

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bolavoli merupakan permainan net beregu yang menyenangkan, menarik, dan tidak membutuhkan biaya besar dalam memainkannya. Permainan bolavoli dimainkan oleh dua regu yang pada tiap regu berjumlah enam orang pemain. Permainan bolavoli dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan. Sasaran dari permainan bolavoli adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi dari satu wilayah ke wilayah lawan. Permainan bolavoli dapat dimainkan di dalam maupun di luar gedung. Permainan bolavoli masuk dalam kurikulum mata pelajaran pendidikan jasmani setiap jenjang pendidikan, mulai dari tingkat dasar sampai tingkat atas.

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena dengan pendidikan manusia dapat mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan kreativitasnya. Keberhasilan dalam bidang pendidikan sangat ditentukan oleh keberhasilan dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan interaksi antara yang mengajar atau guru dengan orang yang diajar atau siswa.

Di dalam seluruh jenjang pendidikan terdapat mata pelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan usaha untuk mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak ke arah pertumbuhan sehat jasmani, yang diprogram secara sistematis, terarah dan ilmiah. Mata pelajaran pendidikan

jasmani merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan kepada sekolah-sekolah, baik dari tingkat dasar sampai tingkat atas. Pada mata pelajaran pendidikan jasmani siswa diajarkan teori dan praktek yang berupa aktivitas jasmani atau olahraga.

Pelaksanaan pembangunan nasional pendidikan jasmani memiliki peran penting terutama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang dilakukan dari berbagai aktivitas jasmani, sehingga badan akan menjadi sehat dan bugar (M. Husni Thamrin, 2006: 8). Penyelenggaraan pendidikan jasmani harus dikembangkan secara lebih optimal sehingga peserta didik menjadi lebih terampil, kreatif dan inovatif serta memiliki kebiasaan hidup yang sehat dan memiliki kesegaran jasmani yang baik. Agar semua hal tersebut dapat tercapai maka sekolah menyelenggarakan mata pelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan kurikulum yang telah ditetapkan.

Hasil dari pendidikan jasmani di sekolah tidak berorientasi pada prestasi. Salah satu usaha untuk meningkatkan kemampuan dan prestasi siswa pada bidang olahraga di sekolah adalah dengan menambahkan waktu diluar jam pelajaran berlangsung. Kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran itu berupa kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler digunakan untuk mengembangkan bakat, minat dan potensi yang dimiliki siswa sesuai dengan karakteristik masing-masing. Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan SMK Nasional Nganjuk bervariasi. Kegiatan tersebut ada yang berorientasi di bidang kesenian, olahraga, dan kegiatan lain yang bersifat positif. Kegiatan ekstrakurikuler yang

diselenggarakan antara lain: pramuka, baris-berbaris, paduan suara, rohis, futsal, bolavoli, basket, bulutangkis, dan lain-lain. Peserta didik diwajibkan memilih salah satu atau beberapa kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan bakat ataupun keinginan mereka. Tujuan dibentuknya pembinaan-pembinaan ini adalah sebagai wadah penyaluran bakat dan minat siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk secara rutin diselenggarakan setiap hari senin setelah jam pelajaran selesai. Pengampu kegiatan ekstrakurikuler bolavoli adalah guru mata pelajaran pendidikan jasmani. Siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk memiliki tingkatan kemampuan teknik yang berbeda-beda.

SMK Nasional Nganjuk tim bolavoli sudah pernah mendapatkan kejuaraan yakni juara ke-3 di turnamen Ulul Albab Cup Februari 2018, namun belum pernah diadakannya penelitian tentang keterampilan bermain bolavoli.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) dalam permainan bolavoli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan bolavoli terdiri atas servis, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Teknik dasar bermain bolavoli bukan merupakan satu-satunya unsur yang harus dikuasai pada permainan bolavoli, tetapi masih ada unsur penting lain yaitu kemampuan fisik pemain. Kemampuan fisik yang terdiri dari kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, koordinasi, kelincahan, dan keseimbangan memberikan sumbangan yang besar untuk bermain bolavoli. Teknik-teknik dasar permainan bolavoli harus terlebih dahulu dikuasai oleh setiap pemain bolavoli. Butuh waktu dan proses yang panjang agar keterampilan gerak siswa dalam bermain voli

dapat dikuasai dengan baik. Oleh karena itu, siswa harus dilatih untuk dapat meningkatkan keterampilan dalam bermain bolavoli, dan perlu suatu program latihan yang baik sehingga keterampilan bermain bolavoli dapat meningkat.

Bermain bolavoli terdapat beberapa aspek penting agar seseorang dapat dikatakan terampil dalam bermain bolavoli meliputi aspek teknik, kondisi fisik, dan taktik. Dengan waktu yang sangat terbatas, tentu siswa tidak akan memiliki teknik, kondisi fisik, dan taktik yang baik tanpa melakukan latihan sendiri di luar kegiatan ekstrakurikuler. Latihan akan memberikan dampak positif apabila dilakukan secara rutin dengan frekuensi latihan ideal minimal 3 kali setiap minggunya. Sedangkan SMK Nasional Nganjuk pelaksanaan latihan hanya diselenggarakan satu kali setiap minggu.

Sarana dan prasarana SMK Nasional Nganjuk untuk cabang olahraga bolavoli kurang memadai, yang terdiri dari satu lapangan *outdoor*, satu net, dan 6 bolavoli. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk sudah lama dan rutin dilaksanakan, namun sampai saat ini pembina kegiatan tersebut belum pernah melakukan tes tentang tingkat keterampilan bermain bolavoli siswanya, sehingga tingkat keterampilan bermain bolavoli SMK Nasional Nganjuk belum diketahui.

Berdasarkan pertimbangan di atas, melihat adanya perbedaan teknik siswa dalam bermain bolavoli, kurangnya sarana prasarana pendukung untuk latihan ekstrakurikuler bolavoli, kurangnya waktu latihan yang hanya dilakukan satu kali setiap minggu, serta belum pernah diadakannya penelitian tentang keterampilan bermain bolavoli di MTsN 3 Nganjuk, maka perlu dilakukan

penelitian untuk menjawab permasalahan di atas dengan melakukan tes keterampilan bolavoli dengan judul “Survey Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk Tahun Pelajaran 2020”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Adanya perbedaan teknik siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli dalam bermain bolavoli.
2. Kurangnya alokasi waktu latihan ekstrakurikuler bolavoli MTsN 3 Nganjuk yang hanya dilakukan satu kali dalam satu minggu.
3. Kurangnya sarana prasarana pendukung ekstrakurikuler bolavoli.
4. Belum diketahuinya tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler

C. Pembatasan Masalah

Dari latar belakang dan mengingat banyaknya permasalahan yang diidentifikasi serta keterbatasan peneliti, agar tidak meluas dan ruang lingkup penelitian lebih jelas. Maka perlu adanya pembatasan masalah. Pokok permasalahan yang akan diteliti yaitu “Tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk tahun pelajaran

2020” dengan menggunakan 3 item tes, yaitu servis tes, passing dan tes smas

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah di atas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “Untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk tahun pelajaran 2020 ?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang dirumuskan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMK Nasional Nganjuk tahun pelajaran 2020.
2. Untuk mengetahui seberapa baik tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk tahun pelajaran 2020.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan bagi kepentingan peningkatan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli maupun keterampilan bermain bolavoli. Serta, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya dengan konteksnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi siswa, mampu mengetahui keterampilan bermain bolavoli dalam dirinya sendiri sehingga siswa terpacu untuk meningkatkan keterampilannya.
- b. Sebagai masukan kepada pembina kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dalam rangka mengembangkan pembinaan olahraga bolavoli di SMK Nasional Nganjuk.
- c. Bagi pihak sekolah, dengan diadakannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan agar lebih memperhatikan keterampilan siswanya dalam bermain bolavoli agar dapat lebih berprestasi dan membawa nama baik sekolah.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Keterampilan

Keterampilan merupakan suatu kemampuan atau kecakapan untuk dapat menyelesaikan tugas tertentu dengan baik. Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatih dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pada hakekatnya seluruh tugas dalam kehidupan sehari-hari senantiasa melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan itu baru dapat diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57-59).

Keterampilan dasar dalam permainan bolavoli itu sangat penting untuk dimiliki oleh atlet dalam mencapai prestasi yang maksimal. Keterampilan merupakan sebuah derajat yang konsisten dalam mencapai sebuah tujuan yang dilakukan secara efektif dan efisien yang ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri (Bani Tri Umboro 2009: 13).

