

**TINGKAT KEPUASAN SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER
BOLA VOLI TERHADAP MATERI LATIHAN PELATIH
DI SMA NEGERI 1 PUNDONG**

**LEVEL OF SATISFACTION MA EXERCISE MATERIAL TRAINER AMONG THE
STUDENTS PARTICIPANING IN THE EXTRACURRICULAR
VOLLEYBALL AT SMA NEGERI 1 PUNDONG**

Oleh : A Brilyan Vandi Yansa

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi karena belum diketahui tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pundong. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, metode yang digunakan adalah survei dengan menggunakan instrumen angket. Subyek pada penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Pundong putra sebanyak 20 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong yang termasuk dalam kategori sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 0 orang (0%), kategori puas ada 14 orang (70%), dan 4 orang termasuk dalam kategori sangat puas (20%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong termasuk ke dalam kategori puas.

Kata Kunci: *tingkat kepuasan, materi latihan, SMA Negeri 1 Pundong.*

Abstract

The research background is that there has not been information on level of satisfaction exercise material trainer among the students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School 1 of Pundong . This study aims to investigate levels of level of satisfaction exercise material trainer among the students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School 1 of Pundong. This research is quantitative, descriptive research method used was a survey by using instruments question form. The subject of this research is the entire students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School 1 of Pundong son of as many as 20 students. analysis data techniques use are descriptive statistics in the form of a percentage. The results of the study show that regarding the understanding of satisfaction exercise material trainer among the students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School 1 of Pundong, is include in the category of very less satisfied there are 0 people (0%), 2 people (10%) in less satisfied category, 0 students (0%) in enough category, 14 people (70%) in satisfied category, and 2 people (20%) in very satisfied category .Based on the results, it can be concluded that the level of satisfaction exercise material trainer among the students participating in the extracurricular volleyball at Public Senior High School 1 of Pundong are in the satisfied category.

Keyword : *level of satisfaction, exercise material, Public Senior High School 1 of Pundong.*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang ada di Sekolah merupakan sebuah bagian dari pendidikan yang ada, Penjasorkes memiliki tujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan aspek-aspek kebugaran, keterampilan gerak, perilaku hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui sebuah aktivitas jasmani dan olahraga.

Pembelajaran Penjasorkes biasanya dalam menyampaikan sebuah materi hanya menggunakan aktivitas olahraga dan permainan, seperti atletik, sepak bola, bola basket, bola voli, dan lain-lain. Tujuan dari Penjasorkes itu juga tidak hanya dalam kemampuan psikomotor, kognitif dan afektif. Penjasorkes memiliki tambahan satu lagi tujuan yang harus ditempuh yaitu tujuan fisik. Pengembangan potensi siswa tidak hanya dapat dikembangkan hanya melalui pendidikan formal, namun pendidikan melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki peranan yang besar pula. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga tidak hanya dapat mengembangkan keterampilan, tetapi mereka juga belajar untuk menghadapi sebuah tantangan baru, berlatih secara spesifik olahraga, memiliki teman lebih banyak, dan memiliki pengalaman yang lebih banyak pula.

Salah satu bentuk kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan permainan yang dapat mewakili hal tersebut adalah kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli merupakan kegiatan beregu/ tim, yang mampu mengembangkan bentuk kerja sama dan komunikasi, sehingga komunikasi dengan teman itu sangat diperlukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga dalam hal ini adalah bola voli tidak hanya baik untuk mengembangkan aspek fisik saja akan tetapi baik juga untuk perkembangan aspek sosial yang dimiliki siswa. Olahraga sangat erat kaitannya dengan sebuah materi latihan. Materi Latihan itu menyediakan suatu landasan konstruksi dari program pelatihan untuk meningkatkan prestasi atlet.

