

FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN LATIHAN EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP NEGERI SE-KECAMATAN KRETEK TAHUN 2018/2019

SUPPORTING FACTORS OF TRAINING IMPLEMENTATION OF VOLLEYBALL EXTRACURRICULAR IN STATE JUNIOR HIGH SCHOOL THROUGHOUT KRETEK DISTRICT IN 2018/2019

Oleh : Murni Ekawati, PJKR, POR, FIK, UNY
murniekawati045@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa baik faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 82 siswa, yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berada pada kategori “sangat kurang” sebanyak 4 peserta didik (4,88%), “kurang” 11 peserta didik (26,83%), “cukup” 32 peserta didik (39,02%), “baik” 15 peserta didik (18,29%), dan “sangat baik” 9 peserta didik (10,98%). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 119,95, faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 dalam kategori “cukup”.

Kata kunci: faktor pendukung, ekstrakurikuler bola voli, SMP Negeri se-Kecamatan Kretek

Abstract

This research intends to find out how good the supporting factors of volleyball extracurricular training implementation in State Junior High Schools in Kretek District in 2018/2019 is. The research was descriptive research. Method used was by survey. Data collection technique used questionnaire. Research population was the students of State Junior High Schools in Kretek District who participated in volleyball extracurricular activities, totalling 82 students, taken by using total sampling technique. The data analysis technique applied descriptive quantitative analysis presented in the form of percentage. Research results show that the supporting factors of volleyball extracurricular training implementation in State Junior High Schools in Kretek District in 2018/2019 are in the "very less" category for 4 students (4.88%), "less" category 11 students (26.83%), "medium" category 32 students (39.02%), "good" category 15 students (18.29%), and "very good" 9 students (10.98%). Based on the average value, that is 119.95, the supporting factors of volleyball extracurricular training implementation in State Junior High Schools in Kretek District in 2018/2019 are in the "medium" category.

Keywords: supporting factors, volleyball extracurricular, State Junior High School in Kretek District

PENDAHULUAN

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 (Usman, 1993: 22). Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah diharapkan dapat melahirkan bibit-bibit olahragawan yang nantinya dapat dibina untuk berprestasi di

tingkat regional, nasional, maupun internasional. Sesuai yang dikemukakan oleh Lutan (2002: 15) bahwa melalui aktivitas jasmani anak diarahkan untuk belajar sehingga terjadi perubahan tingkah laku yang menyangkut aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral.

Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler tersebut tentunya harus didukung oleh beberapa faktor seperti ketersediaan alat dan fasilitas yang memadai, kecakapan guru pembimbing ekstrakurikuler

dalam memberikan materi maupun memahami kemampuan peserta ekstrakurikuler. Peranan ekstrakurikuler di samping memperdalam dan memperluas pengetahuan peserta didik, juga dapat membentuk upaya pembinaan, pemantapan, dan pembentukan nilai-nilai kepribadian peserta didik. Ekstrakurikuler diarahkan untuk membina serta meningkatkan bakat, minat, dan keterampilan. Kegiatan ini diharapkan dapat memunculkan atlet berprestasi, karena prestasi tidak dapat diciptakan dalam waktu yang singkat (Usman, 1993: 22).

SMP Negeri se-Kecamatan Kretek terdapat dua sekolah, yaitu SMP Negeri 1 Kretek dan SMP Negeri 2 Kretek. Di Sekolah tersebut, ada beberapa ekstrakurikuler yang ditawarkan antara lain: *band*, paduan suara, *marchingband*, pleton inti, KIR (Karya Ilmiah Remaja), bola voli, bolabasket, bulutangkis, dan sepakbola. Dari sekian banyak ekstrakurikuler yang ditawarkan, pokok yang akan menjadi bahasan dalam penelitian ini adalah mengenai latihan ekstrakurikuler bola voli. Akhir-akhir ini olahraga bola voli banyak diminati oleh beberapa kalangan dari mulai anak sampai dewasa, kegiatan olahraga ini juga banyak terselenggara diberbagai turnamen baik tingkat kampung misalnya turnamen antar desa seperti untuk acara dalam rangka memeriahkan peringatan HUT RI, ranah nasional seperti O2SN, PON, bahkan sampai ranah internasional seperti sea games, olimpiade dan beberapa turnamen lainnya.