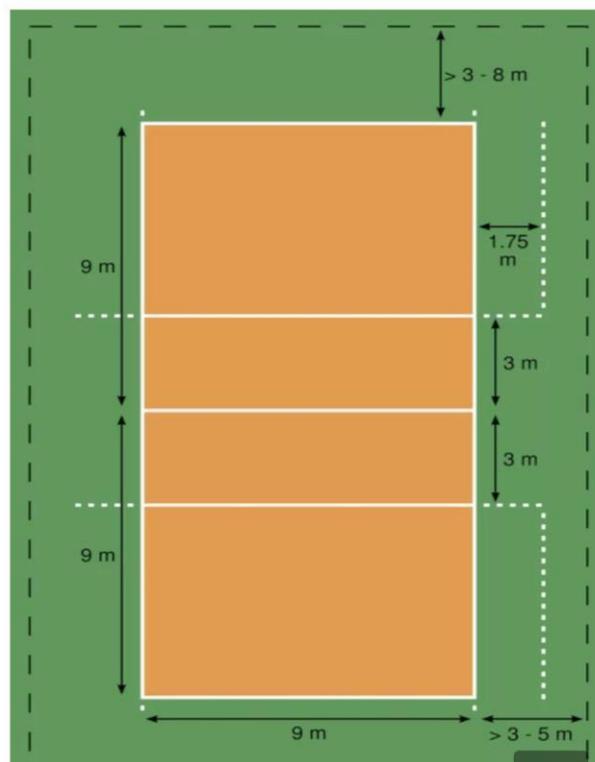
Keterampilan dasar bermain bolavoli dapat disimpulkan adalah sebuah derajat kemampuan untuk melakukan sesuatu teknik dasar permainan bolavoli yang dilakukan secara efektif dan efisien yang ditentukan oleh adanya kecepatan, ketepatan, bentuk, dan kemampuan dalam menyesuaikan diri. Keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu.

2 Hakikat Permainan Bolavoli

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar- benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli. Permainan bolavoli adalah sebuah permainan yang mudah dilakukan, menyenangkan dan bisa dilakukan di halaman/lapangan. (Ahmad Rithaudin dan Bernadicta Sri Hartati, 2016: 52).

Menurut Suhadi (2004: 7), permainan bolavoli hakikatnya adalah memvoli bola dengan menggunakan seluruh anggota badan dan menyeberangkan melalui net ke lapangan lawan. Permainan bolavoli dimainkan dengan menggunakan bola besar oleh dua regu. Tiap regu hanya boleh memvoli bola sebanyak tiga kali dan tiap pemain tidak melakukan sentuhan dua kali berturut-turut, kecuali blocking. Lapangan

permainan bolavoli berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Lapangan permainan bolavoli dipisahkan oleh net dengan ukuran lebar 1 meter dan panjang 9,50 meter dipasang secara vertikal di atas garis tengah lapangan. Dengan tinggi net untuk putra adalah 2,43 meter dan untuk putri 2,24 meter. (PBVSI, 2004: 1).



Gambar 2.1 Gambar lapangan bolavoli
(sumber Ensiklopedi Olahraga 2003)

Berikut ini penjelasan tentang ukuran net bolavoli untuk putra dan putri:

- a) Tinggi net bolavoli putra: 2,43 meter
- b) Tinggi net bolavoli putri: 2,24 meter
- c) Panjang net bolavoli: 9 meter
- d) Lebar net bolavoli: 1 meter

- e) Tinggi antena tiang net bolavoli 80 cm (berada di atas net)
- f) Tinggi tiang net bolavoli 2,55 meter
- g) Jarak antara tiang net dengan garis tepi/samping lapangan bolavoli: 0,5 cm-1 meter)
- h) Pita tepian atas net bolavoli: 5 cm
- i) Pita tepian samping net bolavoli: 5 cm (dengan panjang 1 meter)
- j) Ukuran mata jala net bolavoli: 10 cm (berbentuk persegi)

Berikut ini standart ukuran bolavoli yang digunakan dalam pertandingan resmi nasional maupun internasional:

- 1) Ukuran keliling bolavoli: 65-67 cm
- 2) Berat bolavoli: 260 – 280 gram
- 3) Tekanan bolavoli: 0,30 – 0,325 kg/cm² (4,26 – 4,61 psi, 294,3 – 318,82 mbar atau hPa).
- 4) Diameter bolavoli sekitar: 18 – 20 cm

Sebuah tim terdiri dari 6 pemain di lapangan selama pertandingan. Suatu regu tidak boleh beranggotakan lebih dari 12 pemain. Susunan posisi pemain di awal pertandingan menentukan urutan servis selama pertandingan berlangsung. Pemain dari kedua tim harus berada dalam urutan posisi rotasi yang benar pada saat servis dilakukan oleh kedua pihak. (Barbara, 2000: 5).

Posisi pemain bolavoli menjadi 4 bagian:

- (a) *Set- Upper* atau *Toser* yang bertugas sebagai orang yang mengatur serangan dari tim.

(b) *Spiker* atau *Smasher* sebagai *bloker* atau memblock bola untuk membendung serangan dari tim lawan.

(c) *Libero* atau *Defender* yang bertugas menerima dan menahan berbagai serangan dari pemain atau lawan dengan melakukan *passing*.

(d) *Server* yang merupakan posisi dimana pemainnya melakukan *servis*. Setelah melakukan *servis*, pemain diposisi ini juga menjadi *defender* atau *libero*.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli adalah cabang olahraga net yang dimainkan dua regu di atas lapangan persegi 4 dengan lebar lapangan 9 meter dan panjang lapangan 18 meter, bola dimainkan dengan menggunakan cara memvoli bola di udara dan melewatkan bola di atas net dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lawan untuk menang. Bolavoli bersifat rekreatif untuk mengisi waktu luang dan kemudian berkembang ke arah tujuan-tujuan yang lain seperti pencapaian prestasi. Permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang diajarkan dan menjadi cabang olahraga pilihan di seluruh jenjang sekolah.

3. Hakikat Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli. Oleh karena itu diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik- teknik

lanjutan yang baik untuk dapat bermain bolavoli secara efektif (Nuril Ahmadi, 2007: 20).

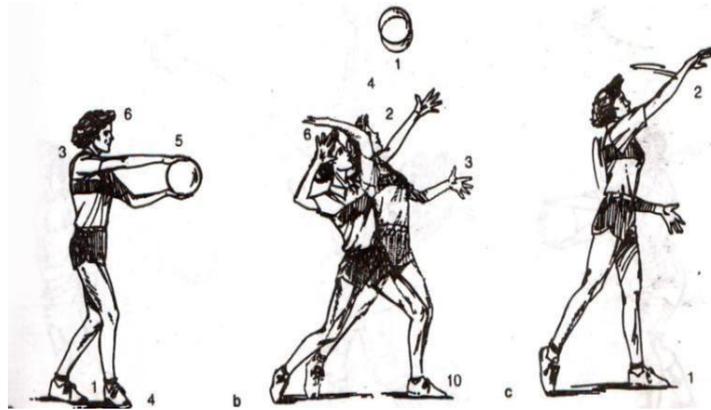
Menurut Suharno HP (1979: 35), teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli, teknik ini erat sekali hubungannya dengan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bolavoli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bolavoli. Dalam permainan bolavoli terdapat teknik-teknik dasar permainan bolavoli antara lain: servis, *passing*, *smash* dan *block*.

a. Servis

Menurut M. Yunus (1992: 69), servis merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik saat ini hanya sebagai permulaan permainan, tapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20), servis adalah pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setiap terjadinya kesalahan. Pukulan servis sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan servis harus meyakinkan, terarah, keras dan menyulitkan lawan.

Menurut beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan servis adalah pukulan pertama ke daerah lawan yang dilakukan dari belakang garis untuk memulai sesuatu permainan bolavoli.



Gambar 2.2. Rangkaian gerak servis
(Barbara L Viera dan Bonnie Jill
Fergusson, 2000: 31)

1) *Passing*

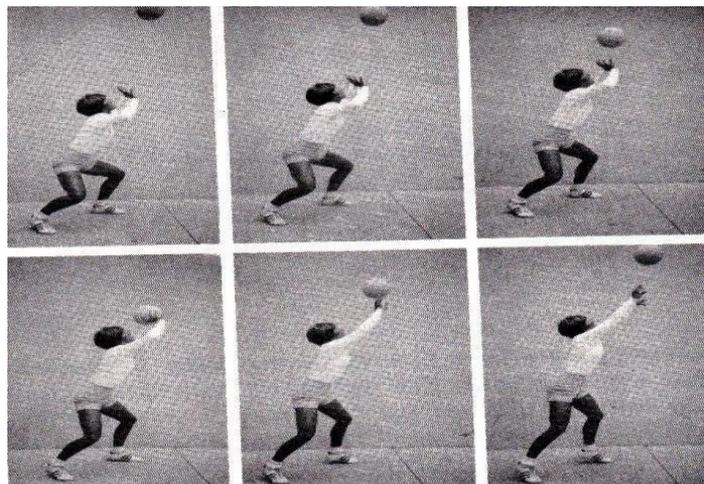
Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22).

Passing adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan (M. Yunus, 1992: 79). Teknik *passing* dibedakan lagi menjadi dua yaitu teknik *passing* atas dan teknik *passing* bawah.

a) *Passing* Atas

Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga berada di muka setinggi hidung. Sudut antara sikut dan badan kurang lebih 45 derajat. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 26-27) memainkan bola dengan teknik *passing* atas dapat dilakukan dengan berbagai variasi yaitu antara lain: a) *passing* atas ke arah belakang lewat atas kepala, b) *passing* atas ke arah samping pemain, c) *passing* atas sambil melompat ke atas, d) *passing* sambil menjatuhkan diri kesamping, e) *passing* atas sambil menjatuhkan diri ke belakang.