Menurut Bompa (2009: 57) semua program latihan harus meliputi fisik, teknik, taktik, dan psikologis. Faktor-faktor ini sangat penting untuk setiap program pelatihan terutama dilihat dari usia atlet, potensi individu, tingkat pengembangan atletik, dan

tahap pada saat pelatihan. Namun, penekanan ditempatkan pada setiap faktor selalu bervariasi sesuai dengan waktu, pelatihan atlet, umur biologis atlet dan olahraga yang sedang dilatihkan. Faktor-faktor pelatihan sangat penting faktor-faktor saling berhubungan antara yang satu dengan yang lainnya dan latihan fisik adalah dasar semua faktor lain. Berikut ini adalah piramida latihan :



Gambar 1 : Piramida Faktor Latihan (Bompa, 2009: 57)

Berdasarkan wawancara dengan salah satu pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Pundong yaitu bapak Sujarwo selaku pelatih tim putra SMA Negeri 1 Pundong, menunjukkan bahwa potensi olahraga bola voli di SMA Negeri 1 Pundong ini bagus, hal itu dikarenakan dalam 2 tahun terakhir dapat menjuarai kompetisi bola voli PORDA Bantul dan UGM Cup. Prestasi yang dimiliki salah satu Sekolah reguler di Kabupaten Bantul ini dapat mengalahkan Sekolah olahraga di Kabupaten Bantul. Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Pundong Bantul memiliki banyak kendala yaitu diantaranya masih kurangnya sarana dan prasarana latihan yang dimiliki masing-masing Sekolah, hal ini dapat mengganggu konsentrasi latihan yang sedang berlangsung dan tidak dapat memaksimalakan potensi dengan baik.

Waktu latihan ekstrakurikuler siswa juga jarang pada berangkat, frekuensi berangkat secara bersamaan jarang terjadi dikarenakan latihan bentrok/ bersamaan dengan latihan di klub bola voli, hal ini juga dapat mengakibatkan kerjasama di dalam tim bola voli kurang bagus. Tingkat kepuasan yang dirasakan antara siswa peserta ekstrakurikuler terhadap materi latihan yang diberikan pelatih juga belum diketahui, hal ini sangat bisa untuk membantu perkembangan peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dalam penelitian ini akan dikaji lebih lanjut. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang dimaksud adalah kegiatan ekstrakurikuler bola voli, oleh karena itu judul yang diambil dalam penelitian ini adalah “Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Terhadap Materi Latihan Pelatih di SMA Negeri 1 Pundong”.

Menurut Fandy Tjiptono (2014: 353), kata ‘kepuasan atau *satisfaction*’ berasal dari bahasa latin “*satis*” yang artinya adalah cukup baik atau memadai dan “*facio*” berarti melakukan atau berbuat. Pelanggan yang puas maka akan membeli lagi dan akan memberitahukan orang lain tentang kebaikan mereka menurut Philip Kotler (2002: 8). Menurut Rambat Lupiyoadi (2006: 192) bahwa kepuasan ialah merupakan tingkat perasaan seseorang menyatakan hasil perbandingan atas kinerja produk atau jasa yang diterima dan yang diharapkan. Menurut Fandy Tjiptono (2006: 147) kepuasan pelanggan adalah tingkat perasaan seseorang setelah membandingkan kinerja atau hasil yang ia rasakan dibandingkan dengan harapannya.

Ketiga pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kepuasan konsumen adalah tingkat perasaan seseorang yang melakukan pembelian produk atau jasa untuk kebutuhan pribadinya setelah melakukan perbandingan antara kinerja produk atau jasa yang diberikan terhadap apa yang diharapkan oleh pemakai ataupun pelaku jasa tersebut. Kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler terhadap materi latihan pelatih ekstrakurikuler akan sangat berpengaruh terhadap kinerja pelatih ekstrakurikuler dalam melatih dan kinerja latihan siswanya dalam mengikuti latihan ekstrakurikuler. Pengalaman yang baik dari seorang pelatih maka akan mendapatkan nilai bagus dari lingkungan pelatih tersebut dalam melatih dan jika pelatih mendapatkan pengalaman dan nilai yang jelek maka akan menurunkan kualitas pelatih tersebut dalam melatih atau penilaian dari lingkungan sekitar dia melatih. Menurut Kotler dan Keller dalam Fandy Tjiptono (2014: 369), ada empat metode yang banyak digunakan untuk mengukur kepuasan pelanggan yaitu: Sistem keluhan dan saran, ghost/ mystery shopping, lost costemer analysis, survei kepuasan pelanggan.

