur yang terlibat hendaknya selalu mempelajari dan melakukan diskusi agar terdapat penafsiran yang sama terhadap peraturan permainan bola voli tersebut. Pelatih dan pemain harus mengerti bahwa pemahaman peraturan permainan bola voli tidak hanya untuk menjaga kelancaran permainan, tetapi yang lebih penting adalah untuk mengembangkan teknik dan taktik permainan.

Menurut (Mulyadi & Pratiwi, 2020) pertama kali disusun peraturan permainan bola voli pada tahun 1896, yaitu:

1. Lapangan permainan berukuran 8x16 m
2. Net berukuran lebar 70 cm, panjang 8 m
3. Tinggi net 216 cm atau 6 kaki 6 inci
4. Bola terbuat dari karet dilapisi dengan kulit atau kanvas
5. Server harus berdiri dengan satu kaki di atas garis belakang, dan memiliki dua kali kesempatan servis
6. Bola yang menyentuh garis dikatakan bola keluar lapangan
7. Jumlah pemain tidak dibatasi
8. Pemain boleh menyentuh bola atau memainkan bola
9. Bola yang menyentuh benda di luar lapangan permainan dan memantul kembali ke dalam lapangan permainan adalah sah.

Sejalan dengan perkembangannya popularitas permainan bola voli, berkembang pula peraturan bola voli dari tahun ke tahun, seperti berikut ini:

1. Tahun 1900, system point mulai berlaku, yaitu 21 angka dalam satu set
2. Tahun 1912 suatu komisi yang terdiri dari pakar penjas di YMCA, berhasil melakukan beberapa perubahan antara lain mulai berlakunya system “rotasi” pemain
3. Tahun 1917, perubahan angka yaitu system 15 angka untuk satu set

4. Tahun 1918, ditetapkan peraturan mengenai jumlah pemain, bahwa satu regu terdiri dari enam orang pemain dan tinggi net 2,40 meter (8 feet)
5. Tahun 1921, mulai berlakunya adanya garis tengah
6. Tahun 1922, diberlakukan peraturan bahwa setiap regu diperbolehkan memainkan bola di dalam lapangannya sendiri sebanyak tiga kali
7. Tahun 1923, ditetapkan ukuran lapangan permainan yang berlaku sampai saat ini yaitu lebar 9 meter dan panjang 18 meter yang di bagi atas dua petak lapangan yang sama luas

Peraturan permainan bola voli hingga saat ini memiliki banyak perkembangan, sehingga atlet perlu memahami perbedaannya. Atlet perlu dibina atau di evaluasi terhadap peraturan bola voli antara apa yang sudah di ketahui dengan peraturan yang berkembang pada saat ini. Berikut beberapa peraturan yang diambil dari peraturan resmi PBVSI tahun 2021-2024:

a. Fasilitas dan Perlengkapan

1) Lapangan

Lapangan permainan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 18 x 9 m, dikelilingi oleh daerah bebas dengan minimal sisi 3 m di semua sisi. Ruang bebas permainan adalah ruang diatas daerah permainan yang bebas dari segala halangan. Ruang bebas permainan harus memiliki ketinggian minimal 7 m dari permukaan lapangan.

2) Garis

Semua garis lebarnya 5 cm. Garis-garis tersebut harus berwarna terang dan berwarna lain dari lantai dan garis-garis lainnya. Lapangan permainan ditandai dengan dua garis samping dan dua garis akhir. Garis-garis tersebut termasuk dalam lapangan permainan.

3) Net

Net dipasang tegak lurus di atas garis tengah dengan ketinggian 2,43 m untuk putra dan 2,24 m untuk putri. Net memiliki lebar 1 m dan panjang 9,50 sampai 10 meter (dengan 25 sampai 50 cm pada tiap sisi pita samping) yang terbuat dari jalinan mata jala hitam 10 cm berbentuk persegi.

