

Tingkat Keterampilan Dasar Permainan Bola Voli pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli

Muhamad Azis Fikri^{1*}, Dayat Hidayat², Irfan Zinat Achmad³, Ruslan Abdul Gani⁴

¹. Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

^{2,3,4} Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Karawang, Indonesia

E-mail : abengazis14@gmail.com, dayat.hidayat@staff.unsika.ac.id, irfanza@fkip.ac.id, ruslan.abdulgani@staff.ac.id, HP. 081617810906

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: 23 November 2021

Direvisi: 28 November 2021

Dipublikasikan: Desember 2021

e-ISSN: 2089-5364

p-ISSN: 2622-8327

DOI: 10.5281/zenodo.5746467

Abstract:

This study has the objective to be achieved, which is to find out the level of Volleyball Game Basic Skills in Volleyball Extracurricular Participants in SMP Negeri 1 Tegalwaru. This research is quantitative descriptive. The method used is a survey with data collection techniques using tests and measurement of basic skills playing volleyball. The population in the study of the basic skill level of volleyball in extracurricular participants in SMP Negeri 1 Tegalwaru was volleyball extracurricular participants in SMPN 1 Tegalwaru in the 2018/2019 school year, amounting to 17 students. Subjects in this study were students who took volleyball extracurricular activities at SMPN 1 Tegalwaru as many as 17 students. Data analysis techniques using quantitative descriptive analysis as outlined in the form of percentages. Based on the results of research and discussion of the results of the basic skills test for volleyball games at SMPN 1 Tegalwaru it is known that for the category of "very good" as many as 1 student at 5.88%; the "good" category as many as 6 students by 35.29%; "medium" category as many as 4 students by 23.53%; "less" category as many as 5 students by 29.41%; and the category of "very lacking" of 1 student at 5.88%. So, it can be concluded that the level of basic volleyball game technical skills among participants who take volleyball extracurricular activities at SMPN 1 Tegalwaru has a "good" category.

Keywords: Basic Skills, Extracurricular, Volleyball.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan kesehatan (Penjaskes) merupakan salah satu mata pelajaran nasional yang diajarkan di semua tingkatan sekolah, dari mulai tingkat pendidikan kanak-kanak hingga ke perguruan tinggi, dan menjadi bagian penting bagi perkembangan siswa selaku peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah salah satu bagian dari komponen pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (E. Sukarso, 2007 : 131).

Pendidikan jasmani dan kesehatan diberikan kepada siswa dalam bentuk formal berupa kurikulum pendidikan dasar yang harus memberikan dampak positif dan efektif bagi peningkatan pertumbuhan dan perkembangan siswa dalam pemeliharaan dan peningkatan kebugaran jasmani. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang tepat erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dalam dunia pendidikan dalam hal ini sekolah, bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan

yang diajarkan di sekolah yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Bola voli merupakan salah satu jenis permainan bola besar. Pada dasarnya permainan ini memiliki dua jenis, yaitu jenis umum dan pantai. Pada jenis umum, permainan bola voli dilakukan oleh dua regu. Setiap regu terdiri atas enam pemain. Cara memainkannya yaitu dengan memantulkan bola menggunakan lengan atau anggota badan lainnya maksimal tiap regu melakukan sebanyak tiga kali sentuhan. Bola dipukul atau dipantulkan dari satu petak lapang ke petak lapang lain yang dibatasi oleh jaring/net. Sementara permainan bola voli pantai jumlah anggota hanya 4 orang dan tiap-tiap tim terdiri dari 2 orang. Selain itu olahraga bola voli dapat dimainkan oleh berbagai usia dari anak-anak sampai dewasa. (Wahyuni et al, 2010: 10).

Pada awal penemuannya, olahraga permainan bola voli ini diberi nama *mintonette*. Olahraga *mintonette* ini pertama kali ditemukan oleh seorang instruktur pendidikan jasmani (*Director of physical Education*) yang bernama wiliam G. Morgan di YMCA pada tanggal 9 Februari 1895, di Holyoke, Massachusetts (Amerika Serikat).” Bola voli adalah permainan dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup dua orang pemain. Olahraga bola voli dinaungi FIVB (*Federation international de volley ball*) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia, olahraga bola voli dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Indonesia).