Menurut Husain Umar (2000: 51) ada empat faktor yang mempengaruhi kepuasan konsumen, antara lain: Fasilitas dimaksud disini adalah segala sesuatu yang dapat dirasakan oleh para konsumen tentang semua hal yang menyangkut dengan keadaan konsumen selama berada di kegiatan ekstrakurikuler bola voli SMA N 1 Pundong. Kualitas produk, yang dimaksud disini adalah kualitas produk jasa yang ditawarkan oleh pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Pundong. Kualitas pelayanan bagi para pelaku bisnis, terutama di bidang jasa pelayanan sangat mempengaruhi tingkat kepuasan konsumen. Konsumen biasanya melakukan evaluasi kecil terhadap pelayanan yang diberikan oleh pengelola terhadap pelayanan yang diberikan. Kegiatan penjualan lebih mengarah pada aktivitas penjualan, dimana interaksi antara pengelola dan konsumen dapat terbentuk sehingga dapat menciptakan hubungan yang baik antara pengelola dan konsumen sehingga tercipta kepuasan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong. Teknik pengambilan data menggunakan angket yang merupakan metode pengambilan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk diberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna menurut Eko Putro Widoyoko (2012: 33).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Pundong yang beralamatkan di Srihardono, Pundong, Srihardono, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55771. Waktu Penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan April 2017 sampai dengan bulan Juni 2017.

Subyek Penelitian

Menurut Saifuddin Azwar (2016:34) subyek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang diteliti. Subyek

penelitian pada dasarnya adalah yang akan dikenai kesimpulan dari hasil penelitian. Apabila subyek penelitian terbatas dan masih terjangkau dengan sumber daya, maka dapat dilakukan studi populasi, yaitu mempelajari seluruh subyek secara langsung. Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki (Sutrisno Hadi, 2016:190). Populasi ini dibatasi sebagai sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama. Subyek pada penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA N 1 Pundong putra sebanyak 20 anak.

Prosedur

Agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cepat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan adalah angket.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sebuah metode angket untuk mengumpulkan data. Menurut Cholid Narbuko (2013: 76) Metode angket adalah suatu daftar yang berisikan rangkaian pernyataan mengenai sesuatu masalah atau bidang yang akan diteliti. Pengambilan data menggunakan angket dapat membantu peneliti maupun siswa untuk melakukan proses pengambilan data. Peneliti dan siswa tidak memerlukan banyak waktu untuk proses pengambilan data. Variabel penelitian ini adalah tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong. Berdasarkan variabel diatas maka disusun instrumen penelitian yang dapat menunjukkan ukuran tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong, Menurut Sutrisno Hadi (1991: 7) harus digunakan beberapa langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrumen yang tepat, langkah-langkah tersebut adalah mendefinisikan konstruk dan menyidik faktor.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup dengan menggunakan soal tes objektif puas-tidak puas dengan empat pilihan, yaitu: "Sangat Tidak

Puas" (STS), "Tidak Puas" (TP), "Puas" (P), "Sangat Puas" (SP), jawaban dari responden diberikan dengan memberi centang pada kolom yang disediakan. Sebelum angket digunakan, angket di uji validitas dan reliabilitasnya. Seluruh angket setelah di ujicobakan hanya terdapat sebanyak 39 butir soal yang memiliki nilai validitas cukup. Untuk nilai reliabilitas angket tersebut sebesar 0.946.