Gambar 2.3. Teknik *Passing* Atas (Frances Schaafsma and Ann Heck, 1971: 20)

b) *Passing* Bawah

Passing bawah ini merupakan teknik dalam permainan bolavoli yang mempunyai banyak fungsi dan kegunaan. *Passing* bawah merupakan teknik dasar permainan bolavoli. Teknik ini bisa digunakan untuk memulai penyerangan, mengantisipasi bola datang tidak terduga, dan usaha- usaha penyelamatan di luar lapangan bolavoli.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) memainkan bola dengan lengan bagian bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting. Kegunaan *passing* bawah antara lain:

- 1) Untuk penerimaan servis,
- 2) Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa *smash* atau serangan,
- 3) Untuk pengambilan bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan net,
- 4) Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpentol jauh dari lapangan permainan, dan
- 5) Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya. Adapun teknik *passing* bawah adalah sebagai berikut:

- 1) Persiapan

- a) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh.

- b) Genggam jemari tangan.
- c) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar.
- d) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
- e) Bentuk landasan dengan lengan siku terkunci.
- f) Lengan sejajar dengan paha.
- g) Pinggang lurus.
- h) Pandangan ke arah bola.

2) Pelaksanaan

- a) Terima bola di depan badan.
- b) Kaki sedikit diulurkan.
- c) Berat badan dialihkan ke depan.
- d) Pukullah bola jauh dari badan.
- e) Pinggul bergerak ke depan.
- f) Perhatikan bola saat menyentuh lengan.
- g) Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas di antara pergelangan tangan dan siku.

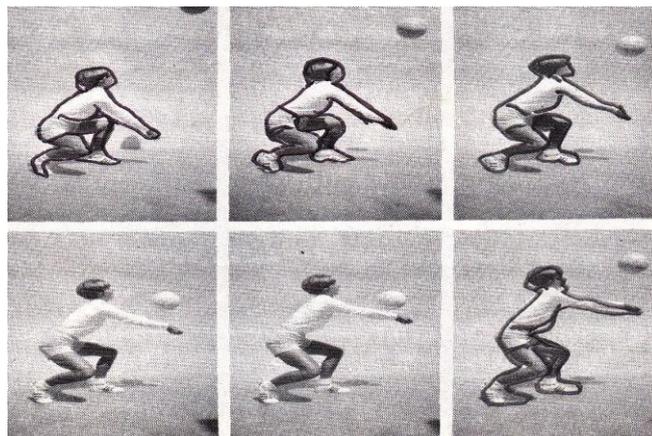
3) Gerakan lanjutan

- a) Jari tangan tetap terkunci.
- b) Siku tetap terkunci.
- c) Landasan mengikuti bola ke sasaran.
- d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.

e) Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

Dalam permainan bolavoli, memainkan bola dengan teknik *passing* bawah ada kalanya harus menggunakan satu lengan apabila posisi bola tidak memungkinkan dengan kedua tangan. Dalam hal ini, biasanya bola jatuh jauh dari posisi pemain baik disamping atau didepan.

Passing dapat disimpulkan upaya seseorang pemain untuk mengoperkan bola dengan teknik tertentu kepada teman sendiri untuk memulai serangan ke daerah lawan.



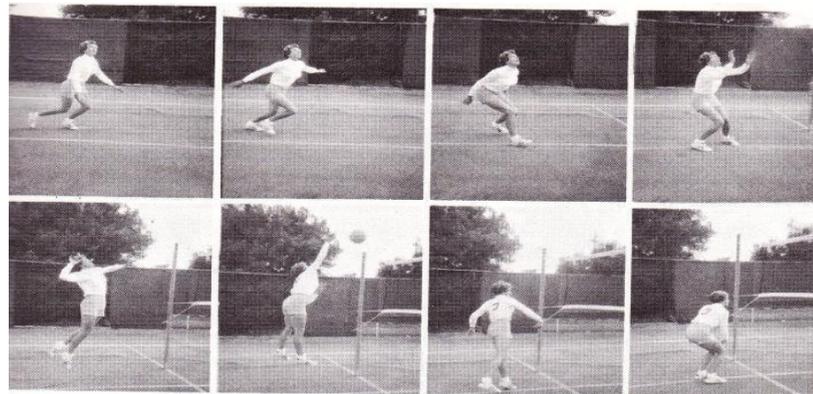
Gambar 2.4. Teknik *Passing* Bawah (Frances Schaafsma and Ann Heck, 1971: 1)

2) *Smash*

Smash adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan (M. Yunus, 1992: 108). Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007: 31) *smash* atau *spike* adalah pukulan bola yang keras dari atas kebawah, jalannya menukik. Gerakan *smash* terdiri dari gerak awalan, tolakan untuk meloncat,

memukul bola saat melayang di udara, dan mendarat kembali setelah melakukan pukulan.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *smash* merupakan bentuk serangan kepada tim lawan yang paling banyak digunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.



Gambar 2.5 Teknik *Smash* (Frances Schaafsma and Ann Heck, 1971: 39)

3) Block

Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan (M. Yunus, 1992: 119). Dalam permainan bolavoli *block* merupakan alat pertahanan yang paling efektif. *Block* dapat dilakukan oleh satu orang pemain, dua orang pemain, bahkan tiga orang pemain dari posisi depan.

Presentase keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena arah bola *smash* yang akan di *block*, dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan melakukan *block* sangat ditentukan oleh

ketinggian loncatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang di pukul lawan. *Block* dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan *block* tangan digerakkan ke kanan atau ke kiri) atau juga pasif, tangan hanya dijulurkan ke atas tanpa di gerakkan (Nuril Ahmadi, 2007: 30).

4. Hakikat Ekstrakurikuler Bolavoli di SMK Nasional Nganjuk

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi (Moh.Uzer Usman, 1993: 22).

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia (2014: 2), kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan, bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan. Adapun definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah dan luar sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum

(Depdikbud, 1994: 6).

Dapat disimpulkan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran tetap untuk memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan dalam berbagai hal, seperti olahraga dan seni. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga merupakan salah satu cara menampung dan mengembangkan potensi siswa yang tidak tersalurkan saat kegiatan akademik sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Nasional Nganjuk cukup diminati siswa. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dilakukan 1 kali dalam seminggu yang dilaksanakan setiap hari senin dengan lama latihan 90 menit dimulai dari pukul 15.30-17.00 WIB. Dalam pembinaan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Nasional Nganjuk didukung dengan sarana dan prasarana berupa lapangan bolavoli *outdoor*, 6 bolavoli, dan 1 net. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa SMK Nasional Nganjuk sebagai salah satu lembaga pendidikan di Kabupaten Nganjuk yang ikut berpartisipasi dalam penyelenggaraan ekstrakurikuler bolavoli di sekolah.

5. Karakteristik Siswa di SMK Nasional Nganjuk

Menurut Yudrik Jahja (2011: 236), masa usia menengah itu bertepatan pada masa usia remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat yang khas dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam

masyarakat orang dewasa. Masa ini dapat diperinci lagi menjadi:

a. Masa praremaja (remaja awal)

Masa ini ditandai oleh sifat negative seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, pesimistis. Sifat negatif tersebut yaitu:

- 1). Negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun mental
- 2). Negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat maupun dalam bentuk agresif masyarakat.

b. Masa remaja (remaja madya)

Pada masa ini dalam diri tumbuh dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya dan juga dapat merasakan suka maupun duka bersama. Pada masa ini juga mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut dengan masa merindu puja, yaitu sebagai gejala remaja.

c. Masa remaja akhir

Pada masa ini remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapailah masa remaja akhir dan telah tercapailah tugas-tugas perkembangan masa remaja yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu ke dalam masa dewasa.

Menurut Rita Eka Izzaty (2013 :128), membagi masa remaja ke dalam tahapan-tahapan perkembangan, yaitu:

1) Perkembangan kognitif

Seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, dimana informasi yang di dapatkan tidak langsung diterima begitu saja, tetapi mereka mampu membedakan hal-hal yang di anggap lebih penting. Kemampuan berpikir tersebut tercakup dalam aspek kognitif yang sering disebut kecerdasan atau inteligensi.

2) Perkembangan afektif

Ada beberapa sikap yang ditampilkan remaja dari proses tersebut, yaitu : menarik perhatian dengan cara menonjolkan diri dan menaruh perhatian pada orang, sering menolak aturan dan campur tangan dengan orang dewasa untuk urusan pribadinya.

Dari semua perubahan yang terjadi dalam sikap dan perilaku, yang paling menonjol adalah di bidang heteroseksual. Mereka mengalami perkembangan dari yang tidak suka lawan jenis menjadi suka. Terkait dengan sikap hubungan heteroseksual ada beberapa tujuan yang dicapai oleh remaja yaitu remaja dapat berinteraksi dengan lawan jenis, dimana akan mempermudah perkembangan sosial mereka. Kedua,

remaja akan dapat melatih diri untuk jadi lebih mandiri. Ketiga, remaja akan mendapatkan status tersendiri dalam kelompok dan yang terakhir, remaja dapat belajar melakukan memilih teman.

3) Perkembangan psikomotorik

Menurut Yudrik Jahja (2011: 231), perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris, keterampilan motorik. Perubahan pada tubuh ditandai dengan perubahan bentuk tubuh, penambahan tinggi dan berat tubuh, proporsi muka dan badan, pertumbuhan tulang dan otot, kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja itu mulai beralir dari masa kanak-kanak menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya ialah kematangan. Perubahan fisik otak strukturnya semakin sempurna untuk meningkatkan kemampuan kognitif.