4) Bola

Bola harus bulat, terbuat dari kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan sejenisnya. Warna bola harus satu warna yang cerah atau kombinasi dari beberapa warna. Bahan kulit sintesis dan kombinasi warna pada bola yang dipergunakan pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar FIVB. Keliling bola 65-67 cm dan beratnya 260-280 g. Tekanan udara di dalam bola harus 0,30-0,325 kg/cm² (4,26-4,61 psi) (294,3-318,82 mbar atau hPa)

b. Tim Peserta

1) Komposisi Susunan Tim

Untuk sebuah pertandingan satu tim boleh terdiri dari maksimal 12 pemain. Staf pelatih diantaranya satu pelatih, maksimal dua asisten pelatih. Staf medis satu therapist tim dan satu dokter Hanya yang terdaftar di scoresheet yang berhak masuk ke area kompetisi. Satu dari para pemain adalah kapten tim dia harus diberi tanda dalam scoresheet. Hanya pemain yang terdaftar dalam scoresheet dapat memasuki lapangan dan bermain dalam pertandingan. Jika coach dan kapten tim sudah menandatangani scoresheet pemain yang terdaftar tidak dapat di ganti.

2) Perlengkapan

Perlengkapan pemain terdiri dari baju kaos, celana pendek, kaos kaki (seragam) dan sepatu olahraga. Warna desain baju kaos, celana pendek, kaos kaki harus seragam (kecuali libero) dan seragam harus bersih. Sepatu harus ringan dan lunak dengan karet. Baju kaos pemain harus diberi nomor dari 1 sampai 20. Nomor harus di tempatkan pada kaos di depan tengah dan di tengah belakang. Warna nomor harus terlihat. Tinggi nomor depan minimal 15 cm dan nomor punggung 20 cm. Garis yang membentuk angka minimal selebar 2 cm. Baju kaos kapten tim bagian dada harus terdapat garis berukuran 8 x 2 cm di bawah nomor dada. Dilarang menggunakan seragam dengan warna yang berbeda, kecuali libero.

3) Pemimpin Tim (*Captain*)

Kapten tim dan coach, mereka berdua bertanggung jawab atas kelakuan dan disiplin anggota timnya. Libero boleh sebagai kapten tim ataupun kapten bermain. Sebelum pertandingan, kapten tim menandatangani score sheet dan mewakili timnya dalam undian. Selama pertandingan berlangsung, dan pada saat berada di dalam lapangan, kapten tim adalah kapten bermain. Pada saat kapten tim tidak berada di lapangan, coach atau kapten tim harus menunjuk pemain lain didalam lapangan, untuk berfungsi sebagai kapten bermain. Kapten bermain tetap memiliki tanggungjawabnya sampai dia diganti atau kapten tim kembali bermain atau berakhirnya set. Pada akhir pertandingan, kapten tim berterima kasih kepada para wasit dan menandatangani score-sheet untuk mengesahkan hasil pertandingan. Jika sebelumnya sudah memberitahukan wasit pertama dia dapat menyatakan dan mencatat protes resmi pada score-sheet berkenaan dengan penerapan atau interpretasi peraturan oleh wasit.

c. Format Permainan

1) Memperoleh Angka, Memenangkan Satu Set dan Pertandingan

Suatu tim memperoleh angka bila berhasil mendaratkan bola dilapangan lawan. regu lawan membuat kesalahan, regu lawan menerima hukuman (penalty). Suatu tim membuat kesalahan bila bermain menyalahi peraturan (atau melanggar peraturan). Jika terjadi dua kesalahan atau lebih secara berturut-turut, maka hanya kesalahan

pertama yang dikenakan. Jika terjadi dua kesalahan atau lebih secara bersamaan, dinamakan kesalahan ganda dan permainan diulangi. Memenangkan satu set jika satu set (kecuali set penentuan, set ke 5) dimenangkan oleh regu yang pertama mendapat angka 25 dengan selisih angka minimal dua angka. Pada keadaan 24-24, permainan dilanjutkan hingga dicapai selisih dua angka (26-24, 27-25) dan seterusnya. Memenangkan pertandingan jika pertandingan dimenangkan oleh tim yang memenangkan tiga set. Pada keadaan 2-2, saat penentuan (set ke 5) dimainkan hingga angka 15 dengan selisih angka minimal dua angka.