Proses pengumpulan data dengan cara memberikan soal dengan jenis soal tes berupa pertanyaan dan pernyataan. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut. Peneliti membuat instrument penelitian lalu peneliti datang ke SMA Negeri 1 Pundong dan membawa instrumen penelitian yang akan dipakai. Peneliti menemui siswa peserta ekstrakurikuler yang mengikuti ekstrakurikuler dan membagikan soal tersebut. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan langsung merekap hasil pengambilan data. Setelah memperoleh data penelitian peneliti melakukan analisis terhadap data penelitian dan peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan Teknik analisis data statistik deskriptif dengan persentase. Rumus mencari persentase kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong adalah:

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

(Suharsimi Arikunto, 2002: 246)

Keterangan:

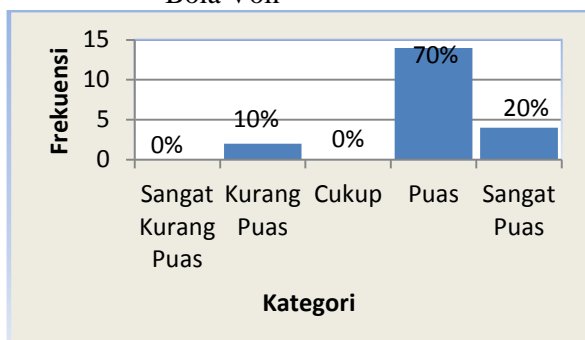
- P = Persentase yang dicari
- f = Frekuensi atau jumlah subyek
- N = Jumlah subjek keseluruhan

HASIL PENELITIAN

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong

setelah dilakukan penelitian seperti Gambar 2 di bawah ini.

Gambar 2 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Pelatih Ekstrakurikuler Bola Voli

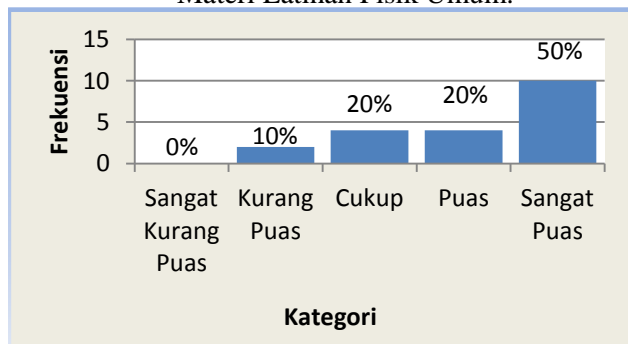


Berdasarkan gambar 2 tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih ekstrakurikuler bola voli dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 0 orang (0%), kategori puas ada 14 orang (70%), dan 4 orang termasuk dalam kategori sangat puas (20%).

Tingkat kepuasan materi latihan olahraga terbagi menjadi 5 kategori yaitu: (a) Fisik Umum, (b) Fisik Khusus Bola Voli, (c) Teknik Bola Voli, (d) Taktik Bola Voli, (e) Psikologis dalam Bola Voli, dan di bawah ini adalah hasil dari penelitian masing-masing kategori tersebut.

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong terhadap materi latihan fisik umum setelah dilakukan penelitian seperti

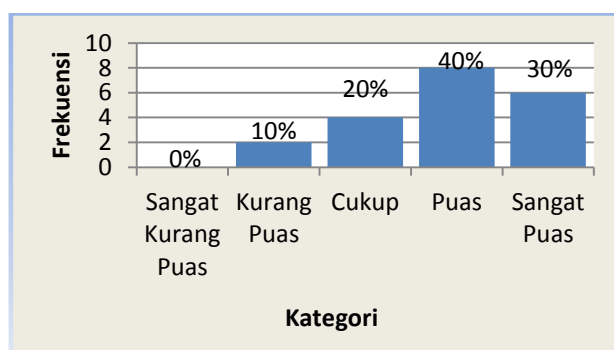
Gambar 3 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Fisik Umum.



