



**KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA PUTRA
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP PGRI 1 DEMAK
Handoko Suprayitno, Mugiyo Hartono, Uen Hartiwan**

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Maret 2013
Disetujui April 2013
Dipublikasikan Mei 2013

Keywords:
**Management, Fitness
Clubs**

Abstrak

Penelitian ini merupakan Penelitian Deskriptif Kuantitatif, yaitu penelitian yang berusaha menggambarkan suatu gejala dengan menggunakan bantuan angka-angka hasil perhitungan. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP PGRI 1 Demak Kabupaten Demak yang berjumlah 27 siswa dan pengambilan data sampel menggunakan metode total sampling. Metode pengumpulan data menggunakan tes praktik yaitu tes servis, tes passing atas, tes passing bawah, dan tes smash. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di SMP PGRI 1 Demak hasil dari tes servis 48 % masuk dalam kategori sedang, hasil passing atas 40,74 % masuk dalam kategori baik, hasil passing bawah 33,33 % masuk dalam kategori baik sekali, dan hasil smash 40,74 % masuk dalam kategori kurang. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik dasar pada siswa putra peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP PGRI 1 Demak Kabupaten Demak berdasarkan penelitian belum maksimal, karena disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya waktu latihan yang kurang, pengalaman bertanding masih kurang, tidak adanya program kerja yang jelas.

Abstract

This research is descriptive quantitative research, ie research that attempted to describe a phenomenon with the help of the numbers calculated. Population and samples in this study were students who attend extracurricular activities in junior high volleyball PGRI 1 Demak Demak's 27 students and retrieval of data samples using total sampling method. Methods of data collection using the practice test that test services, test passing above, passing the test, and the test smash. Furthermore, the data obtained were analyzed using descriptive analysis. Based on the research it can be concluded that the level of the basic techniques in extracurricular participants by boys in junior high volleyball PGRI 1 Demak Demak based research is not maximized, because it is caused by several factors, including a lack of practice time, playing experience is still lacking, no programs work clear

Pendahuluan

PENDAHULUAN

Permainan bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa, baik wanita maupun pria. Kegunaan bermain bola voli dalam pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani sangatlah besar perannya. Salah satu cabang olahraga yang digemari dikalangan masyarakat saat sekarang ini salah satunya adalah olahraga bola voli, karena olahraga ini dapat dilakukan oleh semua kalangan, baik anak laki-laki maupun perempuan. Salah satu tempat dimana mereka belajar dan melakukan kegiatan olahraga diluar jam sekolah yaitu dengan melakukan kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan yang dilakukan di jam luar sekolah yang berguna untuk meningkatkan kualitas kesegaran jasmani siswa, karena olahraga menuntut anak bergerak dinamis dan perilaku fisik yang bagus untuk melakukannya, selain itu juga penerapan nilai-nilai pengetahuan memperluas wawasan atau kemampuan olahraga (Depdikbud, 1994:6). Untuk dapat merencanakan dan melaksanakan proses kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli dengan baik seorang guru harus mengetahui kemampuan awal siswa, sehingga dapat dikelompokkan sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.

Sekolah Menengah Pertama PGRI 1 Demak adalah salah satu sekolah yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler bola voli yang berada di Kabupaten Demak, hal ini dikarenakan minat siswa yang cukup tinggi untuk memilih atau mengikuti ekstrakurikuler bola voli ini. Oleh karena itu, bola voli sangat dikembangkan oleh sekolah ini agar menjadi wadah siswa maupun siswi untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya dengan baik dan benar.

SMP PGRI 1 Demak merupakan salah satu sekolah yang pernah juara tiga pada Kejurda, tetapi untuk 3 tahun terakhir sekolah ini tidak mendapatkan juara atau prestasi seperti tahun-tahun sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti di SMP PGRI 1 Demak dengan sebab menurunnya prestasi sekolah tersebut diberbagai ajang perlombaan yang diikuti dengan judul "Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli pada siswa putra peserta ekstrakurikuler Bola Voli di SMP PGRI 1 Demak".