SMP Negeri 1 Kretek dan SMP Negeri 2 Kretek merupakan sekolah menengah pertama yang ada di Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul. Kegiatan olahraga bola voli di kedua sekolah ini termasuk sebagai kegiatan favorit. Sebagai bukti adalah banyaknya minat pada olahraga ini sangat tinggi yaitu dari banyaknya peserta ekstrakurikuler dengan beberapa prestasinya masing-masing. Kedua

sekolah tersebut unggul dalam prestasi bola voli. Bahkan kedua sekolah tersebut selalu mendominasi di berbagai kejuaraan dibandingkan sekolah menengah pertama di kecamatan lain.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Kretek dan SMP Negeri 2 Kretek dilaksanakan 3 kali dalam seminggu yaitu pada hari senin pukul 15.00 – 17.00 WIB dan hari rabu pukul 15.00 – 17.00 WIB dan jum'at pukul 15.00 – 17.00 WIB. Peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli tergolong cukup banyak yaitu lebih dari 25 peserta dari masing masing SMP. Di SMP Negeri 1 terdiri dari 14 peserta didik putra dan 12 peserta didik putri begitu juga di SMP Negeri 2 Kretek terdiri 30 peserta didik putri dan 26 peserta didik putra. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri tersebut juga selalu mendapatkan hasil baik dalam mengikuti setiap kejuaraan, sudah banyak peserta didik yang mampu menjadi atlet nasional dan ada pula yang mendapatkan pekerjaan mudah karena prestasi yang dicapainya.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli berjalan dengan baik, prestasi yang selalu berpihak pada kedua sekolah tersebut bukan kepada sekolah yang lain. Namun berdasarkan pengamatan tersebut peneliti menemukan adanya kesenjangan dari pelaksanaan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Kretek dan SMP Negeri 2 Kretek, yaitu:

Pertama, permasalahan yang muncul dari faktor internal dan eksternal peserta didik. Suharno (1985: 51) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi dapat berasal dari faktor *intern* dan juga *ekstern*. Faktor *intern* (fisik, psikis, kelelahan), faktor *ekstern* (keluarga, sekolah, masyarakat). Secara fisik, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler memiliki keadaan fisik yang baik, tidak ada yang memiliki keterbatasan

atau cacat tubuh dan kejiwaan. Namun dari segi psikologis terlihat lebih rendah, hal ini terlihat dari perhatian, minat, dan kesiapan peserta didik yang kurang saat latihan ekstrakurikuler bola voli berlangsung. Presensi peserta didik juga terlihat banyak yang kosong atau tidak hadir beberapa kali latihan.

Kedua, permasalahan yang muncul dari segi sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana penunjang kegiatan juga sangatlah berpengaruh. Sarana dan prasarana yang digunakan dalam ekstrakurikuler bola voli juga cukup memadai, misalnya lapangan yang digunakan masih cukup bagus dan terawat. Namun pada saat latihan kadang terkendala dengan bola, beberapa bola yang dipakai sudah tidak bagus dan tidak layak dikarenakan karet yang digunakan sudah rusak. Dengan melihat kondisi tersebut sudah menjadi tanggung jawab bersama antara guru pendidikan jasmani dan kepala sekolah selaku pemegang kebijaksanaan agar program ekstrakurikuler khususnya bola voli dapat lebih meningkat dan berprestasi. Selain itu peranan guru pendidikan jasmani selaku pembina dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli juga sangat penting, karena semua yang berkaitan dengan kegiatan tersebut dipegang olehnya.

Ketiga, permasalahan yang muncul dari segi pelatih ekstrakurikuler bola voli. Pembina sekaligus pelatih ekstrakurikuler bola voli adalah guru pendidikan jasmani yang cukup berkompeten, namun kegiatan ekstrakurikuler bola voli hanya dibimbing oleh satu pelatih untuk jumlah peserta didik yang banyak. Hal ini menyebabkan kurang terciptanya suasana kondusif saat ekstrakurikuler bola voli berlangsung. Banyak peserta didik yang sibuk dengan aktivitasnya sendiri, seperti bercanda dan hanya duduk mengobrol di tepi lapangan.

