

STUDI KASUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER SMK NEGERI I PANGGUNGREJO KABUPATEN BLITAR TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Pada Progam Studi Penjaskesrek



Oleh:

HARTOTOK

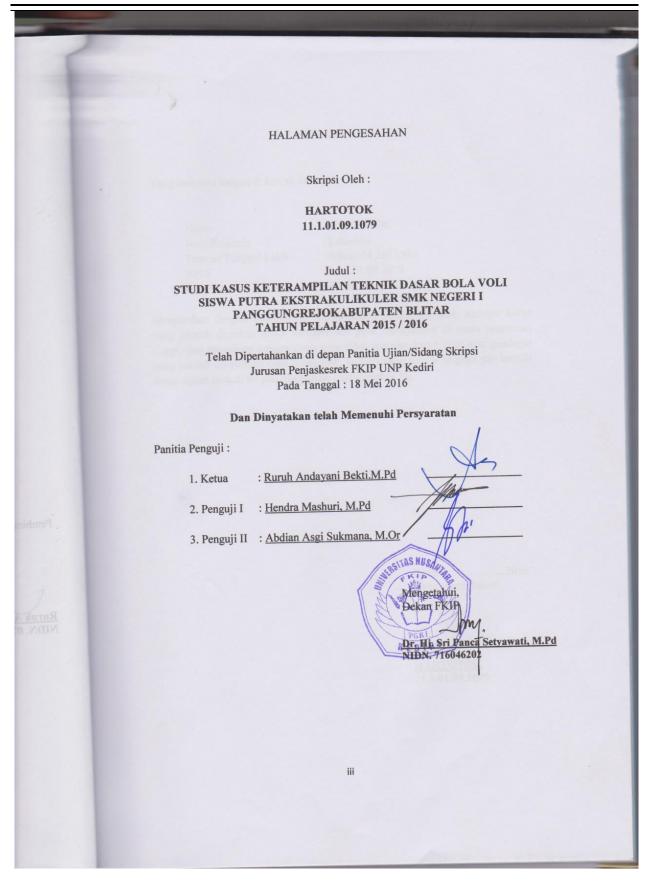
11.1.01.09.1079

PROGAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI 2016



HALAMAN PENGAJUAN Skripsi Oleh: HARTOTOK 11.1.01.09.1079 Judul: STUDI KASUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER SMK NEGERI I PANGGUNGREJO KABUPATEN BLITAR TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016 Telah Disetujui Untuk Diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri Tanggal: 18 Mei 2016 Pembimbing I Pembimbing II Abdian Asgi Sukmana, M.Or NIJON. 0720028002 Ruruh Andayani Bekti, M.Pd NIDN. 0725018205







STUDI KASUS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA VOLI SISWA PUTRA EKSTRAKULIKULER SMK NEGERI I PANGGUNGREJO KABUPATEN BLITAR TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016

Hartotok 11.1.01.09.1079 Fak – Penjaskesrek Hartotok86@gmail.com

Ruruh Andayani Bekti. M.Pd dan Abdian Asgi Sukmana, M.Or UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Hartotok : Studi Kasus Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Putra Ekstrakulikuler SMK Negeri I Panggungrejo Kabupaten Blitar Tahun Ajaran 2015/2016". Skripsi, Penjaskesrek FKIP, UNP Kediri, 2015.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar bola voli siswa dan menentukan status gerakan dasar pada siswa putra ekstrakulikuler SMK Negeri I Panggungrejo.

Penelitian ini mengunakan metode normative survey. Populasi penelitian ini adalah siswa putra pada ekstrakulikuler bola voli di SMK Negeri I Panggungrejo Kabupaten Blitar. Sampel diambil dengan teknik proporsional random sampling dan di peroleh jumlah siswa di SMK Negeri I Panggungrejo yaitu sebagai berikut:Jurusan PJ kelas X dan XI dengan jumlah siswa 20 Siswa, Jurusan TKR X dengan jumlah siswa 40 Siswa, Jurusan TKR XI dengan jumlah siswa 30 Siswa, Jurusan TKJ kelas X dengan jumlah siswa 22 Siswa, Jurusan TKJ Kelas XI dengan jumlah siswa 25 Siswa dan setiap siswa diambil 40% dari jumlah siswa yang mengikuti ekstrakulikuler Jurusan PJ kelas X dan XI dengan jumlah 8 siswa, Jurusan TKR X dengan jumlah 16 siswa, Jurusan TKR XI dengan jumlah 12 siswa, Jurusan TKJ kelas XI dengan jumlah 10 siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran. Data yang di kumpulkan 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 \geq 192 (kurang sekali), 193-219 (kurang), 220-252 (sedang), 253-278 (cukup), 279-307 (baik), \geq 308 (baik sekali). Status keterampilan bola voli putra ekstrakulikuler SMK Negeri I Panggungrejo Kabupaten Blitar tahun ajaran 2014/2015 yaitu paling banyak dalam kondisi cukup yaitu sebanyak 19 siswa (34,55%), sedangkan siswa lain yang mempunyai keterampilan baik sekali sebanyak 3 sisiwa (4,45%), 7 sisiwa (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 bola voli siswa yang di gunakan yaitu \geq 192 (kurang sekali), 193-219 (kurang), 220-252 (sedang), 253-278 (cukup), 279-307 (baik, \geq 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, ekstrakulikuler bola voli.