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Deskriptif Kuantitatif, yaitu penelitian yang berusaha menggambarkan

suatu gejala dengan menggunakan bantuan angka-angka hasil perhitungan. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP PGRI 1 Demak Kabupaten Demak yang berjumlah 27 siswa dan pengambilan data sampel menggunakan metode total sampling.

Metode pengumpulan data menggunakan tes praktik yaitu tes servis, tes passing atas, tes passing bawah, dan tes smash. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Data yang diperoleh dari survei dengan metode tes selanjutnya dianalisis dengan menggunakan deskriptif prosentase. Analisis deskriptif prosentase bertujuan untuk memberikan penjelasan dari masing-masing variabel.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di SMP PGRI 1 Demak hasil dari tes servis 48 % masuk dalam kategori sedang, hasil passing atas 40,74 % masuk dalam kategori baik, hasil passing bawah 33,33 % masuk dalam kategori baik sekali, dan hasil smash 40,74 % masuk dalam kategori kurang.

Berdasarkan tingkat kemampuan teknik dasar siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP PGRI 1 Demak masuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, antara lain:

1. Frekuensi latihan bola voli

Frekuensi pelaksanaan latihan mencerminkan jumlah latihan tersebut dilaksanakan. Di SMP PGRI 1 Demak latihan ekstrakurikuler bola voli dilakukan 1 kali dalam seminggu. Latihan bola voli pada ekstrakurikuler dilaksanakan pada hari Rabu sore jam 15.00-17.00 WIB. Oleh karena itu siswa masih kurang dalam memperoleh pembelajaran permainan bola voli dan berdampak pada kemampuan teknik dasar yang mereka kuasai.

2. Tempat latihan

Tempat latihan ekstrakurikuler di SMP PGRI 1 Demak berada dilingkungan sekitar sekolah, tetapi keadaanya kontur tanah yang tidak rata menimbulkan ketidaknyamanan pada saat latihan.

3. Pengalaman bertanding

Pengalaman bertanding sangatlah diperlukan oleh siswa agar mendapat pengalaman dan bisa melatih teknik yang mereka kuasai untuk mengetahui apakah sudah cukup baik atau belum dengan sekolah lain, sehingga bertanding dengan sekolah lain sangatlah penting untuk mengukur dan membandingkan kemampuan teknik yang sekarang dikuasai.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Kemampuan Teknik dasar Permainan Bola voli Padan Peserta Putra Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP PGRI 1 Demak, dapat disimpulkan siswa SMP PGRI 1 Dermak dalam keseluruhan kemampuan bermain bola voli menunjukkan kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Beutelsthal, Dieter. 1986. Belajar Bermain Bola Voli, Bandung: Pioner Jaya Bandung
- H.M. Daryanto. 1996. Administrasi Pendidikan. Solo: PT. Rineka Cipta
- Herry Koestyanto. 2003. Belajar Bermain Bola Voli. Semarang
- Mohamad Ali. 1997. Strategi Penelitian Pendidikan. Bandung: Angkasa
- M. Sajoto, 1988. Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Semarang: Dahara Prize
- Nurhasan. 2000. Statistik Deskriptif. Direktorat Jendral Departemen dan Kebudayaan
- M. Yunus. 1992. Olahraga Pilihan Bola Voli. Jakarta: Dirjen Dikti Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- PB. PBVSI, 2001. Peraturan Permainan Bola Voli Yang Resmi. Jakarta: PB. PBVSI
- Penyusun Kamus Besar Bahasa Indonesia. 1990. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka
- Soemarjono. 1986. Pengetahuan Praktis Kesehatan Olahraga. Jakarta: PT. Gramedia
- Suharno, H.P. 1981. Metodik dan Melatih Bola Voli. Yogyakarta
- Suharsimi Arikunto. 1999. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi V). Jakarta: PT. Rineka Cipta
- 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VI). Jakarta: PT. Rineka