

**KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER
BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING**

Skripsi

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh :
Elene Elyonora
08601244165**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2012**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING” yang disusun oleh Elene Elyonora, NIM 08601244165 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 27 April 2012
Dosen Pembimbing



Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107 198203 1 003

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 27 April 2012
Yang menyatakan



Elene Elyonora
NIM. 08601244165

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING” yang disusun oleh Elene Elyonora, NIM 08601244165 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 14 Mei 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tandatangan	Tanggal
Subagyo, M. Pd	Ketua Penguji		28/05 12
M. Hamid Anwar, M. Phil	Sekretaris Penguji		28/05 12
Hari Yulianto, M. Kes	Penguji I (Utama)		25/05 12
Yudanto, M. Pd	Penguji II (Pendamping)		28/05 12

Yogyakarta,.....Mei 2012

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S.

NIP.19600824 198601 1 001

MOTTO

- *Bertanggungjawab dengan segala sesuatu yang telah dikorbankan oleh orang tua. Jangan sampai menyia-nyiaakan pengorbanan orang tua.*
- *Menjadi pribadi seperti matahari yang menyinari dirinya juga bermanfaat untuk semua yang ada di sekitarnya, bukan menjadi seperti lilin yang menyinari sekitarnya namun menyakiti dirinya sendiri.*
- *Be Strong Women .*
- *.Dream, believe, and make it happen !*

(EleneElyonora)

PERSEMBAHAN

♥ Karya ini Elen persembahkan untuk mewujudkan sedikit harapan Papa, Mama dan adikku Chrysta tersayang yang selalu memberikan support dan doanya untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

Thanks to :

- ♥ Vale Riyantara, S.Sos (papa) dan Dwi Ernawati (mama) tercinta, yang dengan kasih sayang serta iringan do'anya selalu menerangi dan memberi kesejukan hati...
- ♥ Adikku tersayang Chrysta Marcelena.. Terima kasih untuk semua komentarnya..
- ☺ Kakung-Kakung, Uti-Uti, yang selalu mendoakanku setiap saat.
- ☺ Bapak/Ibu dosen yang selama ini membimbingku dengan sabar.
- ☺ Seseorang yang telah menemaniku selama ini dalam suka maupun duka dan banyak memberikan warna dalam kehidupanku.
- ☺ Sahabatku tersayang, Yon karnain Dwi Indrajaya, Nasrullah Ahmad, Anggi Novitasari, makasi untuk semua bantuan dan semangatnya, Semoga persahabatan kita tak lekang oleh waktu.

KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING

Oleh:
Elene Elyonora
NIM 08601244165

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping

Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif dengan metode survey dan menggunakan *Barrow motor ability test* yang meliputi : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Medicine Ball-Put*, dan 6) *Lari 60 yard*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah 20 orang. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif dengan persentase menggunakan bantuan program komputer *microsoft excel* dan *SPSS*.

Berdasarkan hasil *Barrow motor ability test*, diketahui bahwa tes tersebut memiliki *mean* 300, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan motorik sedang. Secara rinci kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli tersebut adalah sebagai berikut: terdapat 1 siswa (5%) berkategori kurang sekali, 5 siswa (25%) berkategori kurang, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 2 siswa (10%) berkategori baik sekali.

Kata Kunci : Kemampuan Motorik, Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli, SMP Negeri 3 Gamping

KATA PENGANTAR

Allhamdulillah, puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Atas ijin-Nya pula, skripsi dengan judul. ” KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING” ini, akhirnya terselesaikan.

Penulis menyadari sepenuh hati bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari adanya kerjasama dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu bersamaan dengan penyelesaian skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya terutama kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.A, M. Pd selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Rumpis Agus Sudarto, M.S selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.
3. Amat Komari, M.Si selaku ketua Program Studi PJKR FIK UNY yang telah memberikan izin dalam penelitian ini.
4. Erwin Setyo Kriswanto, M. Kes. Selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan selama mengikuti perkuliahan.
5. Subagyo, M. Pd. Selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama menyusun skripsi.
6. Kepala Sekolah SMP N 3 Gamping, Kecamatan Gamping yang telah memberikan izin untuk pengambilan data.

7. Semua siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping yang berpartisipasi dalam pengambilan data.
8. Ayah, Ibu, serta Adik yang telah memberikan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman angkatan 2008 prodi PJKR FIK Ion, Opiik, Piik, Danu, Riski, Yosi, Sahid, dan semua teman-teman kelas E angkatan 2008 atas kebersamaanya selama dibangku kuliah.
10. Semua pihak yang turut membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun selalu diharapkan demi perbaikkan lebih lanjut. Akhirnya penulis berharap, semoga karya yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi siapa saja yang berkenan menggunakannya. Penulis berdo'a semoga bantuan yang telah Bapak/Ibu berikan selama ini sebagai amal ibadah dan mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT, Amin.

Yogyakarta, April 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	 7
A. Deskripsi Teori	7
1. Hakekat Kemampuan Motorik.....	7
2. Unsur Kemampuan Motorik.....	10
3. Fungsi Kemampuan Motorik.....	14
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	14
5. Gerak Motorik Anak Laki-Laki dan Perempuan.....	16
6. Prinsip Dasar Bermain Bolavoli.....	17
7. Teknik Dasar Passing Bolavoli.....	21
8. Landasan Ekstrakurikuler.....	27
9. Karakteristik Anak Sekolah Menengah Pertama.....	29
B. Penelitian yang Relevan	30
C. Kerangka Berfikir.....	31
 BAB III METODE PENELITIAN	 33
A. Desain Penelitian	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
D. Populasi dan Sampel.....	34
E. Instrumen Penelitian.....	34
F. Teknik Analisis Data.....	38
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 41
A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian	41
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	41
C. Pembahasan	57
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 62
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi Hasil Penelitian	63

C. Keterbatasan Penelitian	64
D. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik.....	40
Tabel 2. Kategori Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bola voli SMP Negeri 3 Gamping.....	42
Tabel 3. Hasil Pengukuran Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	43
Tabel 4. Kategori Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	43
Tabel 5. Perhitungan Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Tungkai Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	45
Tabel 6. Kategori Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Tungkai Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	46
Tabel 7. Perhitungan Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	47
Tabel 8. Kategori Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	48
Tabel 9. Perhitungan Data Hasil Pengukuran Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	49
Tabel 10. Kategori Data Hasil Pengukuran Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	50
Tabel 11. Perhitungan Data Hasil Pengukuran Koordinasi Mata Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	51
Tabel 12. Kategori Data Hasil Pengukuran Koordinasi Mata Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	52
Tabel 13. Perhitungan Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Otot Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	53
Tabel 14. Kategori Data Hasil Pengukuran <i>Power</i> Otot Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	54

Tabel 15. Perhitungan Data Hasil Pengukuran Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping.....	55
Tabel 16. Kategori Data Hasil Pengukuran Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Gamping	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola Pada Saat Passing Atas.....	24
Gambar 2. Sikap Saat Perkenaan Bola <i>Passing</i> Atas.....	24
Gambar 3. Sikap Tangan Pemukul Pada <i>Passing</i> Bawah.....	26
Gambar 4. Sikap Saat Perkenaan Bola <i>Passing</i> Bawah.....	26
Gambar 5. Bagan Lari Zig-Zag.....	36
Gambar 6. Bagan Tes <i>Wall Pass</i>	36
Gambar 7. Histogram Hasil Pengukuran <i>Power</i> Tungkai, <i>Power</i> Lengan, Kelincahan, Koordinasi Mata Tangan, <i>Power</i> Otot Lengan, Kecepatan.....	44
Gambar 8. Histogram Hasil Pengukuran <i>Power</i> Tungkai Peserta Ekstrakurikuler Bolavolism Negeri 3 Gamping.....	47
Gambar 9. Histogram Hasil Pengukuran <i>Power</i> Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	49
Gambar 10. Histogram Hasil Pengukuran Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	51
Gambar 11. Histogram Hasil Pengukuran Koordinasi Mata Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bolavolism Negeri 3 Gamping.....	53
Gambar 12. Histogram Hasil Pengukuran <i>Power</i> Otot Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	55
Gambar 13. Histogram Hasil Pengukuran Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Teknik Pelaksanaan Tes Kemampuan Motorik.....	71
Lampiran 2 : Tabulasi Data Penelitian.....	74
Lampiran 3 : Tabulasi Hasil Skor-t.....	76
Lampiran 4 : Dokumentasi Pelaksanaan Tes.....	78
Lampiran 5 : Surat Ijin Penelitian.....	80

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran tetap guna memperluas wawasan serta peningkatan dan penerapan nilai-nilai pengetahuan dan kemampuan dalam berbagai hal, seperti olahraga dan seni. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga merupakan salah satu cara menampung dan mengembangkan potensi siswa yang tidak tersalurkan saat di sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan yang diselenggarakan di lingkungan sekolah. Pada gilirannya keterampilan siswa akan ditingkatkan dengan bentuk-bentuk latihan khusus sesuai cabang olahraga yang diikuti dan diminati. Hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga dikalangan siswa akan terus meningkat dan mencapai hasil yang maksimal.