I. LATAR BELAKANG

Olahraga merupakan sesuatu yang penting bagi kehidupan manusia. Dengan melakukan aktivitas olahraga manusia dapat meningkatkan kesehatan mereka. 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 dipisahkan. Jika kedua aspek tersebut berkembang dan tumbuh secara seimbang dan 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".

Dalam dunia pendidikan kita diajarkan berbagai macam teori serta teknik dalam berolahraga seperti lari, bulutangkis, sepakbola, voli dan lain-lain. Salah satu aktivitas olahraga yang perlu ditingkatkan dalam hal ini adalaha bola voli. Ada beberapa yang menyebabkan prestasi bola voli ditingkat SMK masih rendah salah satunya adalah masih kompetisi minimnya tingkat pelajar khususnya SMK 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 SMK.

Sejauh ini cara dan teknik melatih permainan bola voli ditingkat sekolah terutama ditingkat SMK 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.

Permainan bola voli juga diajarkan kepada seluruh siswa SMK di Kabupaten Blitar khususnya di SMK Negeri 1 Panggungrejo, dan rata-rata para siswa menggemari permainan bola voli tersebut. Di SMK Negeri 1 Panggungrejo juga diberikan pembinaan ekstrakurikuler bola dilakukan beberapa voli yang pertemuan dalam seminggu. Pembinaan ekstrakurikuler bola voli SMK Negeri 1 Panggungrejo 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 SMK Negeri 1 Panggungrejo 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.

II. METODE

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 tidak survey 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 untuk mengukur layak performa atau kemampuan



diinginkan, seperti yang komponen pada kondisi fisik (hlm. 284).

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

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dalam analisis data hasil tes kondisi fisik ini, nilai masingmasing 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 SMK Negeri 1 Panggungrejo tahun ajaran 2015/2016 yang dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4 Norma Tes kemampuan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Panggungrejo tahun ajaran 2015/2016.

No	Nilai	Kategori	Ju
1	≥ 308	Baik Sekali	
2	279-307	Baik	
3	253-278	Cukup	
4	220-252	Sedang	
5	193-219	Kurang	
6	≤ 192	Kurang Sekali	

Pengolahan (Sumber: Hasil Data)

Gambar 6. Diagram Persentase Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Siswa Putra Ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Panggungrejo Tahun Ajaran 2015/2016

Gambar 6 menunjukkan bahwa Siswa Putra Ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Panggungrejo



banyak mempunyai keterampilan teknik dasar bola voli cukup yaitu sebanyak 19 (34,55%),siswa 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 evaluasi diperlukan 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

Tahun Ajaran 2015/2016 paling

untuk sebagai masukan menambah wawasan tentang pentingnya memperhatikan perkembangan kapasitas kemampuan murid ekstrakurikuler bola voli dan untuk lebih juga mempopulerkan bola voli dikalangan siswa SMK.

Sehubungan dengan simpulan yang telah diambil dari implikasi yang ditimbulkan, maka kepada para guru penjasorkes di SMK Negeri 1 Panggungrejo, disarankan hal-hal sebagai berikut:

- Guru hendaknya selalu melakukan evaluasi dan penilaian terhadap tingkat kemampuan bola voli siswa dalam melakukan proses latihan.
- 2. Dalam melakukan penilaian terhadap keterampilan teknik dasar bola voli siswa putra ekstrakurikuler **SMK** Negeri 1 Panggungrejo, sebaiknya guru menggunakan norma penilaian yang sesuai. Dalam hal ini dapat digunakan hasil penelitian ini dengan melengkapi data dari seluruh populasi yang tujuannya digunakan untuk menyusun norma penilaian yang baru.
- Sebaiknya norma penelitian dapat dikembangkan dengan memaksimalkan jumlah subyek.
- 4. Sebaiknya segera dilakukan tes keterampilan teknik dasar bola voli



secara rutin dan berkala agar kemampuan siswa dapat diketahui dan bisa ditingkatkan.

- 5. Tidak semua sekolahan mempunyai ekstrakulikuler bola voly.
- Diperlukan sport search untuk mencari bibit-bibit baru.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Bambang Wijanarko. (2011).

Peningkatan Kondisi FisikPower 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 Surakarta: Lembaga Raga. 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

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

University Press.

Yogyakarta 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.