Olahraga bola voli dapat dimainkan disegala bentuk lapangan seperti rumput, tanah, pasir, ataupun permukaan lantai buatan , dan dapat

dilakukan di dalam atau pun diluar gedung. Melalui permainan bola voli banyak aspek yang dibentuk pada diri seseorang. Bola voli merupakan media belajar dan membangun fisik dan mental yang lebih baik, karena melalui bola voli anak-anak belajar bersosialisasi, menghormati, mengelola kecerdasan emosi baik bekerja sama dalam satu tim untuk mewujudkan tujuan tim (Faruq, 2009:6).

Tujuan dari permainan bolavoli adalah setiap regu yang bermain berusaha untuk melewati bola secara baik melalui net sampai bola tersebut menyentuh lantai atau tanah di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai atau tanah dalam lapangan sendiri. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang terdiri dari operan lengan depan pada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan (Viera, 2000: 2). Dalam permainan bola voli terdiri atas beberapa teknik, diantaranya teknik dengan menggunakan bola yang merupakan teknik dasar dalam bermain bola voli meliputi *service* atas, *service* bawah *passing* atas, *passing* bawah, *spike*, dan *block* (Suharno, 1994: 34). Penguasaan teknik dasar sangat penting agar bias bermain bola voli. Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan dari tingkat dasar dan sampai benar-benar menguasai.

Menurut Bompa (1994: 34) bahwa latihan untuk cabang bola voli hendaknya dimulai pada anak yang berusia 11-12 tahun dan tahap spesialisasi pada anak yang berusia 14-15 tahun dan mencapai prestasi puncak pada usia 20-25 tahun. Untuk melakukan gerakan-gerakan dalam permainan bola

voli secara baik diperlukan kempuan fisik yang baik dengan kondisi fisik siswa yang baik akan memudahkan melakukan gerakan-gerakan yang lebih kompleks dan memudahkan menguasai teknik-teknik dasar permainan bola voli, seperti teknik *servis* dan *passing*. Oleh karna itu, perlu dilakukan pembinaan sejak usia dini. Salah satunya yaitu dapat dilakukan melalui pendidikan jasmani disekolah. Pendidikan jasmani disekolah melingkupi, pendidikan intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Intrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakuakn oleh sekolah yang sudah teratur, jelas, dan terjadwal dengan sistematis yang merupakan program utama dalam proses mendidik siswa.

Kokrikuler adalah kegiatan yang sangat erat sekali dan menunjang serta membantu kegiatan intrakurikuler dengan maksud agar siswa lebih memahami dan memperdalam materi yang ada diintrakurikuler. Biasanya kegiatan ini merupakan penugasan atau pekerjaan rumah. Sedangkan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakn diluar jam pelajaran biasa (intrakurikuler). Ekstrakurikuler dilaksanakn guna memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dalam berbagai hal seperti pengetahuan tentang olahraga, kegiatan ekstrakurikuler juga dapat dijadikan sebagi tempat untuk menampung dan mengembangkan potensi yang dimiliki oleh para siswa yang belum tertuang hanya dengan mengandalkan jam pelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Dengan adanya ekstrakurikuler disekolah diharapkan kemampuan siswa akan dapat meningkat dengan bentuk-bentuk latihan khusus yang sesuai dengan cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal ini penting dilakukan guna pembinaan dan pembibitan olahraga dikalangan siswa akan terus dapat

meningkat dan dapat mendapatkan hasil yang meningkat.

Pada usia-usia SMP pembelajaran keterampilan dasar merupakan tahapan awal yang didapat oleh setiap pemula dalam mempelajari setiap cabang olahraga. Kualitas keterampilan yang belum maksimal dirasa memang wajar bagi para siswa SMP ini, paling tidak pada tahap ini mereka memang masih dalam tahapan belajar teknik dasar permainan bola voli dan fasilitas yang kurang memadai, seperti kurangnya bola. Dengan diadakannya ekstrakurikuler permainan bola voli ini dapat menambah kualitas keterampilan yang dimiliki oleh para siswa dalam menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli.