Pertumbuhan berat badan dan panjang badan berjalan paralel dipengaruhi oleh hormon mamotropik dan gonadotropik, yang mempengaruhi peningkatan kegiatan pertumbuhan dan perkembangan ciri-ciri khas primer dan sekunder. Pertumbuhan pada laki-laki bertambah

berat karena kuatnya urat daging dan wanita karena jaringan pengikat dibawah kulit terutama dibawah paha, lengan dan dada. Percepatan pertumbuhan pada wanita berakhir pada usia 13 tahun dan pada laki-laki pada usia 15 tahun (Rita Eka Izzaty, 2013: 125)

B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

Manfaat dari penelitian yang terdahulu yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian dari Bani Tri Umboro dengan judul “Tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul”. Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut: tingkat siswa yang bermain bolavoli sangat baik adalah 5 siswa (9,26%), baik 9 siswa (16,67%), cukup baik 19 siswa (35,19%), kurang baik 20 siswa (37,04%), sangat kurang baik 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan dari jumlah siswa sebanyak 54 siswa maka dikatakan bahwa tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas XI di SMA Negeri 1 Pundong Bantul dalam kategori cukup baik.
2. Penelitian dari Niken Arista Wardani dengan judul “Tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa kelas X SMK PIRI 3 Yogyakarta tahun ajaran 2011/2012”. Hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa kelas X SMK PIRI 3

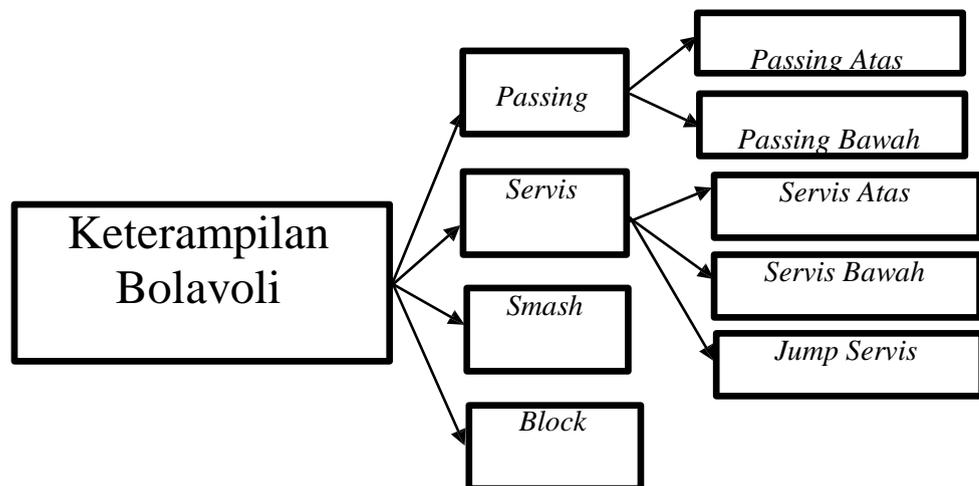
Yogyakarta, berkategori kategori sangat baik 8,3 %, diikuti kategori baik 27,1 %, kategori cukup 22,9 %, kategori kurang 37,5 %, dan kategori sangat kurang 4,2 %. Dengan demikian dapat disimpulkan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa kelas X SMK PIRI 3 Yogyakarta adalah kurang.

Dari penelitian diatas terdapat perbedaan yakni tingkat keterampilan bermain bolavoli kelas XII SMA Negeri 1 pundong bantul yogyakarta dakam kategori cukup baik, sedangkan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa kelas X SMK PIRI 3 Yogyakarta dalam kategori kurang

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teoritik di atas, untuk dapat bermain bolavoli seseorang harus mempunyai keterampilan dalam bermain bolavoli. Keterampilan dasar antara lain teknik *serve*, *passing*, *smash*, dan *block*. Tanpa penguasaan teknik dasar tersebut tidak dapat bermain secara baik pula. Seseorang dikatakan terampil apabila kegiatan yang dilakukan ditandai oleh kemampuannya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi (cepat atau cermat) dan dengan tingkat keajegan yang relatif tepat. Tingkat keterampilan bermain bolavoli merupakan dasar yang harus dimiliki oleh seseorang untuk dapat bermain bolavoli dengan baik. Semakin baik tingkat keterampilan siswa, semakin besar pula kesempatan untuk berprestasi. Sebaliknya, jika siswa kurang terampil, maka kesempatan berprestasi akan berkurang.

Tes keterampilan bermain bolavoli dengan menggunakan tes servis, *passing* atas, *passing* bawah, dan *smash* yang dilakukan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan para siswa dalam menguasai keterampilan bermain bolavoli, sehingga dapat melancarkan jalannya proses kegiatan ekstrakurikuler agar lebih berhasil dalam mencapai tujuan dan dapat dijadikan sebagai acuan untuk menentukan program latihan. Agar dapat meningkatkan prestasi olahraga bolavoli khususnya SMK Nasional Nganjuk dan sekolah-sekolah yang lain pada umumnya.



Gambar 2.6 Kerangka Berfikir

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat keterampilan bermain bolavoli. Tingkat keterampilan bermain bolavoli adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif dan efisien siswa. Dalam keterampilan bolavoli yang terdiri dari servis, *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *block*. Tetapi dalam penelitian ini, untuk mengukur keterampilan bermain bolavoli hanya menggunakan empat unsur tanpa mengukur keterampilan dasar teknik *block*, karena tanpa adanya teknik dasar *block* dan hanya menggunakan empat teknik dasar yang lain suatu permainan bolavoli sudah bisa dilaksanakan. Empat unsur yang akan diukur yaitu: (1) *passing* atas dengan memantulkan bola ke arah daerah sasaran dengan enam kali percobaan, (2) *passing* bawah dengan memantulkan bola ke arah daerah sasaran dengan enam kali percobaan, (3) *smash* dengan melewati jaring net dengan lima kali percobaan, (4) *servis* sebanyak enam kali percobaan.

B. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini meneliti mengenai tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli, artinya dalam penelitian ini

peneliti hanya ingin menggambarkan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler pada saat pengujian berlangsung tanpa pengujian hipotesis. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan tes. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri yaitu tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan SMK Nasional Nganjuk yang terletak di Jl. K.H. Imam Ghozali No.5 Desa Sanggrahan Kec. Prambon Kab. Nganjuk. Rencana Penelitian ini tanggal 17 bulan Desember 2018.

Tabel 3.1
Jadwal Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	ei	Jul	Okt
1	Pengajuan Judul								
2	Pengesahan Judul								
3	Pembuatan Proposal								
	a. Penulisan Bab 1								
	b. Penulisan Bab II								
	c. Penulisan Bab III								
4	Seminar Proposal								
5.	Revisi Proposal								
6.	Pengumpulan Data								
7.	Analisis Data								
8.	Penyusunan Laporan								
9.	Ujian Skripsi								

D. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek/objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiono, 2006: 55). Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa putra maupun putri yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Nasional Nganjuk.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto (2010: 174). Sampel penelitian yang digunakan adalah 20 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMK Nasional Nganjuk.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan peneliti pada saat menggunakan suatu metode (Suharsimi Arikunto, 1991: 104). Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya dapat lebih mudah dan juga hasilnya dapat lebih lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah untuk diolah.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ini dengan cara tes keterampilan bolavoli yang meliputi tes servis, tes passing dan tes smas. Tes ini dimaksudkan untuk mengadakan klasifikasi mengukur kemajuan,

menganalisa kecakapan dan sekaligus sebagai dasar evaluasi. Tes keterampilan bola voli ini merupakan tes yang diperuntukkan bagi remaja putra yang berumur 13 tahun ke atas. Tes ini merupakan rangkaian dari 3 item tes, yaitu servis tes, passing dan tes smash menurut Fanlampir & Faruq (2015:195-202). Validitas dan reliabilitas tes tidak dilaporkan (unreported).

a. Tes servis

Tujuan : untuk mengukur ketepatan dan kecepatan bola dalam servis dengan gerakan koordinasi yang meliputi unsur reaksi ketetapan keluwesan dan kecepatan.

Perlengkapan :

- 1) Dua lapangan bola voli,
- 2) Dua buah tiang panjang masing-masing setinggi 3,5 m,
- 3) Dua utas tali masing-masing 10 m,
- 4) Bola voli paling sedikit satu dan paling banyak 6 atau tidak terbatas,
- 5) Stopwatch,
- 6) Formulir tes dan alat tulis.

Petugas:

Testi yang diperlukan adalah seorang yang bertugas mengamati jalannya bola pada saat melampaui net dan seorang lagi mengawasi bola dan merangkap sebagai pencatat jatuhnya

bola.

Pelaksanaan:

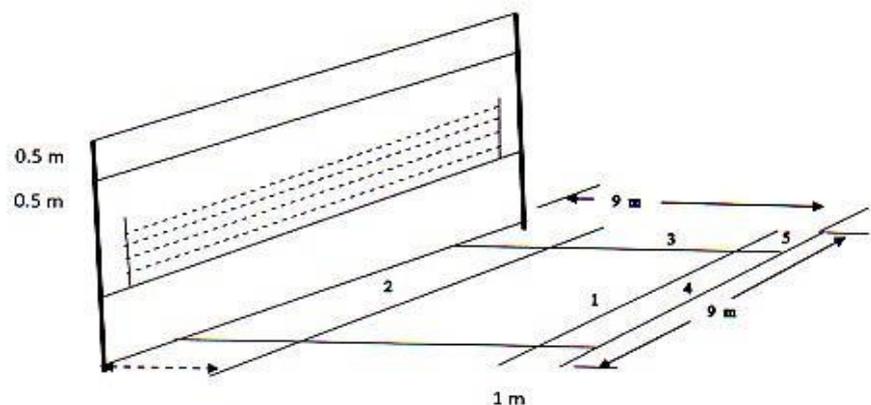
- 1) Testi berada di dalam daerah servis dan melakukan servis sesuai dengan aturan servis yang sah dalam permainan,
- 2) Bentuk pukulan servis adalah bebas,
- 3) Kesempatan untuk melakukan servis adalah 6 kali,
- 4) Kepada testi dijelaskan bahwa semakin rendah bola melampaui net, maka koefisien yang dikalikan dengan sasaran adalah semakin besar,
- 5) Bola yang mengenai jaring atau jatuh di luar batas lapangan dinyatakan gagal dan dihitung telah melakukan pukulan, demikian juga apabila bola dipukul atau diservis dengan cara yang tidak sah.

