STUDI STATUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRA KULIKULER SMP NEGERI SE KOTA KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

S K R I P S I

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :

JOKO SELAMET WIDODO
11.1.01.09.0572

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

JOKO SELAMET WIDODO
NIM : 11.1.01.09.0572

Dengan Judul :

STUDI STATUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRA KULIKULER SMP NEGERI SE KOTA KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Pembimbing I :	Pembimbing II :
Wasis Himawanto, M.Or.	Budiman Agung Pratama, M.Or.

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

JOKO SELAMET WIDODO
NIM : 11.1.01.09.0572

Dengan Judul :

STUDI STATUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRA KULIKULER SMP NEGERI SE KOTA KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji

Pada tanggal : _____

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Panitia Penguji		Tanda Tangan
1. Ketua	: Wasis Himawanto, M.Or.	.....
2. Penguji I	: Ruruh Andayani B., M.Pd.	.....
3. Penguji II	: Budiman Agung Pratama, M.Or.	.....

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.

STUDI STATUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRA KULIKULER SMP NEGERI SE KOTA KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

JOKO SELAMET WIDODO
11.1.01.09.0572

FKIP – PENJASKESREK
Dosen Pembimbing I : Wasis Himawanto, M.Or.
Dosen Pembimbing II : Budiman Agung Pratama, M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa, menyusun norma gerak dasar siswa, dan menentukan status gerakan dasar pada siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMP se kota Kediri.

Penelitian ini menggunakan metode *normative survey*. Populasi penelitian ini adalah siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMP ditiap Sekolah se Kota Kediri dengan meliputi SMPN 1, SMPN 2, SMPN 3 ,SMPN 7,MTsN II, MTs. Miftahul Falaah, SMP Airlangga, SMP Al Huda Kota Kediri, SMP Islam YBWPI Kediri, SMP Katolik Santa Maria Kediri, SMP Pawyatan Daha 1 Kediri, SMP Pawyatan Daha 2 Kediri, SMP Taman Dewasa, SMP YBPK, SMP Kristen Petra Kediri. Sampel diambil dengan teknik *proporsional random sampling* dan diperoleh jumlah siswa ditiap SMP yaitu sebagai berikut SMPN 1 dengan jumlah siswa 25 Siswa, SMPN 2=22 Siswa, SMPN 3=20 Siswa, SMPN 7=30 Siswa, SMP Pawyatan Daha 1=40 Siswa. Dan setiap SMP diambil 40% dari jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler SMPN 1 dengan jumlah 10 siswa, SMPN 2=9 siswa, SMPN 3=8 siswa, SMPN 7=12 siswa, SMP Pawyatan Daha 1 Kediri =16 siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran. Data yang dikumpulkan yaitu tes passing atas 60 detik, tes passing bawah 60 detik, tes service atas dengan sasaran, tes service bawah dengan sasaran, dan tes smash dengan sasaran. Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA dengan penyusunan T-Score dan penyusunan norma.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa norma tes keterampilan voli siswa yang digunakan yaitu ≥ 192 (kurang sekali), 193-219 (kurang), 220-252 (sedang), 253-278 (cukup), 279-307 (baik), ≥ 308 (baik sekali). Status keterampilan bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015 yaitu paling banyak dalam kondisi cukup yaitu sebanyak 19 siswa (34,55%), sedangkan siswa lainnya mempunyai keterampilan baik sekali sebanyak 3 siswa (5,45%), 7 siswa (12,73%) keterampilan baik, 15 siswa (27,27%) sedang dan 9 siswa (16,36%) kurang. Untuk keterampilan yang kurang sekali hanya 2 siswa (3,64%).

Simpulan penelitian ini adalah rangkaian tes keterampilan dasar bola voli dan norma tes keterampilan voli siswa yang digunakan yaitu ≥ 192 (kurang sekali), 193-219 (kurang), 220-252 (sedang), 253-278 (cukup), 279-307 (baik), ≥ 308 (baik sekali) dan paling banyak dalam kondisi cukup yaitu sebanyak 19 siswa (34,55%).

Kata kunci: status keterampilan bola voli, norma keterampilan bola voli, ekstrakurikuler bola voli

I. LATAR BELAKANG

Olahraga mempunyai arti yang penting dalam usaha untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Karena kehidupan manusia terdiri dari dua aspek, yaitu aspek jasmani dan aspek rohani yang tidak dapat dipisah-pisahkan. Jika kedua aspek berkembang dan tumbuh secara selaras maka akan timbul kehidupan yang harmonis dalam pertumbuhannya. Keselarasan kehidupan jasmani dan rohani pada manusia dapat dicapai antara lain dengan melakukan olahraga, seperti yang di katakana Hanifah (2009:1) " Tubuh yang sehat merupakan kenikmatan yang tiada terhingga harganya".