2) Urutan Permainan

a) Undian

Sebelum pertandingan wasit pertama melakukan undian untuk melakukan giliran servis pertama dan lapangan pada set pertama. Jika set penentu harus dimainkan maka dilakukan undian yang baru. Undian dilakukan dihadapan kedua kapten. Pemenang undian memilih salah satu dari servis, menerima servis, sisi lapangan, dan tim yang kalah undian menerima sisanya.

b) Waktu Pemanasan Resmi

Sebelum pertandingan, apabila kedua tim tersebut telah menggunakan lapangan lain untuk pemanasan, kedua tim mendapat waktu 6 menit pemanasan di net secara bersamaan. Jika

belum kedua tim mendapatkan waktu pemanasan 10 menit secara bersamaan.

c) Susunan Tim Pertama

- (1) Setiap tim harus bermain dengan enam pemain. Daftar posisi menentukan giliran rotasi pemain dilapangan. Giliran rotasi ini harus tetap sama selama set tersebut.
- (2) Sebelum dimulainya setiap set, coach harus menyerahkan daftar posisi dari timnya untuk main pertama, setelah diisi dan ditandatangani kepada wasit kedua atau skorer.
- (3) Pemain yang tidak terdaftar dalam daftar posisi dalam suatu set adalah pemain pengganti untuk set tersebut (kecuali libero).
- (4) Sekali daftar posisi telah diberikan wasit kedua atau skorer, maka tidak dapat di ubah kecuali dengan pergantian normal.
- (5) Perbedaan posisi permainan dilapangan dan di dalam daftar posisi akan diputuskan sebagai berikut. Jika perbedaan diketahui sebelum dimulainya set, posisi pemain harus di perbaiki sesuai dengan daftar posisi. Hal ini tidak dikenakan sanksi. Sebelum dimulai set terdapat pemain yang tidak terdaftar dalam daftar posisi, maka segera diganti oleh pemain yang terdaftar, dan tidak dikenakan sanksi. Apabila pelatih tetap ingin memainkan pemain yang tidak terdaftar dalam daftar posisi, dia harus minta pergantian resmi, dengan

menggunakan sinyal tangan yang resmi yang akan dicatat dalam scoresheet. Jika ditemukan pemain yang bermain dilapangan tidak terdaftar di scoresheet, maka angka tim lawan tetap berlaku dan sebagai tambahan mendapat satu poin dan giliran servis. Tim yang bersalah akan kehilangan semua poin atau set (0-25, jika di perlukan) dimulai saat pemain bermain dilapangan dan segera harus merubah daftar posisi.

d) Posisi

- (1) Posisi pemain ditandai sebagai berikut: Tiga pemain di dekat net adalah pemain baris depan dan terdiri dari posisi 4 (kiri depan), 3 (tengah depan), 2 (kanan depan). Dan tiga pemain lainnya adalah garis belakang yang terdiri dari posisi 5 (kiri belakang), 6 (tengah belakang), 1 (kanan belakang).
- (2) Setiap pemain baris belakang harus berada dalam posisi lebih jauh dari garis tengah daripada pemain baris depan.
- (3) Posisi pemain ditentukan dan dilihat dari hubungan posisi kaki mereka dilantai.
- (4) Setelah servis dipukul, para pemain dapat bergerak bebas dan menempati setiap posisi di dalam lapangannya dan daerah bebas.

e) Kesalahan Posisi

Satu tim dinyatakan melakukan kesalahan posisi, jika ada pemain yang tidak berada pada posisi yang benar pada saat bola dipukul

oleh pelaku servis. Termasuk jika ada pemain yang masuk ke lapangan melalui pergantian pemain yang tidak sah. Jika pelaku servis melakukan kesalahan* pada saat melakukan servis, maka dinyatakan kesalahannya terjadi sebelum kesalahan posisi lawan. Jika terjadi kesalahan servis setelah pukulan servis dilakukan maka yang dikenakan sanksi adalah kesalahan posisi.

f) Rotasi

Untuk rotasi ditentukan oleh daftar posisi dan diperiksa dengan urutan servis dan posisi pemain selama set itu berlangsung. Jika regu penerima servis berhasil mendapat hak untuk servis pemainnya berputar satu posisi searah jarum jam : pemain di posisi 2 berputar ke posisi 1 untuk melakukan servis, pemain posisi 1 berputar ke posisi 6, dst.