Berdasarkan gambar 3 di atas menunjukkan tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan fisik umum dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 4 orang (20%), kategori puas ada 4 orang (20%), dan 10 orang termasuk dalam kategori sangat puas (50%).

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong terhadap materi latihan fisik khusus setelah dilakukan penelitian seperti Gambar 4 di bawah ini.

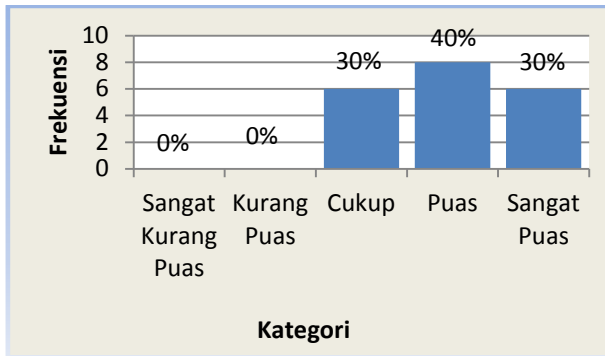
Gambar 4 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Fisik Khusus.



Berdasarkan gambar 4 di atas menunjukkan hasil penelitian tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan fisik khusus dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 4 orang (20%), kategori puas ada 8 orang (40%), dan 6 orang termasuk dalam kategori sangat puas (30%).

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong terhadap materi latihan taktik dalam bola voli setelah dilakukan penelitian seperti Gambar 5 di bawah ini.

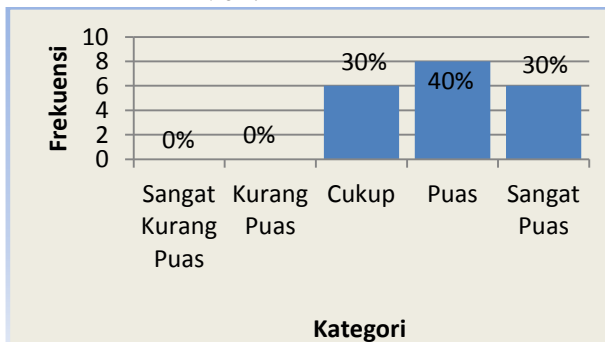
Gambar 5 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Teknik Dasar dalam Bola Voli.



Berdasarkan gambar 5 di atas menunjukkan hasil penelitian tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan teknik dasar bola voli dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 0 orang (0%), kategori cukup ada 6 orang (30%), kategori puas ada 8 orang (40%), dan 6 orang termasuk dalam kategori sangat puas (30%).

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong terhadap materi latihan teknik dalam bola voli setelah dilakukan penelitian seperti Gambar 6 di bawah ini.

Gambar 6 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Taktik Bola Voli.

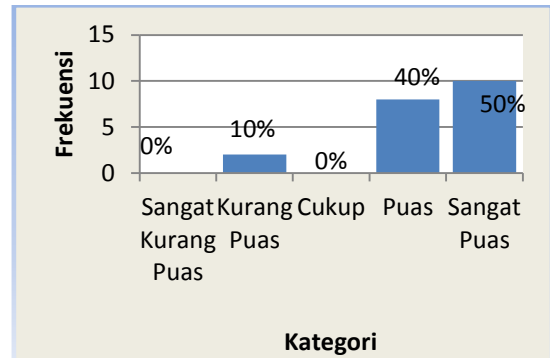


Berdasarkan gambar 6 di atas menunjukkan hasil penelitian tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan taktik bola voli dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 4 orang (20%), kategori puas ada 6 orang (30%), dan 8 orang termasuk dalam kategori sangat puas (40%).

Hasil kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi

latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong terhadap materi latihan psikologis dalam bola voli setelah dilakukan penelitian seperti Gambar 7 di bawah ini.

Gambar 7 : Diagram Batang, Tingkat Kepuasan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Terhadap Materi Latihan Psikologis dalam Bola Voli.