Ada beberapa yang menyebabkan prestasi bola voli ditingkat SMP masih rendah salah satunya adalah masih minimnya kompetisi tingkat pelajar khususnya SMP yang menyebabkan kurangnya antusias dari siswa maupun sekolahan untuk lebih membina murid agar lebih menggemari olahraga ini, kurangnya peranan guru penjasorkes ditiap sekolahan juga berdampak pada tingkat kompetisi bola voli.

Permainan bola voli ditingkat pelajar masih kurang popular dibandingkan dengan olahraga lain seperti bola basket ataupun sepak bola, peranan guru penjasorkes sangat diperlukan dalam mengembangkan permainan ini agar lebih digemari oleh pelajar khususnya tingkat SMP.

Sejauh ini cara dan teknik melatih permainan bola voli ditingkat SMP dinilai masih kurang dan cenderung monoton yang menyebabkan kemampuan tidak berkembang secara signifikan, latihan pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli masih seperti saat pelajaran penjasorkes sehingga harus ditingkatkan porsi latihan dan harus bervariasi dalam model melatihnya.

Bola voli merupakan olahraga permainan yang cukup memasyarakat di Indonesia dan sudah dikenal sejak jaman penjajahan belanda. Permainan bola voli dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa baik laki-laki maupun perempuan. Untuk dapat bermain dengan baik seperti halnya olahraga lain, dalam permainan bola voli juga diperlukan pembinaan yang baik dan benar. Pembinaan yang dilakukan harus mencakup empat aspek, yaitu pembinaan fisk, teknik, taktik dan mental. Keempat aspek ini saling mempengaruhi, artinya keempat aspek tersebut tidak dapat dipisahkan atau ditinggalkan untuk tidak dilakukan pembinaanya. Dalam pembinaan bola voli, penguasaan teknik dasar sangat diperlukan agar dapat bermain degan baik dalam satu permainan.

Seluruh SMP di Kota Kediri permainan bola voli juga diajarkan kepada para siswa, dan rata-rata para siswa menggemari permainan bola voli tersebut. Di seluruh SMP di Kota Kediri juga diberikan pembinaan ekstrakurikuler bola voli yang dilakukan beberapa kali pertemuan dalam seminggu. Pembinaan ekstrakurikuler bola voli SMP di Kota Kediri juga telah dilakukan beberapa kali pertandingan baik di sekolah maupun di luar sekolah. Dari pertandingan yang dilakukan belum menunjukkan hasil yang maksimal. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: (1) Kemampuan tehnik dasar seperti passing bawah siswa putra bola voli tingkat SMP di Kota Kediri yang masih rendah dan perlu ditingkatkan, gerakan-gerakan teknik dasar yang dilakukan sering tidak sesuai yang diharapkan, misalnya bola yang di passing sering tidak tepat pada sasarannya. (2) Dalam pembelajarannya belum maksimal, karena pembelajarannya dilakukan satu kali dalam satu minggunya. (3) Metode yang digunakan belum sesuai yaitu pembelajaran yang dilakukan masih dalam satu kelompok besar.

Upaya menguasai teknik dasar harus dilakukan secara sistematis dan kontinyu. Untuk dapat mencapai hasil latihan yang optimal dibutuhkan metode pembelajaran yang baik dan tepat. Metode pembelajaran merupakan suatu cara yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa yang diajarkan. Tuntutan terhadap metode pembelajaran yang efektif dan efisien didorong oleh kenyataan-kenyataan atau gejala-gejala yang timbul dalam pembelajaran. Banyaknya macam-macam metode pembelajaran maka dalam pelaksanaan pembelajaran harus mampu menerapkan metode latihan yang baik dan tepat. Untuk meningkatkan kemahiran dan ketrampilan pemain dalam passing bawah dibutuhkan bentuk pembelajaran yang sesuai, ada beberapa bentuk pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar.

Siswa SMP se Kota Kediri yang sekolahannya dipilih secara random adalah sampel yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan penguasaan teknik dasar bola voli. Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di SMP se-Kota Kediri khususnya permainan bola voli termasuk gerakan dasar yang telah diajarkan. Dari latihan yang telah dilaksanakan belum menunjukkan hasil yang optimal, sehingga kemampuan gerak dasar bola voli para siswa masih rendah dan perlu ditingkatkan. Masih rendahnya teknik gerak dasar tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik belum baik, kemampuan fisik belum baik, ataukah metode mengajar yang dilaksanakan

belum tepat. Kondisi yang demikian seorang guru harus mampu mengevaluasi dari semua faktor baik dari pihak guru sendiri ataupun dari pihak siswa.