Sesuai dengan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Tegalwaru yang merupakan salah satu sekolah menengah pertama di daerah kecamatan Tegalwaru, peneliti menemukan beberapa permasalahan ataupun kondisi yang berkaitan dengan keterampilan dasar siswa dalam bermain bola voli diantaranya, kurangnya sarana perasarannya yang menunjang, bermain voli hanya sekedar bermain tanpa ada arahan dan intruksi berkaitan dengan permainan bola voli saat jam sekolah, dan keadaan yang menarik lingkungan masyarakat sekitar tegalwaru yang menyukai bola voli akan tetapi sekolah masih kekurangan fasilitasnya. Oleh karena itu siswa masih memiliki kekurangan dalam keterampilan dasar bermain bola voli.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang: “Tingkat Keterampilan Dasar Permainan Bola Voli pada Peserta Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Tegalwaru”.

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan metode survei dan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini merupakan siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Tegalwaru adalah siswa kelas VIII SMPN 1 Tegalwaru tahun ajaran 2018/2019 yang berjumlah 60 siswa. Adapun penarikan anggota sampling dengan menggunakan teknik *Total Sampling*, yaitu seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli kelas VIII SMPN 1 Tegalwaru sebanyak 17 siswa, putra 11, putri 6. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan deskriptif presentasi menggunakan kriteria kelompok dengan klasifikasi baik sekali, baik, sedang, kurang dan kurang sekali. Dengan menggunakan statistik deskriptif yaitu bagian dari statistik yang berfungsi untuk mengumpulkan data, menguji data, menentukan nilai-nilai statistik dan penentuan diagram grafik mengenai suatu hal agar data mudah dibaca dan dipahami. (Sugiyono, 2017 : 29).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini alat Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar permainan bolavoli pada peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 1 Tealwaru dengan menggunakan tes dan pengukuran.

Secara keseluruhan hasil tes keterampilan dasar bolavoli di SMPN 1 Tegalwaru di ketahui bahwa keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler bola voli SMPN 1 Tegalwaru, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa sebesar 5,88%; kategori “baik” sebanyak 6 siswa sebesar 35,29%; kategori “sedang” sebanyak 4 siswa sebesar 23,53%; kategori “kurang” sebanyak 5 siswa sebesar 29,41%; dan ketegori “sangat kurang” sebanyak 1

siswa sebesar 5,88%. Hasil tersebut menunjukkan keterampilan yang dimiliki siswa berbeda-beda dan masih banyak siswa yang kurang terlatih dalam penguasaan teknik-teknik dasar olahraga bola voli. Hal itu disebabkan tidak semua siswa memiliki minat yang tinggi pada saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Berikut tabel dan grafik hasil rekapitulasi keterampilan dasar bermain bola voli siswa kelas VIII di SMPN 1 Tegalwaru:

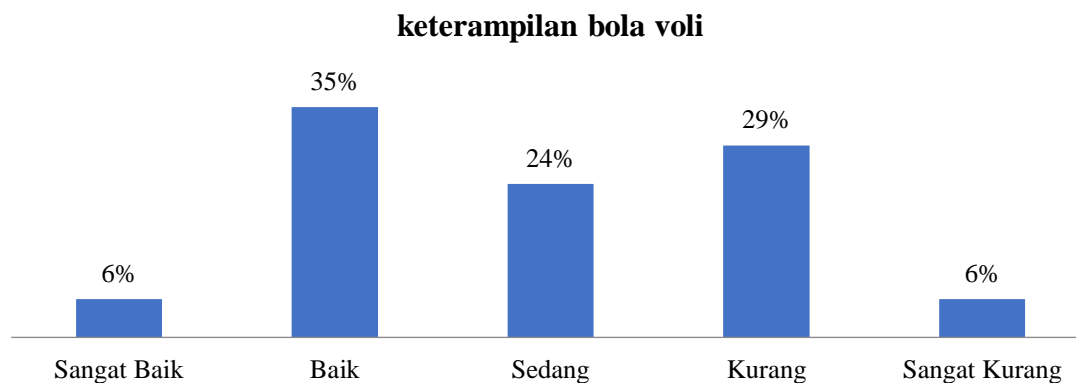
Hasil penilaian keterampilan teknik dasar *Service* bawah atas bola voli diperoleh hasil skor minimum sebesar= 76; skor maksimum= 130; *mean* =103,1; dan *standard deviasi*= 15,96.