Ekstrakurikuler bolavoli merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang banyak diminati oleh siswa karena olahraga tersebut merupakan olahraga permainan dan banyak dikenal oleh semua orang. Salah satu sekolah menengah pertama yang mengadakan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli adalah SMP Negeri 3 Gamping. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping berjalan dengan baik termasuk pembelajaran permainan bolavoli. Dalam kegiatan ekstrakurikuler, teknik dasar permainan bolavoli telah diajarkan dan dilatih dengan baik dan benar. Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dilaksanakan setiap hari Sabtu pukul 14.30-16.30 WIB.

Bolavoli juga merupakan salah satu materi pendidikan jasmani yang termasuk dalam permainan dan olahraga. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bolavoli. Dengan bermain bolavoli dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh kearah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat (Suharno, HP. 1995: 2).

Teknik dasar bermain bolavoli merupakan faktor yang mendasar yang harus dikuasai siswa terutama siswa SMP. Dengan menguasai teknik dasar bermain bolavoli, diharapkan siswa akan memiliki ketrampilan bermain bolavoli. Selain itu permainan bolavoli juga dapat digunakan untuk melatih kemampuan jasmani si pelaku seperti melatih kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan, dan lain sebagainya (Depdikbud, 1997: 17).

Permainan bolavoli adalah salah satu permainan yang harus diajarkan di SMP sesuai kurikulum, teknik-teknik yang diajarkan dalam pembelajaran bolavoli meliputi *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, blok dan servis (Depdikbud, 1994: 9). Pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk membentuk siswa untuk menggunakan tubuh lebih efektif dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan menyeluruh yang diperlukan berbagai dalam kehidupan sehari-hari. Guru pendidikan jasmani seharusnya memberikan pengalaman bagi setiap anak. Pembatasan aktivitas anak akan memberikan tumbuh kembangnya anak secara menyeluruh, karena anak akan kurang memiliki kekayaan atau keluwesan gerak. Gerak melengkapi seseorang dalam kemampuan dalam berinteraksi yang menyeluruh

dari pengaruh keturunan dan lingkungan. Sehingga lingkungan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kemampuan motorik siswa.

Peranan ekstrakurikuler adalah sangat penting, yakni memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan aktivitas olahraga secara sistematis. Hal tersebut merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional-spiritual-dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Aktivitas olahraga dapat dijadikan sebagai salah satu kebanggaan apabila sampai dapat meraih prestasi. Secara tidak langsung prestasi akan mendukung atau memotivasi anak untuk terus berusaha memperbaiki keterampilan gerakannya, serta akan lebih memberikan kesempatan yang luas kepada anak untuk bergerak.

Gerak adalah suatu yang mendasar dalam kehidupan setiap orang. Gerak adalah suatu penampilan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati, (Yanuar Kiram: 1992: 1-4) Lebih lanjut dikatakan bahwa gerak diibaratkan pupuk makanan bagi pertumbuhan dan perkembangan. Kemampuan gerak motorik penting dipelajari dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan dalam perkembangannya dapat berbentuk penguasaan keterampilan gerak sehingga prestasi meningkat. Akan tetapi tidak semua siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut memiliki kemampuan dan prestasi yang optimal

dalam bermain bolavoli hal tersebut banyak dipengaruhi oleh kemampuan motorik masing-masing siswa.

Disamping membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa, melalui kegiatan ekstrakurikuler ini siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan masing-masing cabang olahraga, membentuk nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya. Sehingga dari latar belakang masalah tersebut maka peneliti akan mengangkat masalah tentang bagaimana kemampuan motorik kegiatan siswa ekstrakurikuler bolavoli SMP N 3 Gamping.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping, Sleman belum diketahui..
2. Belum diketahui status kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping saat mengikuti ekstrakurikuler
3. Belum diketahui kemampuan motorik akan meningkatkan rasa percaya diri peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping, Sleman ketika mengikuti ekstrakurikuler.

C. Pembatasan Masalah

Untuk lebih memperjelas arah dan tujuan dalam penelitian ini masalah yang akan diteliti adalah tentang kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP N 3 Gamping.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu: “ Seberapa besar kemampuan Motorik peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP N 3 Gamping?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa besar kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 3 Gamping.

F. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui seberapa besar kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Gamping maka dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

Manfaat Teoritis :

1. Dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi guru dan pelatih ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping terhadap proses pembelajaran dan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler.
2. Dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi penelitian tentang karya ilmiah untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.
3. Bisa sebagai landasan teori bagi yang ingin mengukur kemampuan motorik siswa.

Manfaat Praktis :

1. Dapat dimanfaatkan sebagai landasan bentuk pengukuran kemampuan motorik siswa.
2. Memberikan sumbangan informasi yang berguna bagi pelatih.

3. Sebagai bahan pertimbangan apabila diadakan bentuk penelitian yang sama.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakekat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu *Motor Ability*, gerak (motorik) merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak (motor) manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Aktivitas tersebut dapat membantu berkembangnya pertumbuhan anak. Berkembangnya kemampuan motorik ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan (Menurut Sukintaka, 2001: 47). Kemampuan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, keterampilan motorik dan kontrol motorik. Keterampilan anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik. Kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Aspek-aspek yang perlu dikembangkan untuk anak adalah motorik, kognitif, emosi, sosial, moralitas dan kepribadian. Menurut Elizabeth B Hurlock (1998: 151) perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui

kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot terkoordinasi. Sedangkan menurut Kirkendall, (1980: 213) kemampuan motorik adalah kualitas umum yang ditingkatkan melalui latihan-latihan. Kemampuan motorik merupakan faktor fisik yang dapat dikembangkan melalui belajar gerak. Di dalam belajar gerak diperlukan adanya ketelitian terhadap teknik gerakan yang benar, yaitu dimulai dari awal sampai akhir gerakan, sehingga kemampuan tersebut akan memberikan sumbangan terhadap keberhasilan tugas-tugas selanjutnya. Keterampilan motorik merupakan kemampuan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun di dalam pendidikan Jasmani, agar siswa terampil (mampu) dalam melakukan aktivitas fisik.

Menurut Rusli Lutan (1988: 93) bahwa kemampuan motorik kasar adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. Menurut Sukadiyanto (1997: 70) bahwa “kemampuan gerak adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan ketrampilan gerak yang lebih luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik suatu kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai ketrampilan atau tugas gerak”.

Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan, keterampilan gerak. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi atau

kemampuan untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 20), kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa orang lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

a. Kemampuan lokomotor

Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti, lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, *skipping*, melompat, meluncur, dan lari seperti kuda berlari (*gallop*). Dalam bolavoli kemampuan lokomotor contohnya adalah lompatan *smash*, berlari mengejar bola untuk di *passing*.

b. Kemampuan nonlokomotor

Kemampuan non lokomotor dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, melingkar, melambungkan dan lain-lain. Dalam bolavoli kemampuan nonlokomotor contohnya adalah menekuk dalam posisi siap untuk *passing* bawah dengan kedua kaki ditekuk, melambungkan bola dalam mengumpan.

c. Kemampuan manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi obyek jauh lebih unggul daripada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata, yang mana cukup penting untuk item: berjalan (gerakan langkah) dalam ruang. Bentuk-bentuk latihan manipulatif terdiri dari:

- 1) Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang)
- 2) Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola *medicine*) atau macam bola yang lain.
- 3) Gerakan memantul-matulkan bola atau mengiring bola.

2. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman melakukan gerakan yang dikuasainya. Kemampuan-kemampuan yang terdapat dalam kemampuan fisik yang dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik menurut Muthohir dan Gusril (2004: 50), adalah:

a. Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dipunyai oleh anak sejak usia dini. Apabila anak tidak mempunyai kekuatan tentu dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong.

b. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas kerja yang kompleks, dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan sistem syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.

c. Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Dalam melakukan lari 4 detik, semakin jauh jarak yang ditempuh semakin tinggi kecepatan.

d. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan

statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat, keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

e. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang ditempuh maka semakin tinggi kelincahannya.