Adanya fakta kesenjangan antara harapan dan realita dalam pelaksanaan

ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek memunculkan berbagai solusi untuk mengatasi permasalahan yang ada. Salah satu solusinya yaitu dengan mengukur besaran faktor yang mendukung kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek yang selama ini belum pernah dilakukan. Harapan dari peserta didik adalah bisa mengikuti ekstrakurikuler bola voli dengan baik, namun tidak selalu kegiatan ekstrakurikuler berjalan dengan lancar. Hal ini karena belum diketahuinya faktor-faktor yang berperan dalam mendukung kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Dengan mengetahui besaran setiap faktor yang mendukung peserta didik dalam mengikuti ekstrakurikuler bola voli, diharapkan dapat memberikan perhatian dan tindak lanjut yang mendalam terhadap faktor pendukung tersebut. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sukmadinata (2012: 72) menyatakan bahwa penelitian deskriptif ditujukan untuk bisa mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik yang bersifat alamiah maupun rekayasa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2018.

Target/Subjek Penelitian

. Subjek dalam penelitian adalah peserta didik di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 82 peserta didik, karena keseluruhan populasi dijadikan sampel sehingga teknik sampel adalah *total sampling*.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (206: 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu, Sangat Srtuju (SS) bobot jawaban 4, Setuju (S) bobot jawaban 3, Tidak Setuju (TS) bobot jawaban 2, Sangat Tidak Setuju (STS) bobot jawan 1.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir	
			+	-
Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019	Internal	Fisik	1, 2, 3, 4	
		Psikologis	5, 6, 7, 9, 10	8,
		Kelelahan	13	11, 12
	Eksternal	Keluarga	14, 15, 17	16
		Sekolah	18, 19, 22	20, 21, 23
		Pelatih	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	
	Lingkungan	31, 32, 33, 36	34, 35,	
Jumlah			36	

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam

penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mencari data peserta didik di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli.
2. Peneliti menyebarkan angket kepada responden.
3. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
4. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah

Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

Interval	Kategori
$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

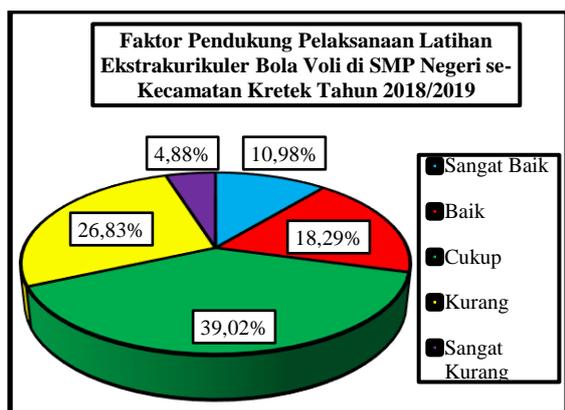
S : standar deviasi

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 didapat skor terendah (*minimum*) 103,00, skor tertinggi (*maksimum*) 139,00, rerata (*mean*) 119,95, nilai tengah (*median*) 119,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 122,00, *standar deviasi* (SD) 9,57.

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Lingkaran Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek Tahun 2018/2019

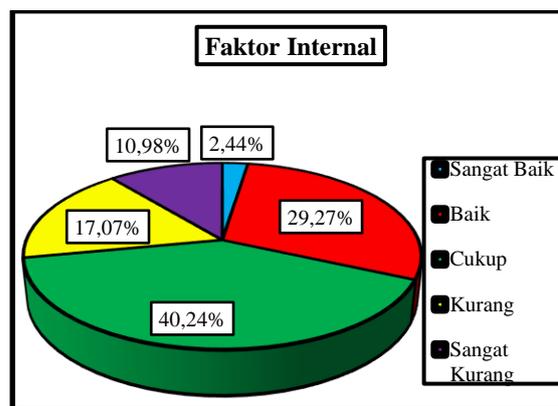
Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,88% (4 peserta didik), “kurang” sebesar 26,83% (11 peserta didik), “cukup” sebesar 39,02% (32 peserta didik), “baik” sebesar 18,29% (15 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 10,98% (9 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 119,95, faktor-faktor pendukung pelaksanaan

latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 dalam kategori “cukup”.

1. Faktor Internal

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal didapat skor terendah (*minimum*) 33,00, skor tertinggi (*maksimum*) 52,00, rerata (*mean*) 44,00, nilai tengah (*median*) 44,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 45,00, *standar deviasi* (SD) 4,14.