g) Kesalahan Rotasi

- (1) Kesalahan rotasi terjadi bila servis tidak dilakukan sesuai dengan urutan rotasi. Tim akan dikenakan sanksi dengan sebuah angka dan servis untuk lawan.
- (2) Sebagai tambahan, skorer harus dapat menentukan dengan pasti kapan terjadi kesalahan dan semua poin yang di dapat berikutnya oleh tim yang melakukan kesalahan harus dibatalkan. Poin tim lawan tidak berubah. Jika kejadian tersebut tidak dapat di tentukan. Sanksinya hanya sebuah poin dan servis untuk lawan.

d. Sikap Dalam Permainan

1) Kejadian Dalam Permainan

- a) Bola dinyatakan dalam permainan pada saat servis dipukul setelah diijinkan oleh wasit pertama.
- b) Bola dinyatakan diluar permainan pada saat salah satu wasit membunyikan peluit.
- c) Bola dinyatakan masuk jika pada setiap saat bola menyentuh lantai, bagian dari bola menyentuh lapangan, termasuk garis garis batas
- d) Bola dinyatakan keluar pada saat bagian dari bola menyentuh lantai diluar garis-garis batas. Bola menyentuh benda diluar lapangan, langit-langit atau seseorang yang tidak bermain. Bola menyentuh antenna, tali, atau net diluar pita samping. Bola melewati bidang vertikal dari net baik sebagian atau keseluruhannya berada diluar ruang penyebrangan. Bola secara keseluruhan melewati ruang bawah net.

2) Memainkan Bola

a) Sentuhan Bola Bagi Setiap Tim

Setiap tim dapat memantulkan/menyentuh bola tiga kali (kecuali pada blok) jika dimainkan lebih dari tiga kali regu tersebut dinyatakan melakukan kesalahan.

- (1) Seorang pemain tidak boleh menyentuh bola dua kali berturut-turut.

(2) Dua atau tiga pemain dapat menyentuh bola pada saat bersamaan.

Jika dua atau tiga pemain dari satu tim menyentuh bola secara bersamaan ini merupakan dua atau tiga sentuhan (kecuali pada saat blok). Jika dua pemain yang berlawanan menyentuh bola bersamaan di atas net dan bola kembali dalam permainan, regu yang menerima bola dapat memainkan bola sebanyak tiga kali pantulan. Jika bola keluar merupakan kesalahan lawan. Jika terjadi sentuhan bersama-sama oleh dua pemain berlawanan di atas net menyebabkan perpanjangan sentuhan pada bola, permainan dilanjutkan.

(3) Seorang pemain tidak diperkenankan memakai bantuan dari teman setimnya atau benda lain dalam usaha untuk menyentuh bola. Tetapi jika seorang pemain akan menyentuh net atau melewati garis tengah dapat ditahan atau ditarik oleh teman timnya.

b) Ciri Khas Sentuhan

Bola dapat menyentuh seluruh bagian tubuh. Bola harus dipantulkan, bukan ditangkap atau dilempar. Bola dapat menyentuh seluruh bagian tubuh asal tidak berturut-turut. Kecuali pada saat blok dan sentuhan pertama (sentuhan terjadi dalam satu gerakan).

c) Kesalahan Memainkan Bola

Empat sentuhan, memakai bantuan dari teman setimnya atau benda lain dalam usaha untuk menyentuh bola, tertangkap atau dilempar, Sentuhan ganda kecuali saat blok dan sentuhan pertama (sentuhan terjadi dalam satu gerakan).