Menurut Bumpa yang dikutip oleh Djoko Pekik Irianto (2002: 66), adalima biomotorik dasar, yaitu:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- 2) Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- 3) Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.
- 4) Kelentukan adalah kemampuan persendiaan untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- 5) Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani. Adapun unsur-unsur dalam kebugaran jasmani menurut Rusli Lutan(2001: 63-72) adalah sebagai berikut:

- a. Kekuatan otot adalah kemampuan tubuh untuk mengerahkan daya maksimal terhadap objek di luar tubuh. Dalam pengertian lain, kekuatan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal.
- b. Daya tahan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan daya terhadap objek di luar tubuh selama beberapa kali. Daya tahan otot terbentuk melalui beban yang relatif lebih ringan. Namun, pelaksanaan tugasnya dilakukan berulang kali dalam satu kesempatan.
- c. Fleksibilitas adalah gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendiaan dalam tubuh kita. Seperti melakukan gerakan memelintirkan tubuh, membungkuk, berputar, dan mengulur.
- d. Koordinasi adalah perpaduan berirama dari sistem syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.
- e. Kecepatan adalah kemampuan untuk mengerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu secepat mungkin.
- f. Agilitas adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepat mungkin.
- g. Power adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal secepat mungkin.

h. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam kaitannya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

3. Fungsi Kemampuan Motorik

Menurut Rusli Lutan (2001: 45-47) bahwa pengembangan keterampilan dasar pada siswa Sekolah Dasar ditekankan pada pengembangan dan pengayakan keterampilan gerakannya. Semakin banyak perbendaharaan gerak dasarnya, semakin terampil ia melaksanakan keterampilan lainnya, seperti dalam olahraga atau dalam kehidupan sehari-hari, termasuk keterampilan di tempat mereka bekerja.

Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 51) yang dikutip oleh M. Ikhsan 2005, bahwa fungsi utama kemampuan gerak adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan mempunyai kemampuan gerak yang baik, seseorang mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak yang khusus. Unsur-unsur kemampuan gerak motorik akan semakin terlatih apabila siswa semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang bermacam-macam. Ingatan akan selalu menyimpan pengalaman yang akan dipergunakan untuk kesempatan yang lain, jika melakukan gerakan yang sama. Dengan banyaknya pengalaman gerak yang dilakukan siswa Sekolah Dasar akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas gerak motorik.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik seseorang menurut Corbin (1987: 198) yang dikutip oleh Pamuji Sukoco (2004: 6) terdapat dua faktor. Faktor tersebut adalah:

a. Faktor biologis.

Faktor biologis yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah:

- 1) Faktor ukuran tubuh pada saat lahir.
- 2) Faktor keturunan (genetika).
- 3) Faktor jenis kelamin.
- 4) Dasar kedewasaan.

b. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik diantaranya adalah:

- 1) Faktor budaya.
- 2) Faktor keadaan alam.
- 3) Faktor kebiasaan keluarga.
- 4) Faktor kesukuan.
- 5) Faktor sosial.

Disamping beberapa faktor di atas dalam buku yang ditulis oleh Endang Rini Sukamti (2007: 40-41) ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap laju perkembangan motorik seseorang, antara lain:

- a. Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- b. Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin katif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- c. Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pasca lahir, ketimbang kondisi pralahir yang tidak menyenangkan.
- d. Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- e. Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pasca lahir akan mempercepat perkembangan motorik.
- f. Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau di bawah normal.
- g. Adanya rangsangan, dorongan, dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- h. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- i. Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan anak yang lahir kemudian.
- j. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya.
- k. Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.
- l. Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

5. Gerak Motorik Anak Laki-laki dan Perempuan.

Gerak motorik dibedakan juga dari jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin anak berpengaruh terhadap perkembangan secara langsung dan tidak langsung. Pengaruh secara langsung terjadi sebelum dan sesudah lahir, dan pengaruh langsung pada perkembangan berasal dari kondisi hormon.

Pada dasarnya perkembangan motorik kasar antara anak laki-laki dan anak perempuan sama, namun anak laki-laki cenderung lebih memperlihatkan keaktifan motoriknya. Anak laki-laki akan melakukan gerakan seperti menendang, melompat, atau berputar lebih banyak dibandingkan anak perempuan. Tidak mengherankan jika anak laki-laki akan lebih sering mengalami luka-luka pada tubuhnya dibandingkan perempuan.

Menurut Yudrik Jahja (2011:211) menyimpulkan ada 6 perbedaan pokok, yaitu:

- a. *Pertama*, anak laki-laki lebih banyak bermain di luar daripada anak perempuan.
- b. *Kedua*, anak laki-laki bermain dalam kelompok yang lebih besar daripada anak perempuan.
- c. *Ketiga*, permainan anak laki-laki terjadi dalam kelompok yang terdiri dari berbagai usia. Adapun anak perempuan bermain dengan anak seusianya.
- d. *Keempat*, anak perempuan sering memainkan permainan anak laki-laki daripada anak laki-laki memainkan permainan anak perempuan.
- e. *Kelima*, anak laki-laki lebih banyak memainkan permainan yang bersifat pertandingan daripada anak perempuan.
- f. *Keenam*, permainan anak laki-laki berlangsung lebih lama daripada permainan anak perempuan.

2. Hakikat Permainan Bolavoli

a. Prinsip Dasar Bermain Bolavoli

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895. Bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan. Permainan bolavoli ini tidak hanya dimainkan dikalangan tertentu, tetapi sudah menyebar luas ke seluruh penjuru tanah air, mulai dari usia remaja sampai usia dewasa, dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi.

Permainan bolavoli merupakan cabang olahraga beregu atau tim. Permainan bolavoli dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim berjumlah enam orang pemain. Permainan bolavoli dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi panjang berukuran 18 X 9 meter yang dipisahkan oleh net. Tujuan permainan bolavoli adalah memasukan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola itu di daerah lawan. Seperti dijelaskan Muhajir (2004: 29-33) bahwa, tujuan adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam pertandingan. Oleh karena itu, keterampilan dalam memperagakan teknik dan taktik menjadi kunci utama dalam bermain bolavoli. Kemampuan seseorang dalam bermain bolavoli dipengaruhi oleh teknik dasar yang dimiliki.

Teknik dasar dalam permainan bolavoli yang harus dimiliki dan kuasai antara lain adalah *passing* bawah, *passing* atas, servis, *smash*, dan *blok*.

1) *Passing* bawah

Prinsip dasar bermain bolavoli yaitu upaya seorang pemain bolavoli untuk memainkan bola dengan tujuan diumpan dengan teman sregunya atau dimainkan di lapangan permainan sendiri. Berkaitan dengan *passing* M Yunus (1992: 79) menyatakan, *passing* adalah mengoper bola pada teman sendiri dalam satu regu

dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Berdasarkan batasan passing diatas dapat dirumuskan pengertian passing bawah adalah teknik dasar memainkan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan.

2) *Passingatas*

Menurut M. Mariyanto, Sunardi, dan Agus Margono (1994: 54) menyatakan, passing atas adalah suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain bolavoli dengan tujuan untuk mengarahkan bola yang dimainkannya ke suatu tempat atau kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

3) *Servis*

Servis merupakan pukulan permulaan untuk memulai suatu permainan yang dilakukan dari daerah servis di belakang lapangan di bagian sebelah kanan, selebar 3 meter, dengan panjang ke belakang tidak terbatas, M. Yunus (1992: 137). Servis juga merupakan pukulan bola yang dilakukan dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) melampaui net ke daerah lawan, M. Mariyanto, Sunardi, dan Agus Margono, (1994 : 114). Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa servis merupakan tindakan memukul bola

yang dilakukan dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) dengan syarat melampaui rintangan atau jaring net ke daerah lawan.

4) *Smash*

Smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan, M.Yunus (1999: 108). Menurut SB Pranatahadi (2007: 31) smash adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring dan mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikannya.

5) Bendungan (*Blok*)

Bendungan merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan, M Yunus (1992: 119). Menurut Muhajir (2004: 34-38) bendungan (*blok*) sangat erat sekali dengan teknik bertahan yang dilakukan di atas net, keberhasilan bendungan dapat ditentukan oleh loncatan yang tinggi dan kemampuan menjangkau lengan pada bola yang sedang dipukul lawan. Bendungan dapat dilakukan oleh satu, dua, atau tiga pemain tergantung pada kualitas pemain lawan, dan bendungan dapat dilakukan secara aktif dan pasif.

Hal senada dikemukakan oleh A. Sarumpact, Zulfar Djazet, dan Imam Sadikun dalam Nur Afni Suprihatin, (2008: 10) bahwa:

Prinsip permainan bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli (memukul dengan tangan) dan berusaha menjatuhkan ke dalam permainan lapangan lawan dengan menyebrangkan bola lewat atas net atau jaring, dan mempertahankannya agar

bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Bola harus benar-benar dipukul, tidak boleh ditangkap, dipegang atau dilempar.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, prinsip dasar bermain bolavoli yaitu bola harus selalu divoli (dipantulkan) dan bola harus dimainkan sebelum bola menyentuh lantai dengan seluruh anggota badan. Dasar peraturan bolavoli adalah bola dimainkan tiga kali berturut-turut secara bergantian. Seperti yang dikemukakan Amung Ma'mum dan Toto Subroto dalam Nur Afni Suprihatin, (2008: 10) bahwa prinsip dasar permainan bolavoli adalah memantul-mantulkan bola agar jangan sampai bola menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak-banyaknya tiga kali sentuhan dalam lapangan sendiridan mengusahakan bola hasil sentuhan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati jaring masuk sesulit mungkin.

b. Teknik Dasar *Passing* Bolavoli

1) Teknik dasar *passing*

Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif (M. Yunus, 1992: 68). Begitu pula dalam teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai sesuatu hasil yang optimal. M. Yunus (1992: 69) berpendapat bahwa “Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan

teknik tersebut, seperti; biomekanik, anatomi, fisiologi, kinesiologi, dan ilmu-ilmu penunjang lainnya serta berdasarkan peraturan permainan yang berlaku”.