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Lingkaran Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek Tahun 2018/2019 Faktor Internal

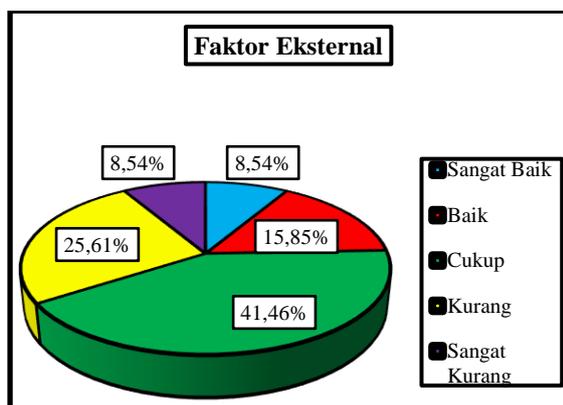
Berdasarkan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 10,98% (9 peserta didik), “kurang” sebesar 17,07% (14 peserta didik), “cukup” sebesar 40,24% (33

peserta didik), “baik” sebesar 29,27% (24 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 2,44% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 45,27, faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal dalam kategori “cukup”.

2. Faktor Eksternal

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal didapat skor terendah (*minimum*) 58,00, skor tertinggi (*maksimum*) 91,00, rerata (*mean*) 74,68, nilai tengah (*median*) 74,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 73,00, *standar deviasi* (SD) 6,94.

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Lingkaran Faktor-Faktor Pendukung Pelaksanaan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek Tahun 2018/2019
Faktor Eksternal

Berdasarkan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli

di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 8,54% (7 peserta didik), “kurang” sebesar 25,61% (21 peserta didik), “cukup” sebesar 41,46% (34 peserta didik), “baik” sebesar 15,85% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 8,54% (7 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 74,68, faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal dalam kategori “sedang”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 dalam kategori cukup. Secara rinci faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 paling tinggi pada persentase 39,02% dalam kategori cukup, berikutnya pada kategori baik sebesar 18,29%, dan kategori kurang sebesar 26,83%.

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal dan eksternal dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal dalam kategori “cukup”. Paling tinggi yaitu pada kategori cukup sebesar 40,24% atau 33 peserta didik,

selanjutnya pada kategori baik sebesar 29,27% atau ada 24 peserta didik. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu. Adapun faktor-faktor yang ada di dalam individu meliputi: faktor fisik, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal pada indikator fisik dengan persentase sebesar 87,35% masuk kategori sangat baik. Kondisi fisik merupakan unsur yang penting dan menjadi dasar dalam mengembangkan teknik, taktik, maupun strategi dalam olahraga. Sajoto (2002: 41), menyatakan kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaan. Sugiyanto dalam Sukadiyanto (2005: 82), menyatakan kemampuan fisik adalah kemampuan memfungsikan organ-organ tubuh dalam melakukan aktivitas fisik. Kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung mengembangkan aktifitas psikomotor. Gerakan yang terampil dapat dilakukan apabila kemampuan fisiknya memadai. Sukadiyanto (2005: 41), menyatakan kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaan. Artinya bahwa di dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus berkembang. Status kondisi fisik dapat mencapai titik optimal jika memulai latihan sejak usia dini dan dilakukan secara terus menerus dan berkelanjutan dengan berpedoman pada prinsip-prinsip dasar latihan. Status kondisi fisik seseorang dapat diketahui dengan cara penilaian yang berbentuk tes kemampuan. Tes ini dapat dilakukan di dalam laboratorium dan di lapangan. Faktor fisik merupakan kepercayaan diri yang dipicu oleh

diri peserta didik itu sendiri, yang berasal dari kondisi atau kemampuan fisiknya. Kondisi fisik seperti tinggi badan, berat badan, serta kondisi kesehatan tubuh memiliki pengaruh yang cukup tinggi terhadap peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal pada indikator psikologis dengan persentase sebesar 86,03% masuk kategori sangat baik. Hal ini berarti faktor psikologis juga memiliki peran yang tinggi untuk peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli. Djaali (2012: 109), menjelaskan bahwa psikis adalah faktor yang berhubungan dengan intelegensi, perhatian peserta didik, minat, bakat, motivasi, kematangan.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal pada indikator kelelahan persentase sebesar 88,72% masuk kategori baik. Hal ini juga menunjukkan bahwa faktor kelelahan juga menjadi salah satu faktor yang cukup penting. Misalnya untuk meningkatkan daya tahan tubuh, peserta didik giat berlatih dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli. Sebagian besar peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki kondisi fisik yang cukup baik sehinggadidalam proses kegiatan ekstrakurikuler olahraga peserta didik tidak mengalami kelelahan yang berarti dan dapat berjalan dengan lancar. Selain itu pada setiap latihan selalu ada *game*, sehingga peserta didik merasa senang saat berlatih.