Penilaian:

- 1) Nilai setiap servis ditentukan oleh tinggi bola pada saat melampaui net dan angka sasaran di mana bola jatuh,
- 2) Bola yang melampaui jaring di antara batas atas net dan tali setinggi 0,5 m daripadanya, maka nilainya adalah angka sasaran dikalikan 3,
- 3) Bola yang melewati di antara kedua tali yang direntangkan, maka nilainya angka sasaran 2x,
- 4) Bola yang melewati net lebih tinggi dari tali yang tertinggi, maka nilainya sama dengan angka sasaran (angka sasaran

x1),

- 5) Bola yang menyentuh tali batas di atas net dinyatakan telah melampaui ruang dan angka pengalinya adalah pengali yang lebih besar,
- 6) Bola yang menyentuh garis batas sasaran dihitung telah mengenai sasaran dan dihitung angka sasarannya yang lebih besar;
- 7) Bola yang diservis dengan cara yang tidak sah atau bola menyentuh net dan atau jatuh di luar lapangan, maka nilainya sama dengan nol,
- 8) Jumlah dari empat kali hasil perkalian yang terbaik dicatat sebagai skor akhir testi.



Gambar 3. 1. Lapangan Tes Servis
Sumber: Fenanlampir & Faruq (2015: 197)

b. Tes passing

Tujuan : Untuk mengukur ketepatan mengarahkan bola saat passing.

Perlengkapan :

- 1) Dua lapangan bola voli,
- 2) Dua buah tiang panjang masing-masing setinggi 3,5 m,
- 3) Dua utas tali masing-masing 10 m,
- 4) Bola voli paling sedikit satu dan paling banyak 6 atau tidak terbatas,
- 5) Stopwatch,
- 6) Formulir tes dan alat tulis.

Petugas:

- 1) Seorang yang bertugas untuk melemparkan bola kepada peserta tes,
- 2) Seorang lagi sebagai pengamat bola hasil umpan, apakah bola tersebut lewat atas atau bawah tali yang direntangkan di atas garis serang dan sekaligus mencatat tempat jatuhnya bola di daerah sasaran.

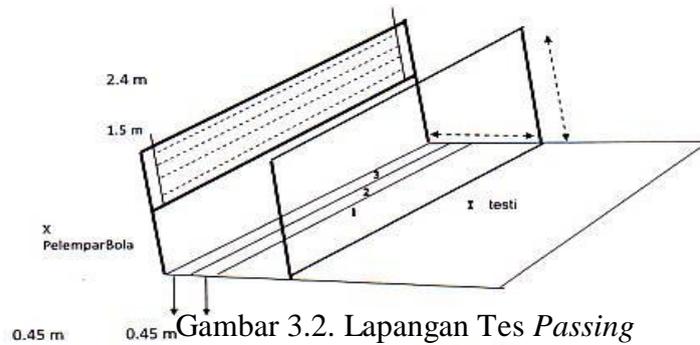
Pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri di belakang garis serang,
- 2) Testi melakukan gerakan passing bola secara bebas, tetapi harus sesuai aturan passing yang sah menurut peraturan yang berlaku,

- 3) Enam kali kesempatan diberikan kepada setiap peserta tes,
- 4) Bola yang dimainkan secara tidak sah, tidak melampaui tali menyentuh jaring ayai jatuh di luar daerah yang ditentukan dinyatakan gagal dan tetap dihitung telah melakukan untuk memancing bola.

Penilaian:

- 1) Skor setiap passing ditentukan oleh angka sasaran yang disentuh bola,
- 2) Nilai 0 juga diberikan untuk setiap bola yang dimainkan secara tidak sah, misalnya mengangkat, mendorong dan sebagainya,
- 3) Nilai 0 juga diberikan apabila bola tidak melampaui tali yang direntangkan, menyentuh garis tengah atau bola jatuh di luar sasaran,
- 4) Bola yang menyentuh garis sasaran kecuali garis tengah, dihitung telah memasuki sasaran dengan angka yang lebih besar, skor akhir passing adalah jumlah empat kali skor terbaik.



Gambar 3.2. Lapangan Tes *Passing*
Sumber: Fenanlampir & Faruq (2015: 200)

Catatan :

Gambaran di atas untuk kelompok umur 13-15 tahun. Sedangkan untuk kelompok umur 15-18 tahun, lebar daerah skor 3 dan 2 masing-masing 0,6 m.

c. Tes smash

Tujuan : untuk mengukur ketepatan mengarahkan bola dengan cepat dalam smash.

Perlengkapan:

- 1) Dua lapangan bola voli,
- 2) Dua buah tiang panjang masing-masing setinggi 3,5 m,
- 3) Dua utas tali masing-masing 10 m,
- 4) Bola voli paling sedikit satu dan paling banyak 6 atau tidak terbatas,
- 5) Stopwatch,
- 6) Formulir tes dan alat tulis.

Petugas:

- 1) Seorang yang bertugas melambungkan bola untuk di-smash,

- 2) Seorang sebagai pencatat waktu,
- 3) Seorang lagi yang bertugas mengawasi di mana jatuhnya bola sekaligus mencatat skornya.

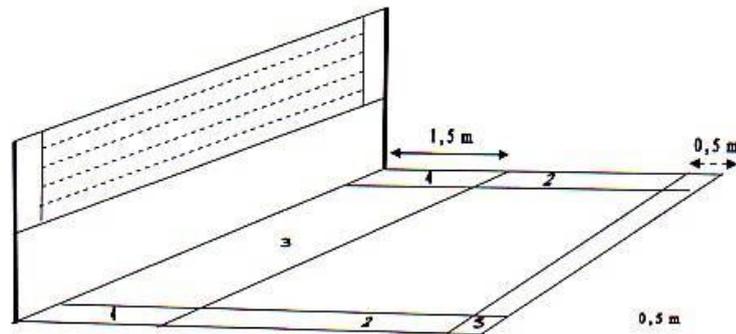
Pelaksanaan:

- 1) Testi berada di daerah serang atau boleh juga bebas, yang penting masih di dalam lapangan permainan,
- 2) Bola dilambungkan ke dekat atau jaring menuju ke arah testi, selanjutnya dengan atau tanpa awalan, testi tersebut melompat dan men-smash bola melampaui net ke dalam lapangan seberang,
- 3) Stopwatch dihidupkan bersamaan dengan saat bola tersentuh oleh tangan smasher dan dimatikan tepat pada saat bola menyentuh lantai (waktu dicatat hingga sepersepuluh detik),
- 4) Lima kali kesempatan diberikan kepada setiap testi,
- 5) Pemanasan sebelum melakukan tes diizinkan, asal dilakukan dengan cara yang lazim, akan tetapi mencoba tes adalah dilarang,
- 6) Jika tersedia mesin pengumpan, maka hal tersebut akan lebih baik untuk melayani testi.

Penilaian:

- 1) Skor untuk tes smash ditentukan oleh skor sasaran dan waktu atau kecepatan jalannya bola,

- 2) Testi mendapatkan nilai 0, apabila menyentuh net atau bola jatuh di luar sasaran. Meskipun skor sasaran 0, akan tetapi waktu tetap dicatat,
- 3) Skor akhir smash adalah jumlah nilai dan waktu dari lima kali kesempatan dicatat sebagai skor akhir testi.



Gambar 3.3 : Lapangan Tes Smas
Sumber: Fenanlampir & Faruq (2015: 201)

Setelah ketiga item tes tersebut dilakukan, maka skor ketiganya dikonversikan ke dalam rumus berikut ini.

$$\text{Rumus : Indeks} = 1,2 \text{ skor servis} + 0,2 \text{ skor passing} + \\ (0,5 \text{ skor smash} - 1,0 \text{ waktu smash})$$

Tabel 3.2 Norma Tes Keterampilan Bolavoli
Sumber: Fenanlampir & Faruq (2015: 202)

Umur dan Indeks Skor	
13-15 Tahun	Kategori
> 21	Baik
13-20	Cukup
3-12	Kurang
< 2	Buruk

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan persentase. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 240) secara garis besar pekerjaan analisis data meliputi 3 langkah yaitu: 1) persiapan, 2) tabulasi, 3) statistik deskriptif dalam penelitian ini untuk menggambarkan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa.