Teknik dasar merupakan unsur terpenting dalam cabang olahraga permainan bolavoli, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik. Penguasaan dalam melakukan teknik dasar dalam permainan bolavoli akan menentukan keberhasilan dan pengembangan mutu prestasi permainan bolavoli.

Teknik dasar yang paling utama dalam permainan bolavoli yaitu teknik *passing*. *Passing* berarti mengumpan atau mengoper. Berkaitan dengan *passing*, Suharno, HP (1979: 15) menyatakan, *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang bertujuan adalah untuk mengoper bola yang dimainkannya itu kepada teman pada seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri.

Menurut M.Yunus (1992: 79) *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai teknik awal untuk menyusun pola serangan kepada lawan.

2) Macam-macam teknik dasar *passing* (operan)

a) *Passing* atas (operan dengan menggunakan jari-jari tangan atau operan *overhead* atau *set up*)

Menurut Barbara L. Viera (2004: 51) bahwa “Mengumpan adalah sebuah operan *overhead* yang dilakukan untuk menempatkan

bola pada suatu posisi kepada penyerang”. Operan *overhead* dapat digunakan untuk menerima bola yang lebih tinggi dari bahu.

Sedangkan Suharno HP (1979: 15) berpendapat bahwa “arti *set up* adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bolavoli dengan caramenggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat untuk melakukan serangan terhadap regu lawan ke lapangan lawan.

Cara melakukan *passing* atas atau *set up* menurut Suharno, HP (1979: 16) dilakukan dengan cara:

a) Sikap permulaan

Pemain mengambil sikap siap normal agar koordinasi tubuh saat melakukan *passing* atas dapat stabil, kedua tangan berada di depan dada pada saat akan melakukan passing saat bola datang segeralah menempatkan diri dibawah bola dan tangan diangkat ke atas depan kira-kira setinggi dahi. Jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah bulatan. Jari-jari diregangkan sedikit satu dengan yang lain dan kedua ibu jari membentuk suatu sudut.

b) Sikap saat perkenaan

Perkenaan bola pada jari adalah diruas pertama dan kedua terutama ruas pertama dari ibu jari. Pada saat jari disentuhkan pada bola maka jari-jari agak ditegangkan sedikit dan pada saat

itu juga diikuti gerakan perselangan, lengan kearah depan atas agak eksplosif.

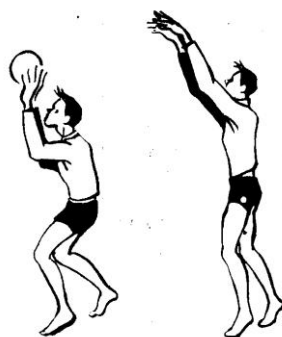


Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola Pada Saat *Passing* Atas.

Sumber : Suharno HP (1979: 16)

c) Sikap akhir

Setelah bola berhasil di pass maka lengan harus lurus sebagai suatu gerakan lanjutan diikuti dengan badan dan langkah kaki kedepan agar koordinasi tetap terjaga dengan baik. Gerakan tangan, pergelangan, lengan dan kaki harus merupakan suatu gerakan harmonis.



Gambar 2. Sikap Saat Perkenaan Bola *Passing* Atas.

Sumber : Suharno HP (1979: 17)

b) *Passing* bawah (operan lengan bawah)

Menurut Barbara L. Viera (2004: 19) operan lengan bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang harus dipelajari. Lebih tegas

Barbara L. Viera (2004: 19) menyatakan bahwa “operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah, dan memukul bola yang terpantul di net.

Teknik *passing* bawah adalah teknik penerimaan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan. Teknik *passing* bawah merupakan satu-satunya cara untuk menerima servis yang sulit atau serangan lawan, karena dengan *passing* bawah setiap tim atau regu masih memilih kesempatan mengarahkan bola sesuai kehendaknya dalam M. Maryanto, Sunardi, Agus Margono, (1994: 201).

Menurut Suharno HP (1979: 17) ada beberapa tahap dalam melakukan *passing* bawah, yaitu:

a) Sikap Permulaan

Ambil posisi sikap siap normal yaitu posisi berdiri dengan posisi salah satu kaki berada di depan kaki yang lain. Lutut ditekuk, badan agak condong sedikit kedepan dengan tangan siap berada di depan badan. Pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan juga serta tangan dan lengan dalam keadaan terjulur

kebawah depan lurus. Siku tidak boleh ditekuk, kedua lengan merupakan papan pemukul yang selalu lurus keadaannya.



Gambar 3. Sikap Tangan Pemukul Pada *Passing* Bawah.
Sumber : Suharno HP (1979: 17)

b) Sikap Saat Perkenaan

Pada saat akan mengenakan bola sikap tubuh harus dalam keadaan siap terhadap bola, begitu bola berada pada jarak yang tepat maka segeralah ayunkan lengan yang telah lurus ke arah bola, usahakan perkenaan bola tepat di bagian proximal dari pergelangan tangan agar pantulan bola akan melambung dengan sudut pantul 90%. Sehingga bola akan mudah diterima oleh teman satu timnya.



Gambar 4. Sikap Saat Perkenaan Bola *Passing* Bawah.
Sumber : Suharno HP (1979: 17)

c) Sikap Akhir

Setelah bola berhasil di *pass* bawah maka segera diikuti pengambilan sikap siap normal kembali dengan tujuan agar dapat menyesuaikan diri dengan keadaan.

2. Landasan Ektrakurikuler

Menurut Depdiknas (2004: 1) dalam Tri Ani Hastuti (2008: 63)ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar.

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dilaksanakan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa.Dalam kegiatan ekstrakurikuler tersebut siswa memperoleh manfaat dan nilai-nilai luhur yang terkandung dalam kegiatan yang diikutinya.

Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Drijen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992 dalam Tri Ani Hastuti (2008: 64)kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang brertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu.

Selain itu juga akan membantu siswa untuk lebih memahami mengenai suatu hal yang tidak dapat dimengerti pada saat jam sekolah.

Bolavoli adalah salah satu cabang olahraga yang terkandung dalam pendidikan jasmani. Bolavoli merupakan cabang olahraga permainan yang dapat dilakukan oleh siapa saja, namun tidak semua siswa dapat melakukan olahraga bolavoli secara maksimal pada jam pelajaran penjas, dikarenakan keterbatasan waktu atau jam mata pelajaran. Untuk mendapatkan nilai dan pengetahuan tentang bolavoli, siswa perlu penambahan waktu diluar jam sekolah.

Ekstrakurikuler adalah salah satu cara yang dapat ditempuh untuk memahami lebih luas arti penting teknik dasar permainan bola voli untuk meningkatkan prestasi, namun tidak hanya siswa yang berupaya meningkatkan prestasi seorang guru pembina ekstrakurikuler pun harus membantu agar siswa dapat memiliki ketrampilan dan kemampuan sehingga dapat meningkatkan prestasi.

3. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Menurut Sukintaka (1992: 45) anak tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) kira-kira berusia antara 13–15 tahun mempunyai karakteristik :

a. Jasmani

- 1) Laki-laki ataupun putri ada pertumbuhan memanjang.
- 2) Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.

- 3) Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering dilihat.
- 4) Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi tak terbatas.
- 5) Mudah lelah, tetapi tidak dihiraukan.
- 6) Mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat.
- 7) Anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot yang lebih baik dari pada putri.
- 8) Kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik.

b. Psikis atau mental

- 1) Banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya.
- 2) Ingin menentukan pandangan hidupnya.
- 3) Mudah gelisah karena keadaan yang remeh.

c. Sosial

- 1) Ingin tetap diakui oleh kelompoknya.
- 2) Mengetahui moral dan etik dari kebudayaannya.
- 3) Persekawanan yang tetap makin berkembang.

d. Keterampilan motorik

Keterampilan gerak telah siap untuk diarahkan kepada permainan besar, atau olahraga prestasi.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini dilakukan oleh Muhammad Ikhsan (2005) dengan judul kemampuan motorik siswa kelas

atas SD Negeri Segoroyoso Pleret Bantul Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei dan menggunakan teknik tes dan pengukuran yang meliputi jarak pendek 40 meter, dan lari zig-zag, dan lompat jauh tanpa awalan. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas atas di SD Negeri Segoroyoso Pleret Bantul Yogyakarta dengan jumlah sampel 150 siswa. Teknik pengambilan sampelnya dengan menggunakan stratified random sampling. Uji validitasnya instrumen menggunakan *product moment*. Uji reliabilitas dengan Alpha Cronbach, dan uji normalitas dengan chi kuadrat. Teknik analisis dalam penelitian ini adalah analisis dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan 4 (8,0 %) siswa dalam kategori baik sekali, 10 (20,0 %) siswa dalam kategori baik, 19 (38,0%) siswa dalam kategori sedang, 15 (30,0 %) siswa dalam kategori kurang, dan 2 (4,0 %) siswa dalam kategori kurang sekali.