Siswa Sekolah Menengah Pertama pada umumnya yang belum menguasai teknik dasar bola voli, merasa belum siap, bahkan belum memiliki kekuatan yang memadai, sehingga mengalami kesulitan untuk melakukan gerakan-gerakan atau teknik lanjut. Ini biasanya dialami oleh siswa-siswa yang kurang senang dengan olahraga apalagi pada siswa putri. Kurangnya sarana seperti bola lunak, metode pembelajaran yang kurang efektif merupakan faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya kemampuan bermaian bola voli. Selain itu, jarang sekali guru menciptakan variasi-variasi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan siswanya. Misalnya belajar passing bawah menggunakan bola mini, bola plastik, dan lain sebagainya. Hal ini sangat penting untuk diperhatikan dalam pembelajaran keterampilan terutama untuk anak pemula. Kondisi yang tidak memungkinkan untuk membelajarkan siswa dengan sarana yang ada, menuntut guru untuk berkreativitas agar tujuan pembelajaran tercapai dengan baik.

Seorang guru pada umumnya kurang memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses belajar motorik. Pembelajaran yang tidak memperhatikan taraf perkembangan dan pertumbuhan siswa (misal siswa belum siap, belum memiliki kekuatan yang memadai), harus dicarikan solusi yang tepat sesuai dengan kondisi siswa. Upaya meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli, maka seorang guru harus mampu menerapkan metode mengajar yang tepat, diantaranya metode bagian dan keseluruhan. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh metode latihan bagian dan keseluruhan terhadap kemampuan teknik gerak dasar bola voli, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Studi Status Gerak Dasar Bola Voli pada Siswa Putra Ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri Tahun Pelajaran 2014-2015”.

Pelajar sekolah menengah pertama umumnya berusia 13-15 tahun. Di Indonesia, setiap warga negara berusia 7-15 tahun tahun wajib mengikuti pendidikan dasar, yakni sekolah dasar (atau sederajat) 6 tahun dan sekolah menengah pertama (atau sederajat) 3 tahun. Sekolah menengah pertama diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta. Sejak diberlakukannya otonomi daerah pada tahun 2001, pengelolaan sekolah menengah pertama negeri di Indonesia yang sebelumnya berada di bawah Departemen Pendidikan Nasional, kini menjadi tanggung jawab pemerintah

daerah kabupaten/Kabupaten. Sedangkan Departemen Pendidikan Nasional hanya berperan sebagai regulator dalam bidang standar nasional pendidikan. Secara struktural, sekolah menengah pertama negeri merupakan unit pelaksana teknis dinas pendidikan kabupaten/Kabupaten.

II. METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan faktor yang penting dalam suatu penelitian, karena berhubungan langsung dengan data yang diperoleh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *normative survey*.

Pendapat tentang *normative survey* dikemukakan oleh Thomas, JR; Nelson, JK dan Silverman, SJ (2009) bahwa:

> *Normative survey* tidak digambarkan dalam beberapa buku metode penelitian. Sesuai namanya, metode ini melibatkan penentuan norma untuk kemampuan, performa, keyakinan dan sikap. Tahap dalam *normative survey* biasanya sama dengan kuesioner, perbedaanya yaitu cara yang digunakan dalam pengumpulan data. Sebelum mengajukan pertanyaan, peneliti memilih tes yang paling layak untuk mengukur performa atau kemampuan yang diinginkan, seperti komponen pada kondisi fisik (hlm. 284).

Dalam *normative survey*, hal penting adalah tes diberikan dengan standar baku. Peneliti mengumpulkan dan menganalisa data dari survei dengan beberapa norma metode seperti persen, T-skor dan kemudian membuat norma untuk beberapa kategori dari usia, jenis kelamin dan seterusnya.

A. Hasil Analisis Data

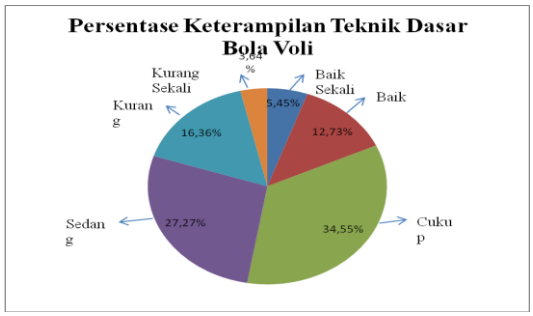
Dalam analisis data hasil tes kondisi fisik ini, nilai masing-masing variabel diubah menjadi *T-Score*. Kemudian hasil tes yang diperoleh tiap sampel diberikan penilaian sesuai dengan *T-Score* yang telah disusun. Selanjutnya disusun norma klasifikasi tingkat kemampuan teknik dasar voli. Dalam hal ini penyusunan norma penilaian dilakukan terhadap norma penilaian total kemampuan voli yang dibagi menjadi 6 kategori.