2. Faktor Eksternal

Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP

Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal dalam kategori “cukup”. Paling tinggi yaitu pada kategori cukup sebesar 41,46% atau 34 peserta didik, selanjutnya pada kategori kurang sebesar 25,61% atau ada 21 peserta didik. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu. Adapun faktor yang ada di luar individu meliputi: faktor keluarga, faktor sekolah, faktor lingkungan.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal pada indikator keluarga dengan persentase sebesar 88,95% masuk kategori sangat baik. Artinya pengaruh keluarga seperti dorongan orangtua, atau ada salah satu anggota keluarga yang menjadi pemain bolavoli nasional juga memberikan pengaruh dalam pemilihan peserta didik mengikuti ekstrakurikuler bolavoli meskipun pengaruh dari keluarga kurang tinggi.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal pada indikator sekolah dengan persentase sebesar 80,44% masuk kategori baik. Artinya sarana prasarana, fasilitas sekolah, kondisi lapangan dan cara mengajar atau metode yang pelatih gunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli memberikan pengaruh untuk peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal pada indikator pelatih dengan persentase sebesar 78,40% masuk kategori baik. Pelatih dalam olahraga prestasi mempunyai tugas untuk membantu atlet untuk mencapai prestasi

maksimal. Pelatih diakui keberhasilannya dalam melatih bila atlet binaannya bisa meraih kemenangan dan mendapatkan prestasi tinggi. Keberhasilan dan kegagalan atlet dalam suatu pertandingan dipengaruhi program latihan dari pelatih. Pendapat yang lain dikemukakan oleh Pate, at. all, (dalam Dwijowinoto, 1993: 5), pelatih adalah seorang yang profesional yang tugasnya membantu olahragawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraganya. Pelatih adalah suatu profesi, sehingga pelatih diharapkan dapat memberikan pelayanan sesuai standar atau ukuran profesional yang ada. Pelatih harus mengikuti perkembangan ilmu pelatihan yang ada untuk mengoptimalkan penampilan atlet. Harsono (2015: 31) menyatakan bahwa tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan seorang pelatih, pendidikan formal dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi kognitif dan psikomotorik dari pelatih.

Persentase faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal pada indikator lingkungan persentase sebesar 79,98% masuk kategori baik. Lingkungan berarti daerah (kawasan) yang termasuk didalamnya, bagian wilayah dalam kelurahan yang merupakan lingkungan kerja pelaksanaan pemerintahan desa, golongan atau kalangan serta semua yang mempengaruhi pertumbuhan manusia atau hewan. Lingkungan sosial berarti kekuatan masyarakat serta berbagai sistem norma di sekitar individu atau kelompok manusia yang mempengaruhi tingkah laku manusia dan interaksi antara manusia (Depdiknas, 2008).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,88% (4 peserta didik), “kurang” sebesar 26,83% (11 peserta didik), “cukup” sebesar 39,02% (32 peserta didik), “baik” sebesar 18,29% (15 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 10,98% (9 peserta didik).

1. Faktor- pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor internal berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 10,98% (9 peserta didik), “kurang” sebesar 17,07% (14 peserta didik), “cukup” sebesar 40,24% (33 peserta didik), “baik” sebesar 29,27% (24 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 2,44% (2 peserta didik).
2. Faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 8,54% (7 peserta didik), “kurang” sebesar 25,61% (21 peserta didik), “cukup” sebesar 41,46% (34 peserta didik), “baik” sebesar 15,85% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 8,54% (7 peserta didik).

Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola

voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019.

2. Agar melakukan penelitian tentang faktor-faktor pendukung pelaksanaan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri se-Kecamatan Kretek tahun 2018/2019 dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Depdiknas. (2008). *Undang-undang sistem pendidikan nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Djaali. (2012). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harsono. (2015). *Coaching dan aspek-aspek psikologi dalam coaching*. Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT.
- Lutan, R. (2002). *Pengukuran dan evaluasi penjas*. Jakarta: Depdikbud.
- Sajoto. (2002). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Suharno. (1985). *Ilmu coaching umum*. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukadiyanto. (2012). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Usman, M.U. (1993). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.