Penelitian relevan yang kedua yang dilakukan oleh Bani Tri Umboro yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul.” Dengan hasil penelitian sebanyak 54 siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul yang memiliki keterampilan bermain bolavoli berkategori “sangat baik” 5 siswa (9,26%), “baik” 9 siswa (16,67%), “cukup baik” 19 siswa (35,19%), “kurang baik” 20 siswa (37,04%), “sangat kurang baik” 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul dalam kategori cukup baik.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori, dapat disusun kerangka berfikir bahwa anak yang mengikuti ekstrakurikuler sangat membutuhkan nuansa gerakan yang yang sangat beragam. Hal ini berfungsi untuk memperkaya penguasaan gerak dalam. Rangsangan-rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar semakin ditingkatkan secara optimal.

Keterampilan gerak fisik yang diperoleh pada saat usia pertumbuhan dan perkembangan sangat berguna untuk menguasai teknik gerak dalam secara khusus nantinya untuk menjadi atlet berprestasi. Gerakan keterampilan merupakan salah satu kategori gerakan yang ketika melakukannya diperlukan koordinasi atau kontrol tubuh yang baik akan meningkatkan keterampilan gerak. Oleh sebab itu, seseorang yang memiliki keterampilan motorik yang tinggi akan lebih mudah melaksanakan tugas gerakannya, baik secara kualitas maupun kuantitas. Selain mampu bertahan lebih lama dalam beraktivitas yang intensif jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan motoriknya rendah.

Dari uraian diatas terlihat bahwa kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses latihan bolavoli. Tim Bola Voli SMP N 3 GAMPING merupakan salah satu sumber daya yang perlu dilatih kemampuan motoriknya. kemampuan motorik akan dapat tercapai secara

optimal jika aktivitas atau latihan dilakukan secara teratur, terus menerus dan teratur. Oleh karena itulah perlu adanya proses latihan dan kontrol yang baik melalui evaluasi dengan melakukan pengukuran.

Pengukuran dapat dilakukan dengan tes kemampuan motorik terhadap siswa-siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli. Tes dilakukan dengan menggunakan acuan atau tolak ukur tes yang baku. Tes pengukuran tentang kemampuan motorik siswa lebih jelasnya akan dibahas dalam bab selanjutnya.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang salah satu ciri penelitiannya ini adalah tidak ada hipotesis. Metode yang digunakan adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Menurut Moh. Nasir (1996: 65) metode survei adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh kata-kata dari gejala-gejala yang ada dan mencari keterangan-keterangan secara faktual baik tentang institusi sosial, ekonomi, atau politik dari suatu kelompok atau suatu daerah. Data dalam penelitian ini diperoleh dari tes dan pengukuran yang dilakukan oleh pengukuran terhadap subjek. Subyek penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 3 Gamping.

B. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 3 Gamping. Adapun operasional variabelnya untuk mendapatkan data kemampuan motorik dengan jalan mengukur kemampuan motorik dimana komponen motorik terdiri dari power otot tungkai diperoleh melalui lompat jauh tanpa awalan dengan satuan meter (m), power lengan yang diperoleh dari melempar bola dengan satuan meter (m), kelincahan diperoleh melalui lari zig-zag dengan satuan detik (s), koordinasi mata dan tangan dengan lempar tangkap bola pada dinding, power otot lengan diperoleh dari mendorong bola ke depan secepat dan sekuat mungkin selama 15 detik, dan kecepatan diperoleh melalui jarak pendek 60 yard dengan satuan detik (s).

C. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan bulan Februari. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Gamping pada tanggal 25 Februari 2012, hari Sabtu 14.30-17.30 WIB.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli yang berjumlah 20 orang. Sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi karena menggunakan seluruh populasi yang ada, tanpa ada pengambilan sampel.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga hasilnya lebih mudah diolah Suharsimi Arikunto (2010: 203). Adapun Instrumen yang digunakan menurut Nurhasan (1986: 215) yaitu *Barrow motor ability test* yang meliputi : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Medicine Ball-Put*, 6) *Lari 60 yard*, petunjuk pelaksanaan tes ini akan peneliti uraikan di bawah ini:

1. Standing Broad Jump

- a. Tujuan: Untuk mengukur komponen power otot tungkai.
- b. Alat dan Fasilitas: Pita pengukur, ak pasir/matras, bendera juri.
- c. Pelaksanaan: Orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut $\pm 45^\circ$, kedua lengan lurus kebelakang kemudian orang coba menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-

kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki. Orang coba menolak kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.

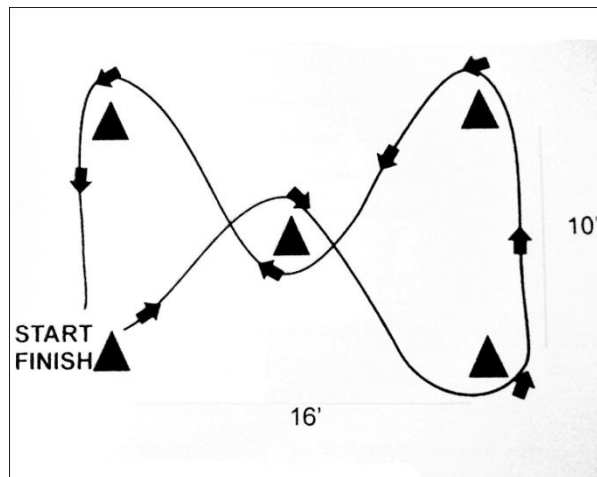
- d. Skor: Jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, daari 3 kali percobaan..

2. *Soft ball throw*

- a. Tujuan: Mengukur power lengan
- b. Peralatan: Bola soft ball, pita pengukur
- c. Pelaksanaan: Subyek melemparkan bola soft ball sejauh mungkin dibelakang garis batas. Subyek diberi kesempatan melempar sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.
- d. Skor: Jarak lemparan terjauh dari 3 (tiga) lemparan, dicatat sampai mendekati "*feet*".

3. *Zig-zag Run*

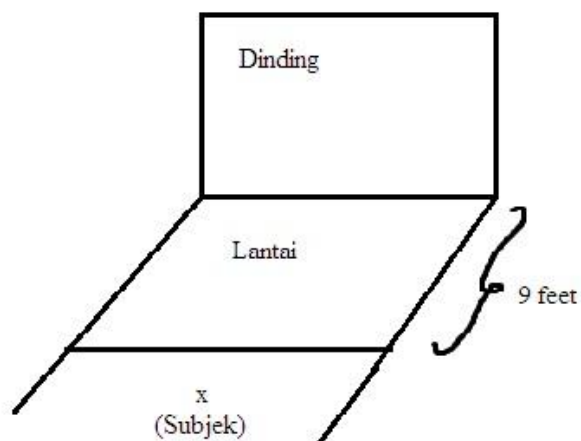
- a. Tujuan: Untuk mengukur kelincahan bergerak seseorang.
- b. Alat/ fasilitas: Alat pencatat, kerucut, stop watch, diagram.
- c. Pelaksanaan: Subyek berdiri dibelakang garis *start*, bila ada aba-aba ya, ia lari secepat mungkin mengikuti arah panah sesuai diagram sampai batas *finish*. Subyek diberi kesempatan melakukan tes ini sebanyak 3 (tiga) kali kesempatan. Gagal bila menggerserkan kerucut, tidak sesuai dengan arah panah pada diagram tes tersebut.
- d. Skor: Catat waktu tempuh yang terbaik dari 3 (tiga) kali percobaan, dam dicatat 1/10 detik.



Gambar 5. Kelincahan (*Zig-zag run*)

4. *Wall Pass*

- a. Tujuan: Mengukur koordinasi mata dan tangan
- b. Alat/fasilitas: Bola basket, stop watch dan dinding tembok.
- c. Pelaksanaan: Subyek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola basket dengan kedua tangan di depan dada. Bila ada aba-aba “ya”, subyek segera melakukan lempar-tangkap bola basket ke dinding selama 15 detik.
- d. Skor: Jumlah bola yang dapat dilakukan lempar tangkap (tanpa harus jatuh ke tanah) selama 15 detik.