Adapun hasil pengklasifikasian dan penyusunan norma penilaian terhadap nilai total hasil tes kemampuan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015 yang dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Norma Tes kemampuan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015.

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Jumlah %
1	≥ 308	Baik Sekali	3	5,45
2	279-307	Baik	7	12,73
3	253-278	Cukup	19	34,55
4	220-252	Sedang	15	27,27
5	193-219	Kurang	9	16,36
6	≤ 192	Kurang Sekali	2	3,64
			55	

(Sumber: Hasil Pengolahan Data)



Gambar 6. Diagram Persentase Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Putra Ekstrakurikuler SMP Se Kota Kediri Tahun Ajaran 2014/2015
(Sumber: Hasil Pengolahan Data)

Gambar 6 menunjukkan bahwa Siswa Putra Ekstrakurikuler SMP Se Kota Kediri Tahun Ajaran 2014/2015 paling banyak mempunyai keterampilan teknik dasar bola voli cukup yaitu sebanyak 19 siswa (34,55%), sedangkan siswa lainnya mempunyai keterampilan baik sekali sebanyak 3 siswa (5,45%), 7 siswa (12,73%) keterampilannya baik, 15 siswa (27,27%) sedang dan 9 siswa (16,36%) kurang. Untuk keterampilan yang kurang sekali hanya 2 siswa (3,64%).

Dalam setiap proses latihan diperlukan evaluasi atau penilaian sehingga diperoleh informasi mengenai tingkat kemajuan yang dicapai dalam proses latihan tersebut. Hasil evaluasi ini dapat digunakan sebagai umpan balik bagi pelatih untuk memperbaiki proses latihan agar proses latihan semakin baik dan efektif. Norma penilaian ini sendiri dapat digunakan sebagai gambaran dan pedoman dalam memberikan penilaian terhadap keberhasilan dalam proses latihan yang dilaksanakan. Selain itu, hasil dari studi tentang keterampilan teknik dasar bola voli dapat dijadikan sebagai masukan untuk menambah wawasan tentang pentingnya memperhatikan perkembangan kapasitas kemampuan murid ekstrakurikuler bola voli dan juga untuk lebih mempopulerkan bola voli dikalangan siswa SMP.

A. Simpulan

1. Norma keterampilan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015 yaitu sebagai berikut:

   Tabel 6. Total T-Score dari Kelima Item

No	Nilai	Kategori
1	≥ 305	Baik Sekali
2	276-304	Baik

3	251-275	Cukup
4	221-250	Sedang
5	204-220	Kurang
6	≤ 203	Kurang Sekali

2. Status keterampilan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMP se Kota Kediri tahun ajaran 2014/2015 yaitu:

Tabel 7. Status Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli siswa putra SMP dalam Persen

Kategori	Jumlah	Jumlah %
Baik Sekali	3	5,45
Baik	7	12,73
Cukup	19	34,55
Sedang	15	27,27
Kurang	9	16,36
Kurang Sekali	2	3,64
	55	

DAFTAR PUSTAKA

Bambang Wijanarko. (2011). *Peningkatan Kondisi Fisik*-Power Point-Naskah tidak diterbitkan Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Bompa, Tudor. O. and G. Gregory Haff. (2009). *Periodization – Theory and Methodologi of Training. 5th edition.* Canada: Human Kinetics.

Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Petunjuk Tes Keterampilan Bola Volley Usia 13-15 Tahun.* Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani-Depdiknas.

Depdiknas, Pusat Bahasa. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Hornby,AS (2000). *Oxford Advanced Leaner's Dictionary.Sixth Edition*. UK:Oxford University Press.

Monks, F.J., A.M.P.Knoers dan Siti Rahayu Haditono. (2006). *Psikologi Perkembangan – Pengantar dalam Berbagai Bagiannya.* Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Mulyono Biyakto Atmojo. (1993). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani/Olah Raga.* Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP)-Sebelas Maret University Press.

Munasifah. (2009). *Bermain Bola Voli.* Semarang: Penerbit CV. Aneka Ilmu.

Sugiyanto dan Sudjarwo. (1993). *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak.* Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Suharno. 1974. *Dasar-dasar Permainan Bola Volley.* Yogyakarta: IKIP Negeri Yogyakarta Press.

Sunardi. (2011). *Bola Voli.* Surakarta: Sebelas Maret University Press.

Tim Pengembangan Pendidikan. (2012). *Pedoman Penulisan Skripsi.* Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendi-dikan (LPP)- Sebelas Maret University Press.

Thomas, Jerry R, (at all). (2005). *Research Methos in Physical Activity.6th edition.* Canada: Human Kinetics.