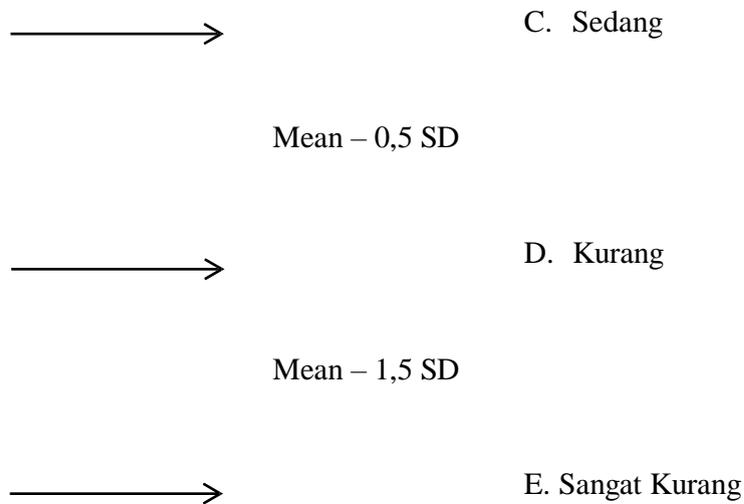
Menurut Sugiyono (2013: 207), statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Data-data yang diperoleh tiap-tiap item tes merupakan data kasar, selanjutnya hasil kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara mengkonsultasikan data kasar dari tiap-tiap butir tes yang telah dicapai oleh siswa dengan kategori sangat baik, baik, sedang, kurang, dan sangat kurang. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batas norma (Anas Sudjono, 2006 : 175) sebagai berikut:

—————→ A. Sangat Baik

Mean+1,5 SD

—————→ B. Baik

Mean+0,5 SD



Setelah diketahui tingkat keterampilan bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler SMK Nasional Nganjuk tahun ajaran 2020 yang termasuk kategori: Sangat Baik, Baik, Sedang, Kurang, dan Sangat Kurang, maka akan dapat ditentukan besar persentase dari tiap kategori penilaian. Menurut B. Syarifudin (2010: 112), cara mengubah skor/ nilai ke dalam bentuk persentase, yaitu dengan rumus :

$$\% = \frac{\sum X}{\sum Maks} \times 100$$

Keterangan :

- | | |
|-------------|-----------------------|
| % | : Persentase |
| $\sum X$ | : Skor X hitung |
| $\sum Maks$ | : Skor maksimal ideal |

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Peserta Ektrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

Hasil penilaian kemampuan keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli diperoleh hasil skor minimum sebesar = 17; skor maksimum = 36; *mean* = 34,56; dan *standard deviasi* = 18,62.

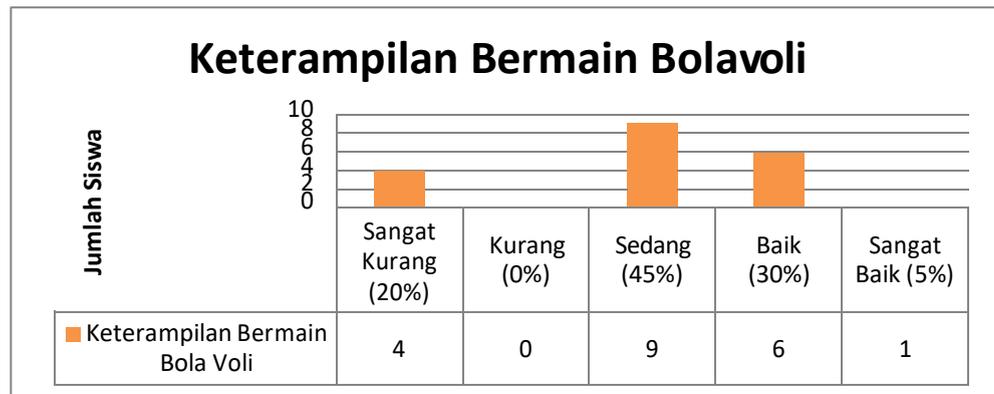
		Descriptive Statistics			
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	20	17	36	34,56	18,62
Valid N (listwise)	20				

Deskripsi hasil penilaian keterampilan bolavoli peserta ekstrakurikuler SMK Nasional Nganjuk, dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini:

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X \geq 36$	Sangat Baik	1 siswa	5,00%
2	$30 \leq X < 35$	Baik	6 siswa	30,00%
3	$24 \leq X < 29$	Sedang	9 siswa	45,00%
4	$18 \leq X < 23$	Kurang	0 siswa	0,00%
5	$X < 17$	Sangat Kurang	4 siswa	20.00 %
Jumlah			20 siswa	100%

Tabel 4.1. Deskripsi Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Peserta Ektrakurikuler Bola Voli SMK Nasional Nganjuk

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar diagram 4.1 di bawah ini



Gambar 4.1. Diagram Keterampilan Bermain Bolavoli Peserta Ektrakurikuler SMK Nasional Nganjuk

Berdasarkan tabel 3 dan gambar 4.1 di atas diketahui bahwa keterampilan dasar bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk, untuk kategori “baik sekali” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,00%; kategori “baik” sebanyak 6 siswa atau sebesar 30,00%; kategori “sedang” sebanyak 9 siswa atau sebesar 45,00%; kategori “kurang” sebanyak 0 siswa atau sebesar 00,00%; dan ketegori “kurang sekali” sebanyak 4 siswa atau sebesar 20,00%. Maka dari hasil penelitian siswa peserta ekstrakurikuler SMK Nasional Nganjuk masuk dalam kategori sedang sebanyak 9 siswa atau sebesar 45,00%

2. Keterampilan *Passing* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional

Nganjuk

Hasil penilaian keterampilan teknik dasar *passing* bolavoli diperoleh hasil skor minimum sebesar = 6; skor maksimum = 17; *mean*= 13,2;

dan *standard deviasi* = 5,24.

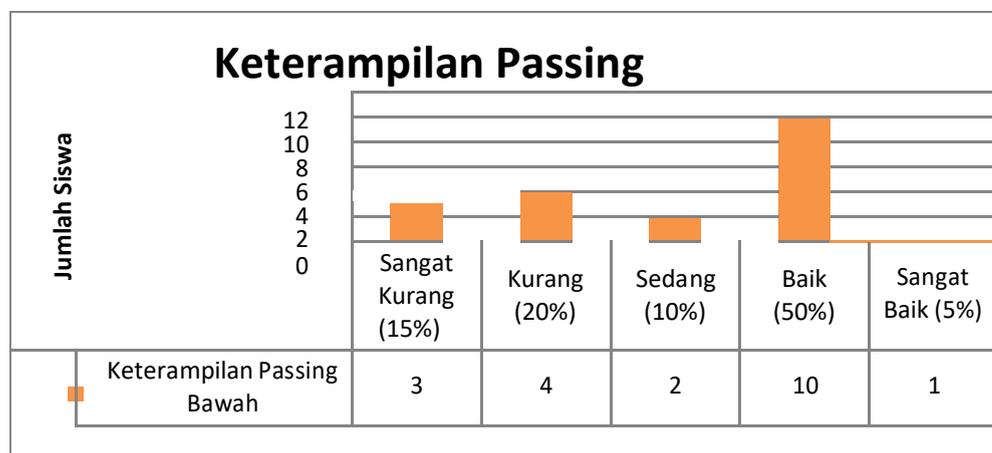
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	20	6	17	13,2	5,24
Valid N (listwise)	20				

Deskripsi hasil penilaian keterampilan teknik dasar *passing* dalam permainan bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler SMK Nasional Nganjuk dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini:

Tabel 4.2. Deskripsi Keterampilan Teknik Dasar *Passing* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Nasional Nganjuk

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X \geq 17$	Sangat Baik	1 siswa	5,00%
2	$14 \leq X < 16$	Baik	10 siswa	50,00%
3	$11 \leq X < 13$	Sedang	2 siswa	10,00%
4	$8 \leq X < 10$	Kurang	4 siswa	20,00%
5	$X < 7$	Sangat Kurang	3 siswa	15,00%
Jumlah			20 siswa	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar diagram 4.2 di bawah ini:



Gambar 4.2 Diagram Keterampilan *Passing* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

Berdasarkan tabel 4.2 dan gambar 4.2 di atas diketahui bahwa keterampilan *passing* siswa peserta ekstrakurikuler bola voli MTsN 3 Nganjuk, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,00%; kategori “baik” sebanyak 10 siswa atau sebesar 50,00%; kategori “sedang” sebanyak 2 siswa atau sebesar 10,00%; kategori “kurang” sebanyak 4 siswa atau sebesar 20,00%; dan kategori “sangat kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15,00%.

3. Keterampilan *Smash* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional

Nganjuk

Hasil penilaian keterampilan *smash* diperoleh hasil skor minimum sebesar = 13, skor maksimum = 24; *mean* = 21,4; dan *standard deviasi* = 3,66.