Gambar 6. Tes *Wall Pass*

5. *Medicine Ball-Put*

- a. Tujuan: Mengukur power otot lengan
- b. Alat/fasilitas: Bola medicine, pita ukuran, bendera juri.
- c. Pelaksanaan: Testi berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola medicine dengan kedua tangan di depan dada dengan posisi badan condong kurang lebih 45 derajat. Kemudian bola didorong ke depan secepat dan sekuat mungkin sebanyak tiga kali lemparan, masing-masing 15 detik.
- d. Penilaian: Jumlah lemparan yang menyentuh/memantul ke dinding, selama 15 detik.

6. Lari cepat 60 yard Dash

- a. Tujuan: Mengukur kecepatan
- b. Peralatan: Stop watch, lintasan yang berjarak \pm 80 yard.
- c. Pelaksanaan: Subyek lari secepat mungkin dengan menempuh jarak 60 yard. subyek diberikan kesempatan melakukan hanya satu kali.
- d. Skor: Waktu dari mulai aba-aba “ya” sampai testi tersebut melewati garis finish. Waktu dicatat sampai 1/10 detik.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan presentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskriptifkan atau memberikan gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan kesimpulan yang berlaku untuk umum. (Burhan Nurgiyantoro, Gunawan, Marzuki , 2004: 95) menyatakan bahwa

langkah-langkah untuk mengklasifikasi adalah sebagai berikut: (1) Hasil kasar dan (2) Nilai tes.

1. Hasil kasar

Hasil setiap butir tes yang telah tercapai oleh siswa yang telah mengikuti ekstrakurikuler bolavoli tes tersebut data kasar. Tingkat kemampuan motorik tidak dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes yang telah dicapai, karena satuan yang digunakan masing-masing butir tes tidak sama dimana (1) power otot tungkai diperoleh melalui lompat jauh tanpa awalan dengan satuan meter (m), (2) power lengan yang diperoleh dari melempar bola dengan tangan terkuat dengan satuan meter (m), (3) kelincahan diperoleh melalui lari zig-zag dengan satuan detik (s), (4) koordinasi mata dan tangan dengan lempar tangkap bola pada dinding, (5) power otot lengan diperoleh dari mendorong bola ke depan secepat dan sekuat mungkin selama 15 detik, (6) dan kecepatan diperoleh melalui jarak pendek 60 yard dengan satuan detik (s).

2. Nilai tes

Hasil kasar yang masih menggunakan satuan yang berbeda tersebut perlu diganti dengan ukuran yang sama, satuan pengganti ini adalah menggunakan skor-t. Rumus skor-t untuk item tes *standing broad jump, soft ball throw, wall pass,, Medicine Ball-Put* adalah:

$$T = 10 \left(\frac{X - M}{SD} \right) + 50$$

Untuk *Zig-Zag Run* dan lari jarak pendek 50 meter karena datanya merupakan data *inversi* (data berkebalikan) maka rumus skor-t:

$$T = 10 \left(\frac{M - X}{SD} \right) + 50$$

Keterangan :

T = Nilai skor-t

M = Nilai rata-rata data kasar

X = Nilai data kasar

SD = Standard deviasi data kasar

Data yang sudah terkumpul ditabulasikan dan kemudian disajikan dengan tabel kemampuan motorik distribusi frekuensi. Untuk mempermudah dalam mendistribusikan data, maka data dikolerasikan dengan skor ideal menggunakan rumus dari Anas Sudijono (2010:175-176) untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Baku

No	Rumus	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang sekali

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Suharsimi Arikunto (1998) dalam Dwi Astuti (2007:36) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P= Persentase yang dicari

F= Frekuensi

N= Jumlah Responden

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subjek, dan Waktu

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Gamping, yang beralamatkan: Ring Road Barat, Demakijo, Kelurahan Nogotirto, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta, Telp: (0274) 621125, Kode Pos: 55292.

2. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli yaitu sebanyak 20 siswa tahun ajaran 2012/2013.

3. Deskripsi Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2011 di halaman SMP N 3 Gamping.

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Data kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping. didapatkan melalui tes, tes yang diujikan kepada peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping adalah *Barrow motor ability test* yang meliputi : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Medicine Ball-Put*, 6) *Lari 60 yard Dash*.

1. Analisis Data Penelitian

Data kemampuan motorik siswa yang sudah didapatkan dalam bentuk skor-t kemudian dikonversikan ke dalam kategori kemampuan motorik. Untuk menentukan kategori kemampuan motorik rumus dari Anas Sudijono (2010: 175-176). Untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli, berikut adalah tabel acuan nilai untuk pengkategorian kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.:

Tabel 2. Kategori Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Formula	Kelas Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 359.40$	Baik sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$319.89 \leq X < 359.40$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$280.19 \leq X < 319.89$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$240.59 \leq X < 280.19$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 240.59$	Kurang sekali
Jumlah			

Berikut ini adalah hasil keseluruhan pengukuran dari setiap komponen tes kemampuan motorik yang terdiri dari *power* tungkai, *power* lengan, kelincahan, koordinasi mata tangan, *power* otot lengan, kecepatan pada peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping:

a. Hasil Pengukuran Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping, sehingga perlu dilakukan tes untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping. Dalam

penelitian ini tes yang digunakan adalah *barrow motor ability test* yang terdiri dari: 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Medicine Ball-Put*, 6) *Lari 60 yard Dash*.

Tabel 3. Hasil Pengukuran Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	398.90
2	Nilai Minimum	238.18
3	Rata-rata	300.00
4	Median	304.15
5	Standar deviasi	39.61

Berdasarkan perhitungan data Hasil Pengukuran *Power Tungkai*, *Power Lengan*, *Kelincahan*, *Koordinasi Mata Tangan*, *Power Otot Lengan*, *Kecepatan*. pada siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di atas, selanjutnya akan dibuat menjadi tabel norma kategori sebagai berikut:

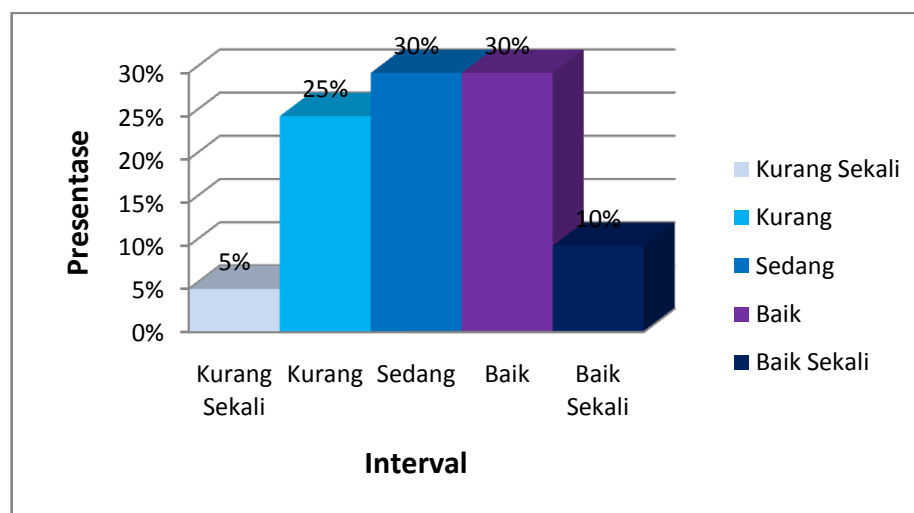
Tabel 4. Kategori Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 359.40$	Kurang sekali	1	5%
2	$319.89 \leq X < 359.40$	Kurang	5	25%
3	$280.19 \leq X < 319.89$	Sedang	6	30%
4	$240.59 \leq X < 280.19$	Baik	6	30%
5	$X \leq 240.59$	Baik sekali	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 4 tentang norma dari hasil pengukuran *Power Tungkai*, *Power Lengan*, *Kelincahan*, *Koordinasi Mata Tangan*, *Power Otot Lengan*, *Kecepatan* pada siswa SMP Negeri 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di atas, terlihat bahwa terdapat

1 siswa (5%) berkategori kurang sekali, 5 siswa (25%) berkategori kurang, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 2 siswa (10%) berkategori baik sekali. Berdasarkan pengabungan hasil keenam tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keenam tes tersebut memiliki *mean* 300 dan masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan motorik sedang

Untuk memperjelas hasil pengukuran *Power Tungkai*, *Power Lengan*, *Kelincahan*, *Koordinasi Mata Tangan*, *Power Otot Lengan*, *Kecepatan* pada siswa SMP Negeri 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di atas di atas, maka dibentuk menjadi histogram seperti gambar dibawah ini.