Tabel 1 Hasil Rekapitulasi Keterampilan Teknik Dasar

No.	Interval	F	(%)	Kategori
1	$x > 126.9$	1	5.88%	Sangat Baik
2	$111.0 < x <$	6	35.29%	Baik
3	$95.0 < x <$	4	23.53%	Sedang
4	$x < 95.0$	5	29.41%	Kurang
5	$x < 79.1$	1	5.88%	Sangat Kurang
Jumlah		17	100%	

Berdasarkan tabel 1 dapat di lihat berdasarkan dengan kategori “Sangat baik” berjumlah 1 orang siswa, kemudian kategori “baik” berjumlah 6 orang siswa, kemudian kategori “cukup”

berjumlah 4 orang siswa, kemudian kategori “kurang” berjumlah 5 orang siswa dan kategori “sangat kurang” berjumlah 1 orang siswa. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram.



Gambar 1 Grafik Analisis Tingkat Keterampilan Dasar

Berdasarkan tabel 1 dan gambar 1 di atas diketahui bahwa keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler bola voli SMPN 1 Tegalwaru, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa sebesar 5,88%; kategori “baik” sebanyak 6 siswa sebesar 35,29%; kategori “sedang” sebanyak 4 siswa sebesar 23,53%; kategori “kurang”

sebanyak 5 siswa sebesar 29,41%; dan ketegori “sangat kurang” sebanyak 1 siswa sebesar 5,88%.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peserta ekstrakurikuler bola voli memiliki tingkat keterampilan bolavoli masuk ke dalam kategori “Baik” diharapkan guru penjas sebagai

pengampu kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Tegalwaru lebih meningkatkan lagi keterampilan dasar bola voli 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 bola voli siswa di SMPN 1 Tegalwaru akan meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, peserta ekstrakurikuler bola voli memiliki tingkat keterampilan bola voli masuk ke dalam kategori “Baik”. Diharapkan guru penjas sebagai pengampu kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMPN 1 Tegalwaru lebih meningkatkan lagi keterampilan dasar bola voli siswa-siswanya dengan memodifikasi, menggunakan metode yang menarik, dan lain sebagainya yang dapat membuat siswa senang dan bersemangat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli, sehingga keterampilan dasar bola voli siswa di SMPN 1 Tegalwaru akan meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Aip, S dan Muhadi. (1991). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud.
- Amirullah.(2003). *Alat Evaluasi Keterampilan Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas.
- Amung Ma'mum & Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan gerak dan belajar gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi ke Empat Belas)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bani Tri Umboro. (2009). *Tingkat Keterampilan Bermain Bola voli Siswa Putra Kelas 5 dan 6 SDN 1 Pundong Bantul*. Skripsi. FIK: UNY.
- Barbara, L. Vierra & Bonnie Ferguson. (2000). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bompa, T. O. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Bonnie Robison. (1993). *Bola Voli Bimbingan, Petunjuk, dan Teknik Bermain*. Semarang: Dahara Prize Semarang.
- Ekoadmiko Sukarso. (2007). *Model Pembelajaran Pendidikan Khusus*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa.
- Hidayat, Witono. (2017). *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta: Anugrah.
- <https://perpustakaan.id>. *Teknik-teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli*. Akses Pada 20 April 2018.
- Ma'mun, A & Subroto, T. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola Voli*. Jakarta: Dirjen Olahraga.
- Muhamad M. Faruq. (2009). *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*. Surabaya: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Nazir, M. (2003). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era pustakan utama

- Setiadi, Bambang. (2011). *Permainan Bola Voli*. Bandung: Gotong Royong.
- Slavin, R.E. (2008). *Cooperative Learning Teori, Riset, dan Praktik*. Bandung : Nusa Media.
- Sugiyono.(2013). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.(2015). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.(2017). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi. (2004). *Pengaruh pembelajaran Bola voli*. Dedikbud.
- Suharno HP.(1991). *Dasar-Dasar Permainan Bola Volley*. Kaliwangi: Yogyakarta.
- Sukintaka.(1992). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: ESA Grafika
- Syaiful Bahri Djamarah.(2002). *Rahasia sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wahyuni, Sri et al. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Yunus, M. (1993). *Olahraga Pilihan Bola voli*. Jakarta: Depdikbud: Diktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.