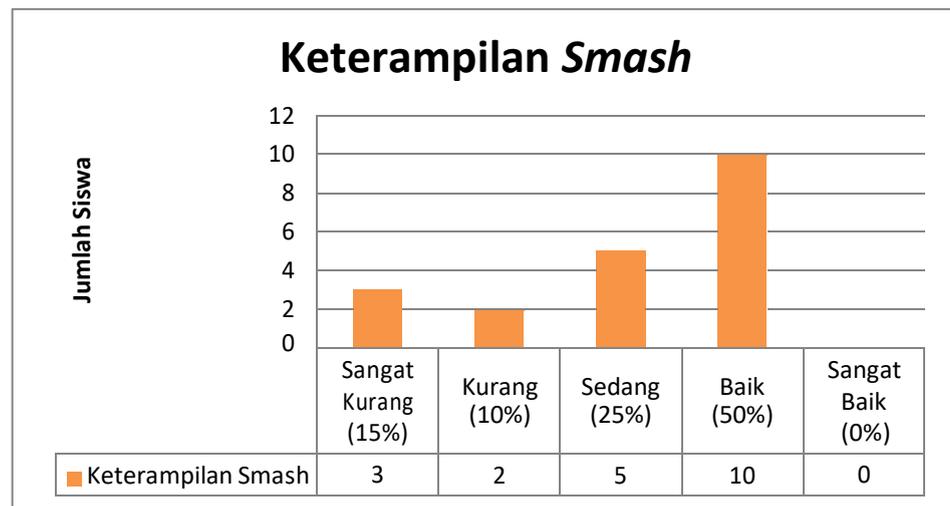
		Descriptive Statistics			
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	20	13	24	21,40	3,662
Valid N (listwise)	20				

Deskripsi hasil penilaian keterampilan *smash* dalam permainan bola voli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk, dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini:

Tabel 4.3. Deskripsi Keterampilan *Smash* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X \geq 25$	Sangat Baik	0 siswa	0,00%
2	$23 \leq X < 24$	Baik	10 siswa	50,00%
3	$20 \leq X < 23$	Sedang	5 siswa	25,00%
4	$16 \leq X < 19$	Kurang	2 siswa	10,00%
5	$X < 15$	Sangat Kurang	3 siswa	15,00%
Jumlah			20 siswa	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar 4.3 di bawah ini :



Gambar 4.3. Diagram Keterampilan *Smash* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

Berdasarkan tabel 4.3 dan gambar 4.3 di atas diketahui bahwa keterampilan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 0 siswa atau sebesar 0,00%; kategori “baik” sebanyak 10 siswa atau sebesar 50,00%; kategori “sedang” sebanyak 5 siswa atau sebesar 25,00%; kategori “kurang” sebanyak 2 siswa atau sebesar 10,00%; dan ketegori “sangat kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15,00%.

4. Keterampilan Servis Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

Hasil penelitian keterampilan servis bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk diperoleh hasil skor minimum

Sebesar = 5; skor maksimum = 28; *mean* = 14,5; dan *standard deviasi* = 5,93.

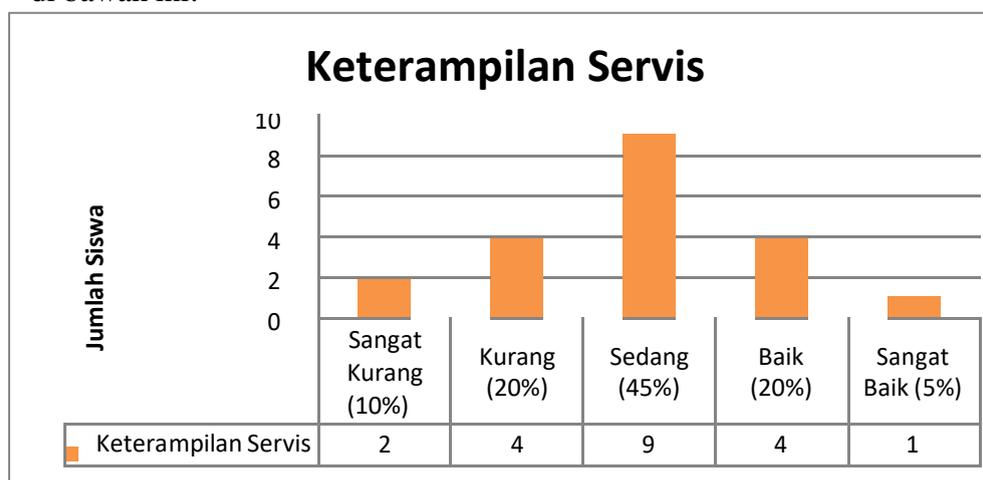
		Descriptive Statistics				
		N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001		20	5	28	14,05	5,93
Valid N (listwise)		20				

Deskripsi hasil penilaian keterampilan servis siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMK Nasional Nganjuk, dapat dilihat pada tabel 4.4 di bawah ini :

Tabel 4.4. Deskripsi Keterampilan Servis Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Nasional Nganjuk

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X \geq 23,40$	Sangat Baik	1 siswa	5,00%
2	$17,46 \leq X < 23,40$	Baik	4 siswa	20,00%
3	$11,53 \leq X < 17,46$	Sedang	9 siswa	45,00%
4	$5,59 \leq X < 11,53$	Kurang	4 siswa	20,00%
5	$X < 5,59$	Sangat Kurang	2 siswa	10,00%
Jumlah			20 siswa	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar 4.4 di bawah ini:



Gambar 4.4 Diagram Keterampilan Servis Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Nasional Nganjuk

Berdasarkan tabel 4.4 dan gambar 4.4 di atas diketahui bahwa keterampilan servis siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,00%; kategori “baik” sebanyak siswa atau sebesar 20,00%; kategori “sedang” sebanyak 9 siswa atau sebesar 45,00%; kategori “kurang” sebanyak 4 siswa atau sebesar 20,00%; dan ketegori “sangat kurang” sebanyak 2 siswa atau sebesar 10,00%.

B. Pembahasan

Keterampilan merupakan derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang efektif dan efisien. Keterampilan dasar yang baik dalam bola voli akan sangat mendukung permainan bolavoli yang baik juga, sehingga untuk mencapai tujuan permainan bola voli yang baik seorang siswa harus menguasai teknik- teknik dasar pada bolavoli. Teknik-teknik dasar permainan bola voli dapat dibedakan menjadi servis, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan bendungan (*block*).

Keterampilan siswa dalam bermain bola voli dapat dilihat dari tingkat kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah, teknik dasar *passing* atas, teknik dasar *smash* dan teknik dasar servis dalam bola voli. Penelitian ini tidak mengukur kemampuan *block* dikarenakan ada atau tidak adanya *block*, permainan bola voli masih bisa berjalan dengan baik dan menarik. Dalam penelitian ini keterampilan teknik dasar *passing* bawah merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli MTsN 3 Nganjuk dalam melakukan *passing* bola voli ke sasaran tembok

selama satu menit. Keterampilan teknik dasar *passing* atas merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli MTsN 3 Nganjuk dengan sasaran tembok yang telah di tentukan selama satu menit. Keterampilan teknik dasar *smash* merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk dalam teknik dasar *smash* ke arah sasaran yang sudah ditentukan, dan keterampilan teknik dasar servis adalah kemampuan siswa melakukan teknik dasar servis ke arah lapangan bola voli yang sarasanya sudah ditentukan. Hasil penelitian menunjukkan, bahwa :

Keterampilan *passing* dalam permainan bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler SMK Nasional Nganjuk, menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes *passing* bawah bolavoli, sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori sangat baik atau sebesar 5%, sebanyak 10 siswa termasuk kategori baik atau sebesar 50%, sebanyak 2 siswa termasuk dalam kategori sedang atau sebesar 10%, sebanyak 4 siswa termasuk kategori kurang atau sebesar

20%, dan sebanyak 3 siswa termasuk kategori sangat kurang atau sebesar 15%, maka dapat disimpulkan sebagian besar siswa peserta ekstrakurikuler berkategori “baik”, mencapai 50%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan *passing* bawah, karena beberapa siswa mendapatkan pembelajaran *passing* bawah bukan hanya saat ekstrakurikuler saja tapi juga pada saat pembelajaran di kelas. Hasil tes *passing* bawah ini adalah yang paling baik dibandingkan 3 hasil tes yang lain, karena setengah dari jumlah total siswa masuk dalam

kategori baik. Akan tetapi masih banyak juga siswa yang tergolong dalam kategori yang kurang baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa perlu adanya peningkatan latihan *passing* bawah yang lebih intensif lagi.

Keterampilan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional

Nganjuk, menunjukkan sebagian besar berkategori “baik” sebanyak 10 siswa atau sebesar 45%, diikuti kategori “sedang” sebanyak 5 siswa atau sebesar 25%, kemudian diikuti kategori “sangat kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15%, sedangkan kategori “kurang” mencapai 10% atau sebanyak 2 siswa, kemudian tidak ada siswa yang masuk kategori Sangat Baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan *smash*. Akan tetapi masih banyak juga siswa yang tergolong sedang sampai kurang baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa perlu adanya peningkatan latihan *smash* yang lebih baik lagi. Seseorang dalam melakukan gerakan *smash* ada beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain koordinasi antara syaraf mata dan syaraf pada kaki, tangan. Gerakan koordinasi pada gerakan *smash* sangat sulit dan perlu banyak latihan. Hasil tes *smash* siswa ini adalah hasil tes yang paling jelek, karena tidak ada satupun siswa yang masuk dalam kategori sangat baik.

Keterampilan servis siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli MTsN 3 Nganjuk, menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes servis bolavoli, sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori sangat baik atau

sebesar 5%, sebanyak 4 siswa termasuk kategori baik atau sebesar 20%, sebanyak 9 siswa termasuk dalam kategori sedang atau sebesar 45%, sebanyak 4 siswa termasuk kategori kurang atau sebesar 20%, dan sebanyak 2 siswa termasuk kategori sangat kurang atau sebesar 10%. Hal ini menunjukkan hasil tes keterampilan servis bola voli peserta ekstrakurikuler, sebagian besar menunjukkan kategori sedang sebesar 45%. Seseorang dalam melakukan gerakan teknik dasar servis banyak faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain kekuatan otot-otot lengan dan tangan. Hal ini juga dipengaruhi oleh pengambilan data yang hanya menggunakan tes servis atas. Jika dibandingkan servis atas, servis bawah lebih akurat untuk menempatkan pada posisi/kotak yang diinginkan.