3) Bola Pada Net

a) Bola Melewati Net

Bola yang diseberangkan ke daerah lawan harus melewati atas net di dalam ruang penyeberangan. Ruang penyeberangan adalah ruang tegak lurus dengan net, yang dibatasi oleh bagian bawahpermukaan atas net, bagian samping dengan atena dan perpanjangannya, bagian atas oleh atap – atap. Bola yang telah melewati batas net di daerah bebas melalui ruang bagian luar, dapat dimainkan kembali dengan batas sentuhan dengan syarat pemain tidak menyentuh lapangan lawan, tim lawan tidak diperkenankan mengganggu atau menghalangi pergerakan tersebut.

b) Bola di Net

Bola dapat menyentuh net saat melewati net. Bola yang memantul ke net dapat dimainkan kembali asalkan dalam batas tiga kali sentuhan. Jika bola merusak jalinan tali net atau merobeknya, maka reli dibatalkan dan permainan di ulangi kembali.

4) Pemain Pada Net

a) Tinggi Jangkauan di Atas Net

Pada saat melakukan blok di atas net, pelaku blok dapat menyentuh bola dengan menjangkau melewati net asalkan tidak mengganggu pemain lawan sebelum melakukan pukulan serangan. Tangan seorang pemain diperkenankan melewati net setelah melakukan pukulan serangan asalkan perkenaan bola di daerah permainannya sendiri.

b) Memasuki Daerah Lawan di Bawah Net

Diperkenankan memasuki ruang daerah lawan dari bawah net, asalkan tidak mengganggu permainan lawan. Masuk ke dalam lapangan lawan melewati garis tengah, diperkenankan menyentuh lapangan lawan dengan satu atau dua kaki, asalkan sebagian dari kaki yang memasuki daerah lawan masih berhubungan atau secara langsung berada di atas garis tengah dan tindakan ini tidak mengganggu permainan lawan. Diperkenankan menyentuh lapangan lawan dengan semua bagian tubuh di atas mata kaki asalkan tidak mengganggu jalannya permainan lawan dan juga seorang pemain dapat memasuki lapangan lawan setelah bola mati.

c) Menyentuh Net

Pemain menyentuh net di antara antenna, pada saat memainkan bola, adalah kesalahan. Saat memainkan bola termasuk (di

antaranya) take-off, memukul (berusaha), dan mendarat secara sempurna, siap untuk melakukan pergerakan. Jika bola mengenai net dan menyebabkan net tersebut menyentuh lawan, tidak merupakan kesalahan.

d) Kesalahan Pemain Pada Net

Pemain menyentuh bola atau pemain dalam daerah lawan sebelum atau pada saat lawan melakukan serangan. Seorang pemain mengganggu jalannya permainan lawan pada saat memasuki daerah lawan melalui bawah net. Keseluruhan dari satu atau dua kaki seorang pemain menyentuh lapangan lawan. Seorang pemain mengganggu pemain bila menyentuh net di antara antenna pada saat memainkan bola, menggunakan net di antara antenna sebagai bantuan atau alat keseimbangan, menciptakan keuntungan yang tidak sportif terhadap lawan dengan menyentuh net, membuat pergerakan yang menghalangi lawan untuk memainkan bola, menangkap atau menahan net.

5) Servis

Servis adalah suatu usaha untuk menempatkan bola ke dalam permainan oleh pemain kanan belakang yang berada di daerah servis.

- a) Servis pertama pada set pertama begitu juga pada set penentuan (set ke 5) dilakukan oleh tim yang ditentukan melalui undian. Pada set yang lain akan dimulai dengan servis oleh tim yang tidak melakukan servis pertama pada set sebelumnya.
- b) Para pemain harus mengikuti giliran servis seperti tercatat dalam daftar posisi. Setelah servis pertama di dalam satu set, pemain yang akan servis ditentukan sebagai berikut: Jika tim yang melakukan servis memenangkan reli, pemain yang melakukan servis sebelumnya (atau penggantinya) melakukan servis lagi. Jika tim yang menerima servis memenangkan reli, tim itu berhak melakukan servis dan melakukan rotasi sebelum servis dilakukan. Pemain yang melakukan servis adalah pemain yang bergerak dari posisi kanan depan ke kanan belakang.
- c) Wasit pertama mengizinkan untuk dilakukannya servis, setelah mengecek bahwa kedua tim telah siap untuk bermain dan pelaku servis sudah menguasai bola.
- d) Pelaksanaan Servis