Berdasarkan gambar 7 di atas menunjukkan hasil penelitian tentang tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan psikologis dalam bola voli dapat dijelaskan dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 0 orang (0%), kategori puas ada 8 orang (40%), dan 10 orang termasuk dalam kategori sangat puas (50%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan bahwa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong dari 20 responden yang termasuk dalam klasifikasi sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 0 orang (0%), kategori puas ada 14 orang (70%), dan 4 orang termasuk dalam kategori sangat puas (20%). Tingkat kepuasan ini lebih mengarah dalam kategori puas yaitu sebesar 71.79%. Hal ini dapat disebabkan karena siswa peserta ekstrakurikuler SMA N 1 Pundong banyak memiliki prestasi olahraga baola voli baik di regional daerah maupun Nasional.

Tingkat kepuasan terhadap materi fisik umum cenderung termasuk ke dalam kategori puas dan sangat puas, hal ini dikarenakan dalam memberikan materi latihan pelatih

selalu memberikan sebuah contoh dan gerakan yang tepat. Pelatih juga memberikan dasar dasar gerakan pemanasan dan pendinginan untuk menunjang kegiatan fisik umum tingkat selanjutnya. Pelatih memberikan variasi latihan dengan sangat bagus sehingga peserta yang mengikuti ekstrakurikuler memiliki kepuasan yang baik. Beberapa siswa ada yang memiliki tingkat kategori yang kurang puas dan sangat kurang puas, dalam hal ini siswa tersebut bisa jadi merasakan kelelahan dan tidak puas dengan cara pemberian materi fisik umum dari pelatih.

Tingkat kepuasan terhadap materi fisik khusus yang meliputi beberapa indikator yaitu kelincahan, kekuatan, daya tahan, daya ledak, keseimbangan, dan kelentukan cenderung termasuk ke dalam kategori puas. Siswa selalu memahami arahan pelatih untuk melakukan gerakan latihan kelincahan *zig-zag* dan latihan *skipping* dengan baik. Materi latihan yang diberikan pelatih sangat bagus dan dapat dimengerti dengan baik, karena pelatih selalu memberikan arahan dalam melakukan latihan. Materi latihan kekuatan yang diberikan pelatih selalu menekankan pada kekuatan tangan kaki dan perut. Pelatih selalu menambahkan beban latihan dengan baik dan benar sehingga siswa peserta ekstrakurikuler dapat merasakan manfaat dengan baik. Latihan daya tahan dalam bola voli memiliki intensitas yang tinggi sehingga siswa peserta ekstrakurikuler merasakan kelelahan. Siswa peserta ekstrakurikuler sangat puas ketika latihan daya tahan ini jarang dilakukan oleh pelatih ekstrakurikuler. Siswa peserta ekstrakurikuler tidak suka latihan ini dilakukan sering karena latihan ini harus menggunakan tenaga yang sangat besar sehingga siswa peserta ekstrakurikuler merasakan kelelahan. Dalam materi daya ledak ini pelatih lebih sering menekankan latihan kekuatan power pada kaki dan lengan saja.

Latihan keseimbangan sangat penting dilakukan dalam olahraga bola voli. Pelatih selalu memberikan latihan keseimbangan dengan cara individu dan berkelompok. Latihan keseimbangan dilakukan secara berkelompok juga akan meningkatkan kemampuan kerjasama antar teman maupun tim. Pelatih selalu memberikan perhatian secara khusus terhadap siswa peserta ekstrakurikuler yang memiliki kelentukan yang

kurang bagus, pelatih selalu memberikan pendekatan personal terhadap siswa peserta ekstrakurikuler yang memiliki kekurangan tersebut. Pelatih juga selalu memberikan latihan kelentukan pada setiap awal latihan, hal ini dilakukan agar kemampuan dasar kelentukan yang dimiliki siswa peserta ekstrakurikuler lebih cepat meningkatnya. Kepuasan yang di alami siswa peserta ekstrakurikuler terhadap materi latihan fisik khusus ini harus dijaga dengan benar, karena fisik khusus dalam olahraga bola voli adalah dasar fisik dan teknik dasar dalam bola voli, jangan sampai siswa peserta ekstrakurikuler merasakan tidak suka terhadap latihan fisik khusus dalam bola voli.

