

TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA NEGERI 3 KLATEN TAHUN AJARAN 2016/2017

LEVELS OF VOLLEYBALL PLAYING SKILLS OF THE STUDENTS PARTICIPATING IN THE EXTRACURRICULAR VOLLEYBALL AT PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL 3 OF KLATEN ACADEMIC YEAR 2016/2017

Oleh: Ikhsan Pangestu Setyawan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta

ikhansetyawan88@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan karena belum diketahuinya tingkat keterampilan bermain bola voli siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola voli siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 3 Klaten. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survei* dengan instrumen berupa tes. Subjek penelitian adalah siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten sebanyak 20 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan tes *passing* atas menggunakan *AAHPER face wall volleyball test*, tes *passing* bawah menggunakan *Brumbach forearms pass volleyball test*, tes *smash* menggunakan *stanley spike test*, tes ketepatan servis menggunakan tes ketepatan servis *AAHPER*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes tingkat keterampilan bola voli, sebanyak 9 siswa termasuk dalam kategori sedang (45%), sebanyak 6 siswa atau sebesar (30%) termasuk kategori baik, sebanyak 4 siswa atau sebesar (20%) termasuk kategori sangat kurang, sebanyak 1 siswa atau sebesar (5%) termasuk kategori sangat baik, sebanyak 0 siswa atau sebesar (0%) termasuk kategori kurang.

Kata Kunci: *keterampilan, servis, passing atas, passing bawah, smash*

Abstract

The study was conducted because there has not been information on levels of volleyball playing skills of the students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School (SHS) 3 of Klaten. Therefore, the study aims to find out levels of volleyball playing skills of the students participating in the extracurricular volleyball at Public SHS 3 of Klaten. This was a descriptive study. It used the survey method and the instrument was a test. The research subjects were 20 students participating in the extracurricular volleyball at Public SHS 3 of Klaten. The data collection technique was an overhead passing test using the AAHPER face wall volleyball test, a forearm passing test using Brumbach forearms pass volleyball test, a smash test using Stanley spike volleyball test, and a service accuracy test using AAHPER service accuracy test. The data analysis technique was the descriptive technique using percentages. The results of the study show that of the 20 students joining the test of volleyball playing skills, 9 students (45%) are in the moderate category, 6 students (30%) in the good category, 4 students (20%) in the very poor category, 1 student (5%) in the very good category, and no student (0%) in the poor category.

Keywords: *playing skills, service, overhead passing, forearm passing, smash*

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan permainan net beregu yang menyenangkan, menarik, dan tidak membutuhkan biaya besar dalam memainkannya. Permainan bola voli dimainkan oleh dua regu yang pada tiap regu berjumlah enam orang pemain. Permainan bola voli dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan. Sasaran dari permainan bola voli adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi dari satu wilayah ke wilayah lawan. Permainan bola voli dapat dimainkan di dalam maupun di luar gedung. Permainan bola voli 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 di SMA Negeri 3 Klaten 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, rohisi, futsal, bola voli, 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 bola voli di SMA Negeri 3 Klaten secara rutin

diselenggarakan setiap hari senin setelah jam pelajaran selesai. Pengampu kegiatan ekstrakurikuler bola voli adalah guru mata pelajaran pendidikan jasmani. Siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten memiliki tingkatan kemampuan teknik yang berbeda-beda.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 20) dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Teknik dasar bermain bola voli bukan merupakan satu-satunya unsur yang harus dikuasai pada permainan bola voli, 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 bola voli.

Teknik-teknik dasar permainan bola voli harus terlebih dahulu dikuasai oleh setiap pemain bola voli. 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 bola voli, dan perlu suatu program latihan yang baik sehingga keterampilan bermain bola voli dapat meningkat.

Bermain bola voli terdapat beberapa aspek penting agar seseorang dapat dikatakan terampil dalam bermain bola voli 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 di SMA Negeri 3 Klaten pelaksanaan latihan hanya diselenggarakan satu kali setiap minggu.

Sarana dan prasarana di SMA Negeri 3 Klaten untuk cabang olahraga bola voli kurang memadai, yang terdiri dari satu lapangan *outdoor*, satu net, dan 6 bola voli. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten sudah lama dan rutin dilaksanakan, namun sampai saat ini pembina kegiatan tersebut belum pernah melakukan tes tentang tingkat keterampilan bermain bola voli siswanya, sehingga tingkat keterampilan bermain bola voli di SMA Negeri 3 Klaten belum diketahui.