Bola harus dipukul satu tangan setelah bola dilambungkan atau dilepas dari tangan. Hanya diperkenankan satu kali melambung bola, diperkenankan memantulkan bola ke lantai atau memindahkan bola di tangan. Pada saat melakukan servis tidak boleh menyentuh lapangan termasuk garis akhir atau lantai diluar daerah servis, kecuali setelah perkenaan bola. Pelaku servis harus

memukul bola dalam 8 detik setelah wasit pertama membunyikan peluit untuk melakukan servis. Melakukan servis sebelum wasit meniupkan peluit maka servis tersebut dibatalkan dan diulangi.

e) Kesalahan Yang Diketahui Selama Servis

Kesalahan servis menyebabkan pindahannya servis ke pihak lawan, walaupun lawan salah posisi. Diantaranya menyalahi garis servis dan tidak melakukan servis bagaimana semestinya. Servis dianggap salah jika bola menyentuh seorang pemain dari timnya, atau gagal melewati net, dan keluar lapangan.

f) Kesalahan Setelah Servis dan Kesalahan Posisi

Jika pelaku servis membuat kesalahan pada waktu melakukan pukulan servis dan lawan dalam keadaan salah posisi maka yang dikenakan sanksi adalah kesalahan servis. Namun, jika servis dilakukan dengan benar tetapi kemudian terjadi kesalahan, seperti bola keluar, bola tidak sampai, maka yang dikenakan sanksi adalah kesalahan posisi.

6) Pukulan Serangan

a) Ciri Khas Pukulan Serangan

Semua usaha untuk mengarahkan bola langsung kearah lawan kecuali servis dan blok, adalah pukulan serang. Selama melakukan pukulan serang diperkenankan men-tip, asal bola terpukul dengan baik dan tidak tertangkap atau terlempar.

Pukulan serang telah sempurna pada saat bola secara keseluruhan telah melewati bidang tegak lurus dari net.

b) Batasan Dalam Melakukan Pukulan Serangan

Pemain baris depan dapat melakukan pukulan serang yang sempurna pada setiap ketinggian. Asalkan pada saat kontak dengan bola berada pada lapangannya sendiri. Pemain baris belakang dapat melakukan pukulan serang yang sempurna dengan tolakan untuk meloncat di belakang garis serang. Pemain baris belakang dapat melakukan pukulan serang di daerah depan asalkan saat kontak dengan bola tidak melocat. Tidak seorang pun diizinkan melakukan pukulan serang terhadap servis lawan.

c) Pukulan Serang Yang Salah

Seorang pemain memukul bola di daerah permainan lawan. Pukulan serang keluar lapangan tanpa hambatan terkena lawan. Seorang pemain belakang melakukan pukulan serang dengan loncatan di daerah depan. Pemain melakukan pukulan serang atas servis lawan. Seorang libero melakukan pukulan serang dengan loncatan. Seorang pemain melakukan pukulan serang dengan loncatan setelah mendapatkan operan pasing atas dari libero.

7) Blok

a) Melakukan Blok

Melakukan blok adalah tindakan para pemain di dekat net untuk menghalangi bola yang datang dari serangan lawan, dengan

melakukan jangkauan lebih tinggi dari ketinggian net. Usaha mem-blok adalah tindakan melakukan blok tanpa menyentuh bola. Blok sempurna adalah apabila bola tersentuh oleh seorang pelaku blok. Blok berkelompok dilakukan oleh dua atau tiga pemain yang berdekatan melakukan blok bersamaan dan dinyatakan sempurna bila salah satu pemain mengenai bola.

b) Sentuhan Pada Saat Blok

Sentuhan yang berturut-turut (cepat tidak terputus) dapat terjadi oleh satu pelaku blok atau lebih, asal perkenaan tersebut dilakukan dalam satu gerakan.

c) Melakukan Blok Dalam Daerah Lawan

Pada saat melakukan blok, pemain dapat menyebrangkan tangan dan lengannya melewati net, asalkan usaha itu tidak mengganggu permainan lawan. Demikian juga tidak diperkenankan menyentuh bola di sebrang net sebelum lawan melakukan pukulan serang.