Secara Keseluruhan hasil penelitian keterampilan bermain siswa SMK Nasional Nganjuk yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes tingkat keterampilan bolavoli, sebanyak 1 siswa termasuk dalam kategori sangat baik atau sebesar 5%, sebanyak 6 siswa termasuk kategori baik atau sebesar 30%, sebanyak 9 siswa termasuk dalam kategori sedang atau sebesar 45%, sebanyak 0 siswa termasuk kategori kurang atau sebesar 0%, dan sebanyak 4 siswa termasuk kategori sangat kurang atau sebesar 20%. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk masuk dalam kategori sedang sebanyak 9 siswa atau dengan presentase 45%. Hasil tersebut menunjukkan keterampilan yang dimiliki siswa berbeda-beda dan

masih banyak siswa yang kurang terlatih dalam penguasaan teknik-teknik dasar olahraga bolavoli. Hal itu disebabkan tidak semua siswa memiliki minat yang tinggi pada saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

Siswa yang memiliki bakat pada olahraga bola voli dengan sendirinya akan mengembangkan bakat tersebut dengan melakukan latihan yang rutin dan mengikuti klub-klub bola voli agar dapat berprestasi. Dengan selalu melakukan rutinitas latihan, siswa akan memiliki tingkat keterampilan yang lebih baik dibandingkan dengan yang lainnya. Fungsi dari latihan diharapkan akan mampu meningkatkan kondisi gerak yang baik dan menunjang anak mempunyai keterampilan yang lebih baik.

Sedangkan siswa yang masuk dalam kategori baik dan sangat baik, dikarenakan mempunyai kemampuan individu yang terlatih, terutama penguasaan teknik-teknik dasar pada permainan bolavoli. Penguasaan teknik bermain bola voli dapat diperoleh dan dikembangkan dengan rutinitas latihan yang intensif, salah satunya melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Terlepas dari faktor latihan pada saat kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan, faktor lain yang dapat memengaruhi keterampilan bermain bola voli siswa yaitu kondisi lingkungan yang mendukung. Siswa sering melakukan aktivitas olahraga bolavoli di lingkungan masyarakat tempat mereka tinggal yang akan membawa dampak baik terhadap keterampilan bolavoli.

Selain itu, pada anak usia 15-17 tahun adalah keadaan dimana anak pada tahap masa perkembangan mencari jati diri dan fantasi yang berlebihan. Juga ada beberapa keburukan dari karakteristik siswa SMP/MTs antara lain: emosi kurang terkontrol dan takut untuk gagal. Dengan kondisi seperti ini maka siswa memerlukan dorongan oleh orang yang lebih berpengalaman. Dalam hal ini peran guru dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada siswa pada saat latihan maupun setelah kegiatan latihan.

Keterampilan bermain bolavoli siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli tahun ajaran 2020 SMK Nasional Nganjuk masuk dalam kategori sedang, sehingga menjadi tugas guru penjas sebagai pengampu kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan dasar bolavoli siswa. Keterampilan dasar bolavoli merupakan teknik yang paling dasar, karena kunci untuk mengumpan, mengoper, menempatkan, dan mematikan bola di daerah lawan dapat menggunakan teknik *passing* bawah, *passing* atas, servis, maupun *smash*. Bagi siswa SMP/MTs, teknik-teknik ini menjadi modal utama dalam permainan bolavoli, karena teknik-teknik ini adalah teknik yang paling dasar sebelum teknik *block*.

Keterampilan bermain bolavoli merupakan teknik yang paling penting dalam permainan bolavoli, dimana teknik ini merupakan teknik paling dasar dan paling dominan pada permainan bolavoli. Berkenaan dengan hal itu, sangatlah penting bagi siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli untuk menguasai teknik dasar bermain bolavoli dengan baik dan benar.

Dengan memiliki keterampilan dasar bolavoli yang baik, maka akan dapat melakukan permainan bolavoli dengan baik, sehingga permainan akan terlihat indah dan tidak asal melewati net.

Merujuk dari pembahasan dapat dijelaskan bahwa tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk masuk dalam kategori “Sedang”. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu aktifitas kondisi fisik siswa sebelum melakukan tes, sehingga dapat mempengaruhi hasil yang didapat siswa saat pengambilan data. Kemudian dengan tes yang berkesinambungan tidak menutup kemungkinan faktor kelelahan juga mempengaruhi hasil yang di dapat siswa. Selain itu pola latihan, jumlah latihan yang hanya satu kali dalam seminggu dan intensitas latihan yang sangat terbatas juga sangat mempengaruhi hasil tes yang diperoleh siswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan guru penjas sebagai pengampu kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk lebih meningkatkan lagi keterampilan dasar bolavoli siswa-siswanya dengan memodifikasi fasilitas yang ada, menggunakan metode yang menarik, dan lain sebagainya yang dapat membuat siswa senang dan bersemangat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, sehingga keterampilan dasar bolavoli siswa SMK Nasional Nganjuk akan meningkat.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dalam penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa dari 20 siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMK Nasional Nganjuk yang mengikuti tes tingkat keterampilan bolavoli sebagian besar masuk dalam kategori “Sedang” sebanyak 9 siswa atau sebesar 45%, kemudian disusul kategori “Baik” sebanyak 6 siswa atau sebesar 30%, kemudian kategori “Sangat Kurang” sebanyak 4 siswa atau sebesar 20%, kategori “Sangat Baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5%, dan yang terakhir kategori “Kurang” sebanyak 0 siswa atau sebesar 0%.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi, yaitu:

1. Menjadi masukan yang sangat bermanfaat bagi siswa SMK Nasional Nganjuk yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli mengenai kemampuan *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan servis dalam permainan bolavoli agar dapat lebih meningkatkan kemampuannya.
2. Menjadi masukan yang bermanfaat untuk guru atau pelatih ekstrakurikuler agar lebih paham dan mengerti kemampuan *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan servis dalam permainan bolavoli yang dimiliki peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMK Nasional Nganjuk, sehingga dapat menjadi tolak ukur untuk lebih mengoptimalkan latihan yang dilakukan.

3. Sebagai kajian pengembangan ilmu keolahragaan ke depannya.

C. Saran-Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, maka ada beberapa saran yang dapat disimpulkan yaitu:

1. Kepada Pihak Sekolah

Melihat hasil penelitian mengenai keterampilan *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan servis bola voli pada siswa, hendaknya sekolah memberi dukungan kepada siswa, agar dapat mengembangkan potensi yang ada dengan cara memberikan pembinaan yang lebih intensif dan terstruktur.

2. Kepada Guru PJOK

Bagi Guru, sebaiknya selalu melakukan evaluasi (tes) secara rutin dan terencana agar dapat lebih mengetahui kemampuan yang dimiliki setiap siswa peserta ekstrakurikuler bola voli.

3. Kepada Siswa

a. Siswa hendaknya dapat memanfaatkan peluang untuk mengikuti latihan agar bisa menjadi pemain bola voli yang baik.

b. Siswa diharapkan lebih meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan servis bola voli dengan cara latihan secara rutin.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

a. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis.

b. Melakukan penelitian dengan sampel penelitian yang berbeda dan

lebih banyak lagi agar kemampuan siswa dalam bidang bola voli dapat teridentifikasi lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Rithaudin dan Bernadicta Sri Hartati. (2016). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola Voli dengan Permainan Bola Pantul pada Siswa Kelas IV SD Negeri Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 12, Nomor 1, April 2016). Hlm 52.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas Sudjono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Aksara. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- B. Syarifudin. (2010). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan Dengan SPSS*. Yogyakarta : Grafindo Litera Media.
- Bani Tri Umboro. (2009). Tingkat Keterampilan Bermain Bola voli Siswa Putra Kelas XI Negeri 1 Pundong Bantul. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Barbara L. Viera dan Bonnie J. Ferguson. (2000). *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Cox Richard H. (1980). *Teaching Volleyball*. America: Burges publishing company.
- Depdikbud. (1994). *Kurikulum Sekolah Lanjutan Tingkat Atas*. Jakarta: Dekdikbud RI.
- Frances Schaafsma and Ann Heck. (1971). *Volleyball for Coaches and Teachers*. California: WM.C. Brown Company Publishers.
- Kemendikbud. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014*. Jakarta: Kemendikbud.
- M. Husni Thamrin. (2006). Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Pembangunan Nasional. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 3, Nomor 3, November 2006). Hlm 1-8.

- Moh.Uzer Usman. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muhammad Muhyi Faruq dan Albertus Fenanlampir. (2015). *Tes & Pengukuran dalam Olahraga*. Jakarta. Andi Offset.
- Niken Arista Wardani. (2012). *Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Kelas X SMK PIRI 3 Yogyakarta*. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Pustaka Umum.
- PP. PBVSI. (2004). *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta.
- Rita Eka Izzaty. (2003). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2006). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta. _____. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi. (2004). *Pengaruh Pembelajaran Bola Voli Suhadi*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Suharno HP. (1979). *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Yudrik Jahja. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.