Tingkat kepuasan terhadap materi teknik dalam bola voli yang meliputi beberapa indikator yaitu *service*, *block*, *passing*, dan *smash* cenderung termasuk ke dalam kategori puas. Siswa peserta ekstrakurikuler puas dikarenakan siswa peserta ekstrakurikuler dapat benar-benar mendalami dengan baik arahan dari pelatih bola voli terkait materi latihan *service*, *block*, *passing*, dan *smash*. Pelatih dalam memberikan materi latihan *service* selalu membedakan yang satu dengan yang lainnya misalnya memberikan materi latihan *service float*, *jump service*, dan *top spin service*, dari bermacam macam *service* tersebut siswa peserta ekstrakurikuler dapat membedakan dan mengerti dari tujuan kenapa dilakukan berbagai macam jenis *service*. Selain itu kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler terhadap latihan *service* juga sangat baik/ puas karena pelatih selalu mengarahkan dan membenarkan gerakan *service* yang kurang tepat. Pelatih selalu lebih menekankan latihan *block* adalah latihan yang sangat efektif dan cara mencari nilai yang sangat baik karena tidak memerlukan banyak tenaga untuk melakukan gerakan *block*. Pelatih selalu melakukan latihan *block* baik individu maupun berkelompok.

Teknik dasar *passing* jarang di sukari oleh siswa peserta ekstrakurikuler karena latihan *passing* adalah latihan yang sangat membosankan dan susah. Banyak pemain bola voli hanya mengandalkan bantuan dari libero untuk menerima *receive* bola. Teknik *passing* ini sangat berbeda sekali dengan teknik dasar *smash*. Teknik *smash* paling di sukai dan diminati oleh kebanyakan siswa peserta

ekstrakurikuler bola voli. Pelatih hampir selalu memberikan materi *smash* di dalam tiap sesi latihan dan pelatih memberikan latihan *smash* berdasarkan spesialisasi masing-masing anak.

Tingkat kepuasan terhadap materi taktik dalam bola voli yang meliputi beberapa indikator yaitu taktik menyerang dan taktik bertahan cenderung termasuk ke dalam kategori puas. Kedua indikator tersebut adalah gabungan antara materi fisik umum, fisik khusus, taktik dalam bola voli. Taktik adalah gerakan yang lebih kompleks untuk menentukan jalannya pertandingan. Jika teknik bertahan tidak baik maka teknik menyerang juga tidak akan bisa baik pula, begitu juga sebaliknya. Pelatih selalu memberikan materi latihan variasi dalam melakukan penyerangan. Latihan pertahanan yang diberikan pelatih selalu memberikan sebuah evaluasi sehingga siswa peserta ekstrakurikuler ataupun pihak sekolah pun juga bisa mengetahui kelemahan dan kelebihan dari tim kita. Sehingga akan menambahkan kedekatan antara pelatih dan siswa peserta ekstrakurikuler untuk menunjang kepuasan terhadap materi latihan bertahan yang diberikan oleh pelatih.

Tingkat kepuasan terhadap materi latihan psikologis cenderung termasuk ke dalam kategori puas dan sangat puas. Latihan psikologis erat kaitannya dengan mental bertanding, pelatih selalu melatih mental siswa peserta ekstrakurikuler dalam bertanding maupun latihan, dalam memberikan latihan mental pelatih melaksanakannya dengan sangat hati-hati sekali karena mental bertanding akan mempengaruhi hasil pertandingan. Selain itu pelatih juga memberikan sebuah motivasi dalam bertanding. Pelatih selalu memberikan semangat agar siswa peserta ekstrakurikuler dapat menjadi lebih percaya dengan kemampuannya sendiri. Pelatih juga memberikan target latihan dan target prestasi untuk siswa peserta ekstrakurikuler sehingga para siswa peserta ekstrakurikuler dalam melakukan latihan akan bersungguh-sungguh.