d) Blok dan Sentuhan Tim

Perkenaan pada blok tidak dihitung sebagai satu sentuhan. Sentuhan pertama setelah blok dapat dilakukan oleh setiap pemain, termasuk pemain yang telah menyentuh bola pada waktu mem-blok.

e) Kesalahan – kesalahan Dalam Melakukan Blok

Tidak diperkenankan mem-blok servis dari lawan. Pelaku blok menyentuh bola pada daerah lawan sebelum atau bersamaan

dengan pukulan serangan lawan. Pemain baris belakang atau libero melakukan blok atau ikut membantu dalam melakukan blok yang sempurna. Bola keluar setelah terkena blok, melakukan blok di daerah lawan dari luar antenna.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang hampir sama untuk di gunakan sebagai acuan pendukung. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan di laksanakan adalah:

1. Penelitian Ginanjar et al. (2023) berjudul “Analisis Pemahaman Peraturan Permainan Bola Tangan Pada Mahasiswa Setelah Menggunakan *Sport Education*”. Hasil penelitian yang diperoleh dari pengambilan data peneliti yang dilaksanakan dengan cara menyebar angket pemahaman peraturan permainan bola tangan yang berjumlah 25 item tes di dapat nilai rata-rata 20,74 dan simpangan baku 3,67. Hasil dari uji kecenderungan di dapat 3 mahasiswa kategori sangat kurang atau sebesar 7%, 7 mahasiswa mendapat kan kategori kurang atau sebesar 17%, 15 mahasiswa mendapatkan kategori cukup atau sebesar 36%, dan 17 mahasiswa mendapatkan kategori baik atau sebesar 40%. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pemahaman peraturan permainan bola tangan mahasiswa setelah menggunakan SE cenderung dalam kategori baik. Penelitian ini memberiksn saran baik dalam olahraga pendidiksn maupun olahraga prestasi penting adanya technical meeting

untuk memberikan pemahaman terkait dengan peraturan permainan atau pertandingan dengan adanya kejuaraan atau kompetisi.

2. Penelitian (Raharjo, 2017) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Peraturan Permainan Sepakbola (*Laws Of The Game*) Wasit C-1 dan C-2 Pengcab PSSI Sleman”. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman peraturan permainan sepakbola (*Laws Of The Game*) wasit C-1 dan C-2 Pengcab PSSI Sleman adalah tinggi atau baik. Sebanyak 26 orang (96,3%) memiliki tingkat pemahaman yang tinggi atau baik terhadap peraturan permainan sepakbola, sedangkan sebanyak 1 orang (3,7%) memiliki tingkat pemahaman yang sedang atau cukup terhadap peraturan permainan sepakbola.
3. Penelitian (Widodo, 2017a) yang berjudul “Tingkat Pemahaman Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri Se-Kecamatan Pandak Kabupaten Bantul Terhadap Peraturan Permainan Bola Voli”. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tingkat pemahaman siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri se kecamatan Pandak kabupaten Bantul terhadap peraturan permainan bola voli masuk dalam kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan pada jumlah responden yang menjawab paling banyak masuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 50 siswa (57.47%). Sebanyak 56 siswa (64.37%) memiliki tingkat pemahaman yang sangat tinggi terhadap faktor perlengkapan dan lapangan, sebanyak 42 siswa (48.28%) memiliki tingkat pemahaman sedang terhadap faktor regu, sebanyak 48 siswa (55.17%) memiliki

tingkat pemahaman sedang terhadap faktor permainan, sebanyak 37 siswa (42.54%) memiliki tingkat pemahaman sedang terhadap faktor pelanggaran, dan sebanyak 56 siswa (64.37%) memiliki tingkat pemahaman yang tinggi terhadap faktor ketentuan umum.