Gambar 7. Histogram Data Hasil Pengukuran Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

Berikut ini adalah data hasil dari setiap item tes pengukuran dari *power* tungkai, *power* lengan, kelincahan, koordinasi mata tangan, *power* otot lengan, kecepatan pada peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

a. Power Tungkai

Komponen *power* otot tungkai di ukur dengan tes *Standing Broad Jump*. Tes yang diambil adalah jarak lompatan yang terbaik yang diukur mulai dari dalam papan tolak sampai batas kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, siswa diberi kesempatan melakukan sebanyak 3 kali, nilai yang terbaik adalah nilai yang diambil. Selanjutnya adalah data hasil dari penelitian tes *Standing Broad Jump* SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 5. Data hasil Perhitungan *Power Tungkai* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	70,368
2	Nilai Minimum	30,626
3	Rata-rata	50,000
4	Median	49,255
5	Modus	49,255
6	Standar deviasi	10,000

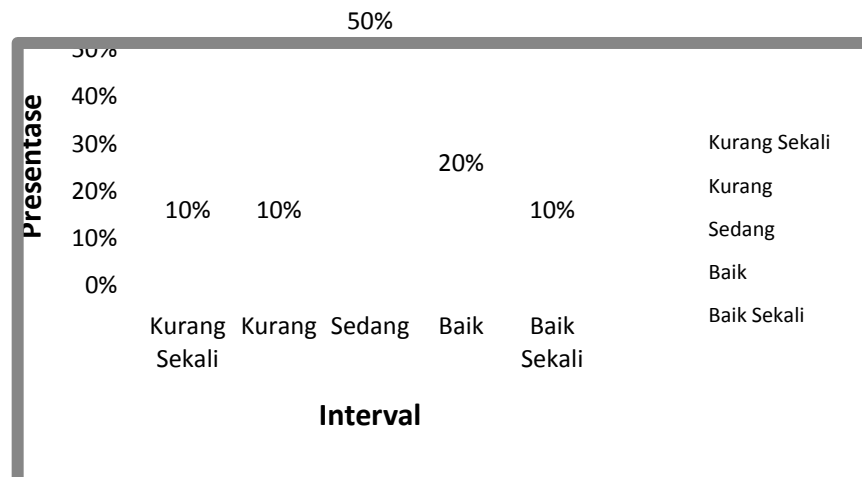
Dari hasil pengukuran *power* tungkai di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori dari hasil tes *Standing Broad* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli

Tabel 6. Kategori *Power Tungkai* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Baik sekali	2	10%
2	$55 \leq X < 65$	Baik	4	20%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	10	50%
4	$35 \leq X < 45$	Kurang	2	10%
5	$X \leq 35$	Kurang sekali	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 6 Kategori *Power Tungkai* di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 siswa (10%) berkategori baik sekali, terdapat 4 siswa (20%) berkategori baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 2 siswa (10%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Berdasarkan *Tes Standing Broad jump* diperoleh pula mean sebesar 50.00, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan *Standing Broad jump* sedang.

Untuk memperjelas tabel hasil tes *Standing Broad jump* di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram. Berikut gambar histogram tes *Standing Board* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli:



Gambar 8. Gambar Histogram Hasil *Power Tungkai* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

b. *Power Lengan*

Komponen *power* lengan di ukur dengan Tes *Soft Ball Throw*.

Tes ini mengukur jarak lemparan terjauh dari 3 (tiga) lemparan, dicatat sampai mendekati “*feet*”. Berikut ini adalah data hasil dari penelitian tes *soft ball throw* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 7. Data hasil Perhitungan *Power Lengan* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	69,698
2	Nilai Minimum	32,314
3	Rata-rata	49,999
4	Median	48,830
5	Modus	48,472
6	Standar deviasi	10,000

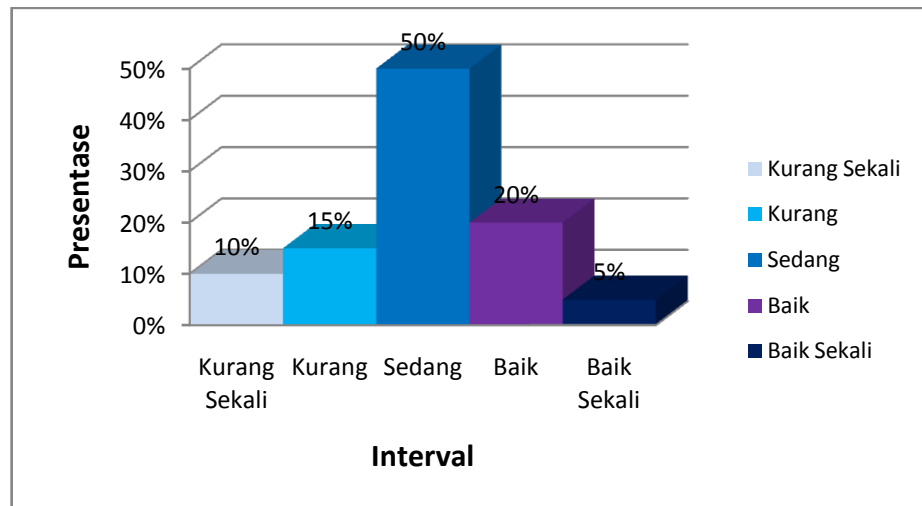
Selanjutnya dari hasil perhitungan *power* lengan di atas akan dibuat tabel kategori hasil pengukuran *power* lengan siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 8. Kategori *Power* Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Baik sekali	1	5%
2	$55 \leq X < 65$	Baik	4	20%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	10	50%
4	$35 \leq X < 45$	Kurang	3	15%
5	$X \leq 35$	Kurangsekali	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 8 pengukuran *power* lengan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 1 siswa (5%) berkategori baik sekali, terdapat siswa 4 (20%) berkategori baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 3 siswa (15%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Berdasarkan *Tes soft ball throw* diperoleh pula mean sebesar 49.99, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan *soft ball throw* sedang.

Untuk memperjelas tabel hasil tes *soft ball throw* di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram. Berikut gambar histogram tes *soft ball throw* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.



Gambar 9. Histogram Hasil *Power Lengan* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

c. Kelincahan

Komponen kelincahan di ukur dengan lari *zig-zag*. Tes ini mencatat waktu tempuh yang terbaik dari 3 (tiga) kali percobaan, dan dicatat 1/10 detik. Selanjutnya akan disajikan data hasil perhitungan dari penelitian tes lari *zig-zag* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 9. Data hasil Perhitungan Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	62,842
2	Nilai Minimum	25,171
3	Rata-rata	50,000
4	Median	48,459
5	Modus	59,932
6	Standar deviasi	9,993

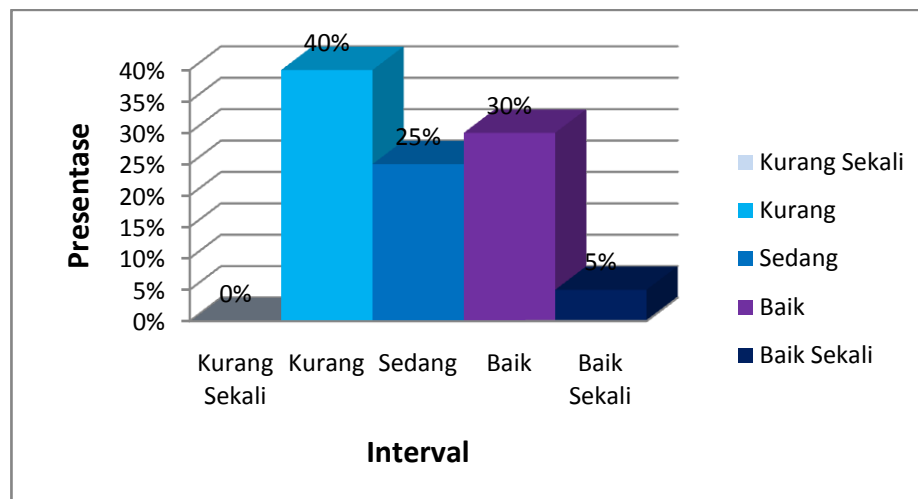
Dari hasil perhitungan hasil kelincahan di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori hasil tes lari *zig-zag* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 10. Kategori Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Kurang sekali	0	0%
2	$55 \leq X < 65$	Kurang	8	40%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	5	25%
4	$35 \leq X < 45$	Baik	6	30%
5	$X \leq 35$	Baik sekali	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 10 pengukuran kelincahan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 8 siswa (40%) berkategori kurang, 5 siswa (25%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali. Berdasarkan Tes lari *zig-zag* diperoleh pula *mean* sebesar 50.00, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki lari *zig-zag* sedang.

Untuk memperjelas tabel hasil tes lari *zig-zag* di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram. Berikut gambar histogram tes lari *zig-zag* siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.