Berdasarkan pertimbangan di atas, melihat adanya perbedaan teknik siswa dalam bermain bola voli, kurangnya sarana prasarana pendukung untuk latihan ekstrakurikuler bola voli, kurangnya waktu latihan yang hanya dilakukan satu kali setiap minggu, serta belum pernah diadakannya penelitian tentang keterampilan bermain bola voli di SMA Negeri 3 Klaten, maka perlu dilakukan penelitian untuk menjawab permasalahan di atas dengan melakukan tes keterampilan bola voli dengan judul "Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 3 Klaten Tahun Ajaran 2016/2017".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini meneliti mengenai tingkat keterampilan bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler bola voli, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan tingkat keterampilan bermain bola voli 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.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 3 Klaten yang terletak di Jalan Mayor Sunaryo No.42, Jonggrangan, Kecamatan Klaten Utara, Kabupaten Klaten. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2017 sampai bulan Maret 2017.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten. Penelitian ini merupakan penelitian populasi karena seluruh populasi dalam penelitian dijadikan sebagai sampel. Subjek penelitian adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten yang berjumlah 20 siswa.

Prosedur

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan penghitungan persentase seberapa baik tingkat keterampilan bermain siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten. Penelitian ini dilakukan dengan meminta responden untuk melakukan beberapa tes yaitu *AAHPER face pass wall-volley test*, *Brumbach forearm pass wall-volley test*, *Stanley spike test*, dan *AAHPER serving accuracy test* (M. Yunus: 1992)

Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan tes.

Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah *AAHPER face pass wall-volley test*, *Brumbach forearm pass wall-volley test*, *Stanley spike test*, dan *AAHPER serving accuracy test*. Teknik pengambilan data dilakukan pada saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung di SMA Negeri 3 Klaten. Proses pengambilan data diawali dengan memberikan pemanasan kepada siswa, setelah itu peneliti memberi penjelasan dan contoh melakukan *AAHPER face pass wall-volley test*, *Brumbach forearm pass wall-volley test*, *Stanley spike test*, dan *AAHPER serving accuracy test*, semua itu dilakukan supaya siswa paham dalam pelaksanaan tes dan tidak terjadi kesalahan. Masing-masing siswa mempunyai 1 kali kesempatan untuk tes *passing* atas selama 1 menit, tes *passing* bawah selama 1 menit dan tes *smash* selama 1 menit, kemudian tes ketepatan servis melewati net dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan. Masing-masing siswa mempunyai kesempatan 1 kali tes, ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh hasil yang benar-benar sesuai dengan kondisi keterampilan bermain bola voli siswa sesungguhnya dengan tanpa adanya perbaikan. Pengambilan dilakukan oleh dua testor yaitu satu orang guru pendidikan jasmani SMA sebagai penulis dan mahasiswa peneliti sebagai *timer* dan memberi tata cara pelaksanaan tes untuk menghindari kesalahan pengukuran.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan persentase. Menurut Suharsimi Arikunto (1998: 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 bola voli siswa.

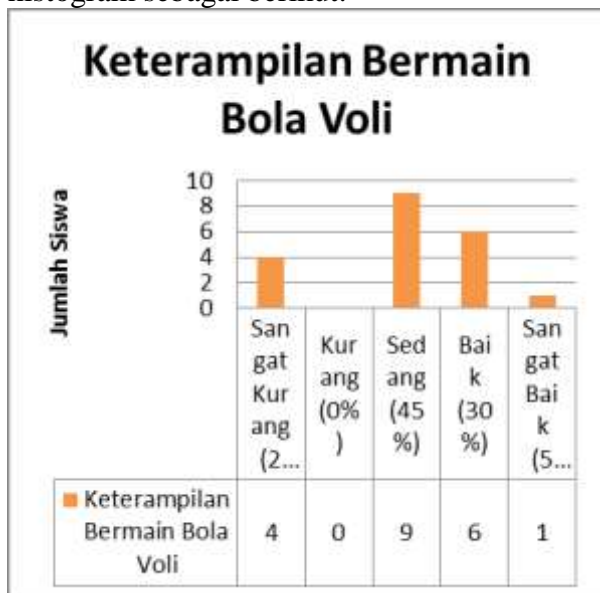
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil analisis data penelitian akan diuraikan dengan analisis deskriptif presentase sebagai berikut:

Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Klaten

diketahui bahwa keterampilan dasar bermain bola voli siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, 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%. Dari data tersebut digambarkan ke dalam histogram sebagai berikut:

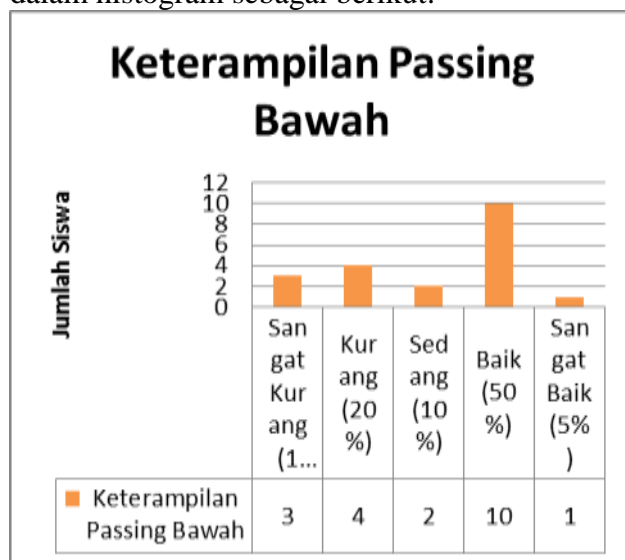


Gambar 1. *Histogram* Tingkat keterampilan Siswa

Tingkat keterampilan bermain bola voli dilakukan dalam 4 jenis tes yaitu tes *passing* bawah, *passing* atas, servis, dan *smash*. Hasil analisisnya sebagai berikut:

Keterampilan *Passing* Bawah Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Klaten

diketahui bahwa keterampilan *passing* bawah siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, 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 ketegori “sangat kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15,00%. Hasil tersebut di gambarkan ke dalam histogram sebagai berikut:

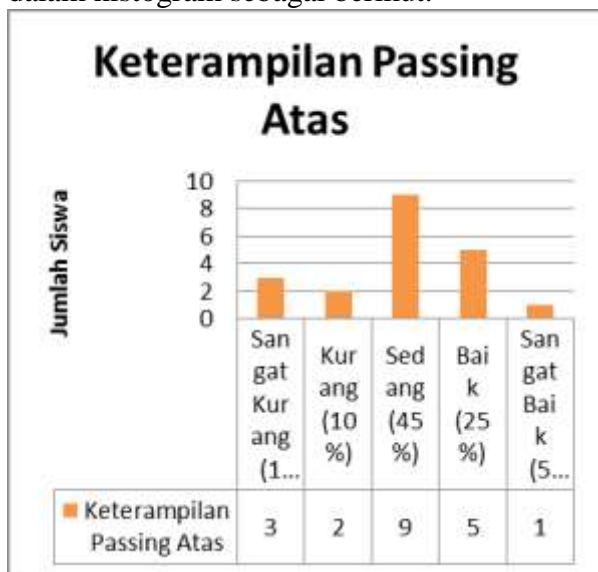


gambar 2. *Histogram* *passing* bawah

Keterampilan *Passing* Atas Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Klaten

diketahui bahwa keterampilan *passing* atas siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,00%; kategori “baik” sebanyak 5 siswa atau sebesar 25,00%; kategori “sedang” sebanyak 9 siswa atau sebesar 45,00%; kategori “kurang” sebanyak 2 siswa atau sebesar 10,00%; dan ketegori “sangat

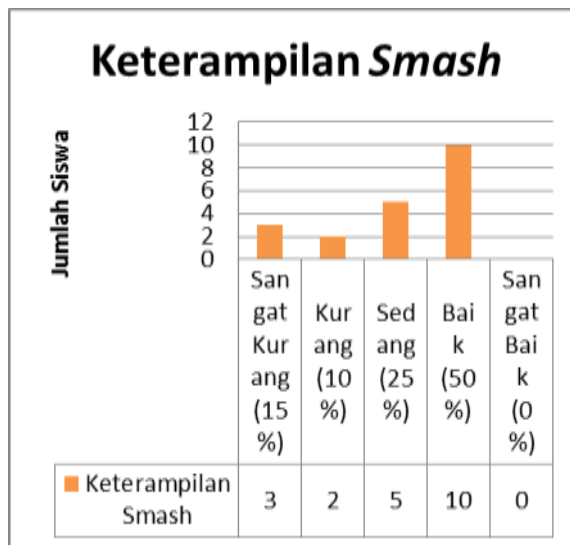
kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15,00%. Hasil tersebut di gambarkan ke dalam histogram sebagai berikut:



Gambar 3. Histogram passing atas

Keterampilan Smash Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 3 Klaten

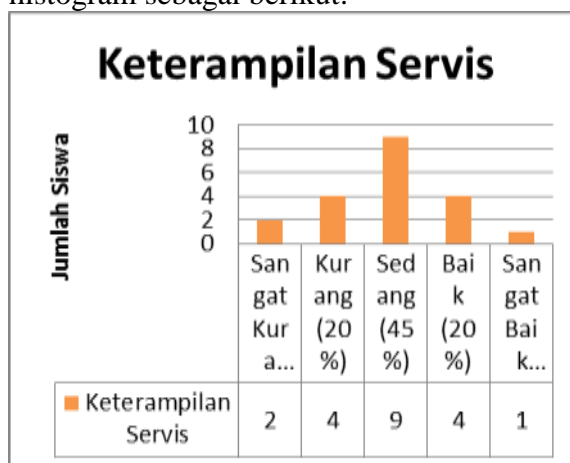
diketahui bahwa keterampilan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 0 siswa atau sebesar 0,00%; kategori “baik” sebanyak 10 siswa atau sebesar 50,00%; kategori “sedang” sebanyak 5 siswa atau sebesar 25,00%; kategori “kurang” sebanyak 2 siswa atau sebesar 10,00%; dan ketegori “sangat kurang” sebanyak 3 siswa atau sebesar 15,00%. Hasil tersebut di gambarkan kedalam histogram sebagai berikut:



Gambar 4. Histogram smash

Keterampilan Servis Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMA N 3 Klaten

diketahui bahwa keterampilan servis siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, untuk kategori “sangat baik” sebanyak 1 siswa atau sebesar 5,00%; kategori “baik” sebanyak 4 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%. Dari hasil data tersebut digambarkan ke dalam histogram sebagai berikut:



Gambar 5. Histogram servis

Pembahasan

Keterampilan adalah derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan yang efektif dan efisien. Keterampilan dasar yang baik dalam bola voli akan sangat mendukung permainan bola voli yang baik juga, sehingga untuk mencapai tujuan permainan bola voli yang baik seorang siswa harus menguasai teknik-teknik dasar pada bola voli. 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 bola voli SMA Negeri 3 Klaten dalam *mepassing* bola voli ke sasaran tembok selama satu menit. Keterampilan teknik dasar *passing* atas merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten dengan sasaran tembok yang telah di tentukan selama satu menit. Keterampilan teknik dasar *smash* merupakan gambaran kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten 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* bawah dalam permainan bola voli siswa peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Klaten, menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes *passing* bawah bola voli, 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 *passing* atas dalam permainan bola voli siswa peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 3 Klaten, menunjukkan sebagian besar kategori “sedang” sebanyak 9 siswa atau sebesar 45%, diikuti kategori “baik” 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 dan berkategori “sangat baik” mencapai 5% atau sebanyak 1 siswa. Hasil

tes keterampilan *passing* atas bola voli peserta ekstrakurikuler, sebagian besar menunjukkan kategori sedang, dikarenakan gerakan *passing* atas merupakan gerakan paling mudah dilakukan dan tidak banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor kesulitan dari luar. Hal ini berbeda dengan memukul *smash* yang sangat dipengaruhi oleh variasi lambungan bola yang akan dipukul.

Keterampilan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 3 Klaten, 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 bola voli SMA Negeri 3 Klaten, menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes servis bola voli, 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 di SMA Negeri 3 Klaten yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli menunjukan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes tingkat keterampilan bola voli, 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 bola voli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten 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 bola voli. Hal itu disebabkan tidak semua siswa memiliki minat yang

tinggi pada saat melakukan kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

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 bola voli. 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 bola voli di lingkungan masyarakat tempat mereka tinggal yang akan membawa dampak baik terhadap keterampilan bola voli.

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 SMA 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 bola voli siswa peserta ekstrakurikuler bola voli tahun ajaran 2016/2017 di SMA Negeri 3 Klaten masuk dalam kategori sedang, sehingga menjadi tugas guru penjas sebagai pengampu kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan dasar bola voli siswa. Keterampilan dasar bola voli 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 SMA, teknik-teknik ini menjadi modal utama dalam permainan bola voli, karena teknik-teknik ini adalah teknik yang paling dasar sebelum teknik *block*.

Keterampilan bermain bola voli merupakan teknik yang paling penting dalam permainan bola voli, dimana teknik ini merupakan teknik paling dasar dan paling dominan pada permainan bola voli. Berkenaan dengan hal itu, sangatlah penting bagi siswa peserta ekstrakurikuler bola voli untuk menguasai teknik dasar bermain bola voli dengan baik dan benar. Dengan memiliki keterampilan dasar bola voli yang baik, maka akan dapat melakukan permainan bola voli dengan baik, sehingga permainan akan terlihat indah dan tidak asal melewati net.

Merujuk dari pembahasan dapat dijelaskan bahwa tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten 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 bola voli di SMA Negeri 3 Klaten 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 SMA Negeri 3 Klaten akan meningkat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dalam penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa dari 20 siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 3 Klaten yang mengikuti tes tingkat keterampilan bola voli 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%.

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

- M. Husni Thamrin. (2006). Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Pembangunan Nasional. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 3, Nomor 3, November 2006). Hlm 1-8

M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Pustaka Umum.

Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT.Rineka Cipta