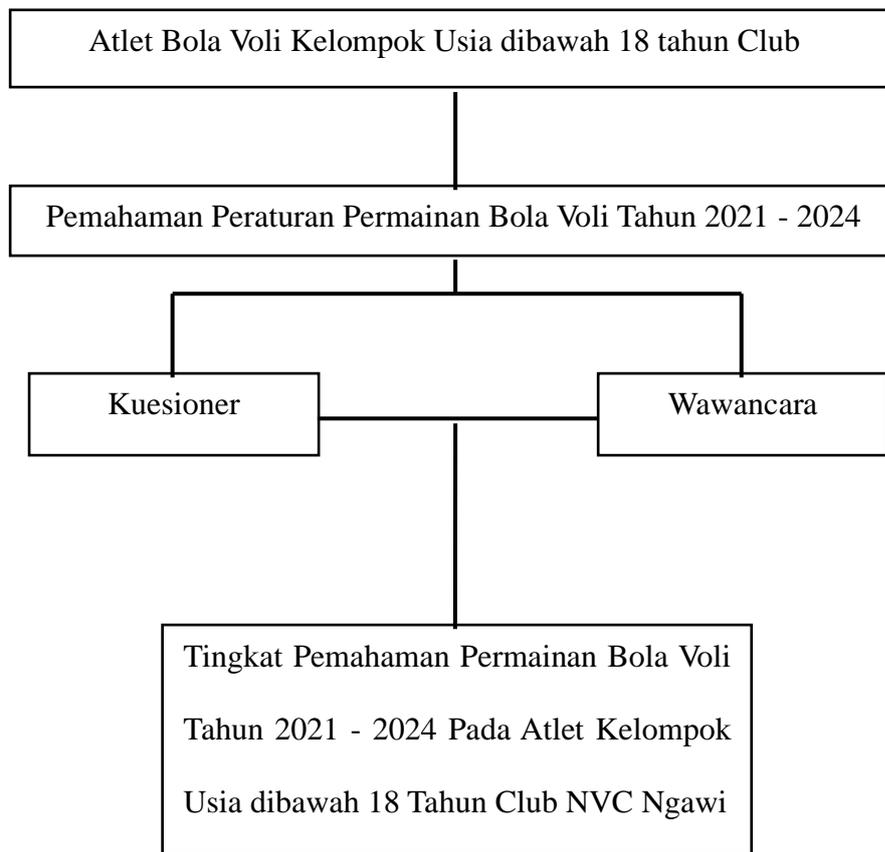
C. Kerangka Berfikir

Seorang Atlet bola voli mempunyai peran yang sangat penting dalam mematuhi peraturan permainan bola voli untuk memperlancar berjalannya suatu pertandingan. Menurut Widodo (2017a) pemahaman seorang atlet terhadap peraturan sangat mempengaruhi kualitas tim. Jika pemahaman peraturan atlet di dalam suatu tim itu baik, maka untuk menyusun strategi dalam bertanding tidak terlalu terhambat, jika pemahaman atlet terhadap peraturan permainan rendah. Pertandingan tim yang bersangkutan akan memiliki banyak kerugian, salah satunya kehilangan poin dengan sia-sia.

Untuk dapat bermain bola voli, maka seorang atlet Bola Voli diminta untuk dapat melakukan teknik dasar dalam permainan bola voli. Tanpa menguasai teknik dasar, maka dalam melakukan permainan sangat kurang baik. Banyak sekali faktor yang mempengaruhi keberhasilan diantaranya kondisi fisik, mental, taktik dalam bermain bola voli, banyak latihan, dan sebagainya. Pada intinya penguasaan teknik atau keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dilatih atau dipelajari secara terus menerus.

Menurut Widodo (2017a) pemahaman seorang atlet terhadap peraturan pertandingan mempengaruhi penerapan taktik dan teknik. Suatu tim yang sering kehilangan poin dengan sia-sia akan mudah terdegradasi dari suatu

pertandingan. Satu angka merupakan poin yang sangat berharga bagi suatu tim yang meraihnya, salah satu yang mempengaruhi tim dalam lancarnya suatu proses bertanding adalah pemahaman atlet terhadap peraturan permainan bola voli. Kualitas tim berpengaruh terhadap kemenangan suatu tim. Peraturan bola voli hampir setiap tahunnya memiliki perkembangan sehingga atlet perlu mengetahui dan di evaluasi. Supaya lebih memahami suatu peraturan untuk diterapkan dalam pertandingan.



Gambar 2. 8 Bagan Kerangka Berfikir