Pelatih selalu membenahi kondisi emosi peserta ekstrakurikuler dengan cara melatih *imagery* dengan membayangkan hal-hal yang baik. Pelatih memilih latihan ini adalah latihan yang sangat tepat untuk melatih keadaan psikologis siswa peserta

ekstrakurikuler dengan jangka waktu latihan yang pendek, bahkan latihan ini dapat digunakan pada saat pertandingan berlangsung. Latihan rileksasi otot dapat dirasakan oleh para siswa peserta ekstrakurikuler karena dapat merasakannya nyamannya latihan ini. Pelatih menyuruh siswa peserta ekstrakurikuler agar membuat sebuah catatan latihan dan menyuruh siswa peserta ekstrakurikuler untuk mengoreksi dirinya sendiri. Kegiatan ini sangatlah positif dilakukan karena siswa peserta ekstrakurikuler akan sadar sendiri terhadap kebutuhan dirinya sendiri. Siswa peserta ekstrakurikuler akan lebih mudah dan merasakan beban latihan yang diberikan pelatih selalu kurang terus. Hal tersebut mengakibatkan tingkat kepuasan terhadap materi latihan psikologis dalam bola voli cenderung termasuk ke dalam kategori sangat puas.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong yang termasuk dalam kategori sangat kurang puas ada 0 orang (0%), kurang puas ada 2 orang (10%), kategori cukup ada 0 orang (0%), kategori puas ada 14 orang (70%), dan 4 orang termasuk dalam kategori sangat puas (20%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kepuasan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap materi latihan pelatih di SMA Negeri 1 Pundong termasuk ke dalam kategori puas.

Secara rinci dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kategori yang mempengaruhi tingkat kepuasan terhadap materi latihan pelatih adalah fisik umum termasuk dalam kategori sangat puas (50%). Fisik khusus termasuk dalam kategori puas (40%). Teknik dalam bola voli termasuk dalam kategori puas (40%). Taktik dalam bola voli termasuk dalam kategori sangat puas (40%). Psikologis dalam bola voli termasuk dalam kategori sangat puas (50%).

Saran

Pelatih harus selalu menjaga hubungan baik dengan pihak sekolah dan siswa peserta ekstrakurikuler bola voli. Sekolah melakukan

kerjasama dengan pihak klub bola voli agar dapat meningkatkan lagi prestasi dalam olahraga bola voli baik untuk mewakili sekolah maupun untuk mewakili tingkat Kabupaten. Pihak sekolah juga harus selalu memperhatikan kondisi sarana dan prasarana ekstrakurikuler bola voli agar dapat memaksimalkan kepuasan terhadap materi latihan pelatih ekstrakurikuler yang sudah dimiliki siswa peserta ekstrakurikuler.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Azwar. Saifuddin. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bompa. Tudor O. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Training*. USA.
- Hadi. Sutrisno. (2016). *Statistik*. Celeban Timur UH III/ 548: Pustaka Belajar.
- Hadi. Sutrisno. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen*. Yogyakarta: Andi Offset
- Kotler. Philip. (2002). *Prinsip-Prinsip Pemasaran*. Jakarta: Erlangga.
- Lupiyoadi. Rambat. (2006). *Manajemen Pemasaran Jasa, Teori dan Praktek*. Jakarta: Salemba Empat.
- Narbuko. Cholid. (2013). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tjiptono. Fandy. (2014). *Pemasaran Jasa Prinsip, Penerapan, dan Penelitian*. Yogyakarta: ANDI.
- Tjiptono. Fandy. (2006). *Manajemen Jasa*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Umar. Husain. (2000). *Riset Pemasaran & Perilaku Konsumen*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Widoyoko. Eko Putro. (2012). *Tekhnik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Celeban Timur UH III/ 548: Pustaka Belajar.