Gambar 10. Histogram Hasil Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

d. Koordinasi Mata dan Tangan

Komponen koordinasi mata dan tangan di ukur dengan Tes *wall pass*. Tes ini menghitung Jumlah bola yang dapat dilakukan lempar tangkap (tanpa harus jatuh ke tanah) selama 15 detik. Dari hasil data penelitian ini, maka selanjutnya akan disajikan data hasil dari perhitungan koordinasi mata dan tangan siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 11. Data hasil Perhitungan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	69,961
2	Nilai Minimum	37,766
3	Rata-rata	50,000
4	Median	47,424
4	Modus	44,205
5	Standar deviasi	9,997

Dari hasil perhitungan koordinasi mata dan tangan di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori hasil koordinasi mata dan tangan siswa SMP Negeri 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

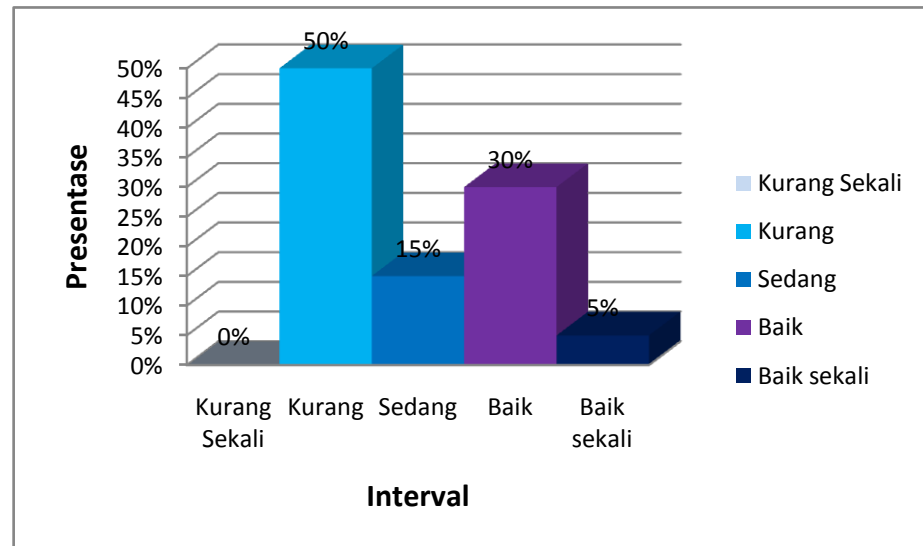
Tabel 12. Kategori Tes Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Baik sekali	1	5%
2	$55 \leq X < 65$	Baik	6	30%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	3	15%
4	$35 \leq X < 45$	Kurang	10	50%
5	$X \leq 35$	Kurang sekali	0	0%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 12 kategori koordinasi mata dan tangan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 1 siswa (5%) berkategori baik sekali, terdapat 6 siswa (30%) berkategori baik, 3 siswa (15%) berkategori sedang, 10 siswa (50%) berkategori kurang, dan 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali. Berdasarkan *Tes wall pass* diperoleh pula mean sebesar 50,00, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan *wall pass* sedang.

Untuk memperjelas tabel hasil tes *Tes wall pass* di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram berikut gambar histogram tes

Tes wall pass peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping



Gambar 11. Histogram Hasil Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

e. *Power Otot Lengan*

Komponen power otot lengan di ukur dengan *Medicine Ball Put*. Tes ini menghitung Jumlah lemparan yang menyentuh/memantul ke dinding, selama 15 detik. Dari data penelitian ini, maka selanjutnya akan disajikan data hasil dari perhitungan power otot lengan siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 13. Data hasil Perhitungan *Power Otot Lengan* Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	63,279
2	Nilai Minimum	32,635
3	Rata-rata	50,000
4	Median	53,064
5	Modus	42,850
6	Standar deviasi	9,997

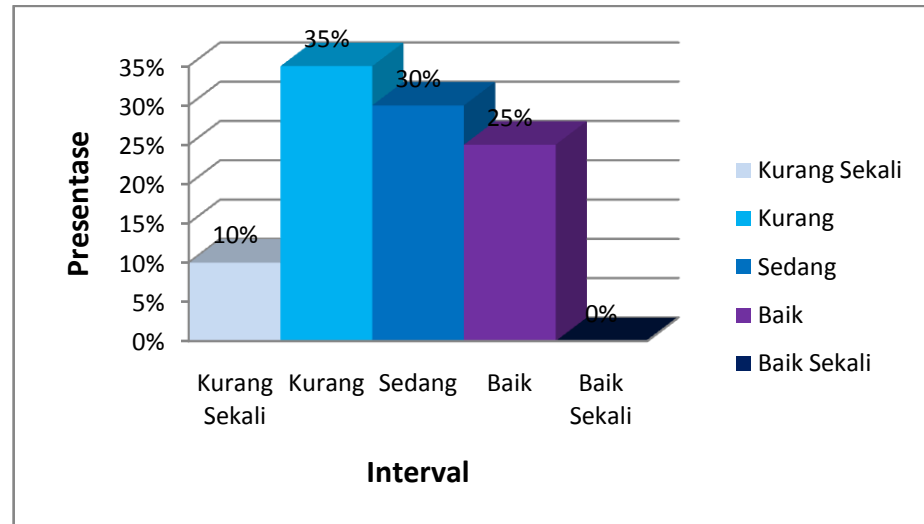
Dari hasil perhitungan *power* otot lengan di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori hasil *power* otot lengan siswa SMP Negeri 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 14. Kategori *Power* Otot Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Baik sekali	0	0%
2	$55 \leq X < 65$	Baik	5	25%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	6	30%
4	$35 \leq X < 45$	Kurang	7	35%
5	$X \leq 35$	Kurangsekali	2	10%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 14 kategori *power* otot lengan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 0 siswa (0%) berkategori baik sekali, terdapat 5 siswa (25%) berkategori baik, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 7 siswa (35%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Berdasarkan *Tes medicine ball put* diperoleh pula mean sebesar 50.00, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan *power* otot lengan sedang.

Untuk memperjelas tabel hasil tes *power* otot lengan di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram berikut gambar histogram *power* otot lengan peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.



Gambar 12. Histogram Hasil *Power* Otot Lengan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

f. Kecepatan

Komponen kecepatan di ukur dengan Lari 60 yard.. Tes ini menghitung Waktu dari mulai aba-aba “ya” sampai testi tersebut melewati garis finish. Waktu dicatat sampai 1/10 detik. Selanjutnya akan disajikan data hasil dari kecepatan siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli. Berikut ini adalah data hasil dari perhitungan penelitian tes lari lari 60 yard dash siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

Tabel 15. Data hasil Perhitungan Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Data	Nilai
1	Nilai Maksimum	64,462
2	Nilai Minimum	19,077
3	Rata-rata	50,000
4	Median	49,462
5	Modus	46,923
6	Standar deviasi	9,996

Dari hasil perhitungan kecepatan di atas selanjutnya akan dibuat tabel kategori tes lari 60 yard dash siswa SMP Negeri 3 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli.

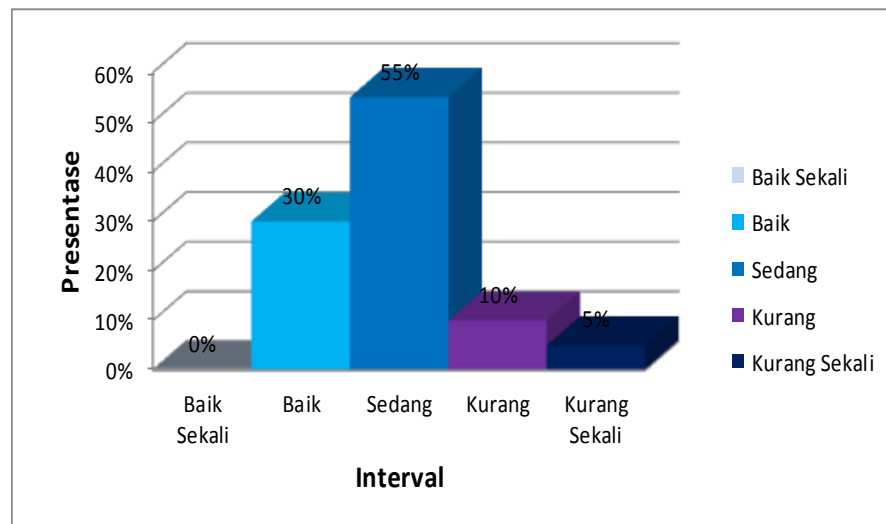
Berikut adalah tabel kategori hasil penelitian dari kecepatan peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

Tabel 16. Kategori Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	$X \geq 65$	Kurang sekali	0	0%
2	$55 \leq X < 65$	Kurang	6	30%
3	$45 \leq X < 55$	Sedang	11	55%
4	$35 \leq X < 45$	Baik	2	10%
5	$X \leq 35$	Baik sekali	1	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 16 kategori kecepatan di atas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 6 siswa (30%) berkategori kurang, 11 siswa (55%) berkategori sedang, 2 siswa (10%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali. Berdasarkan Tes lari 60 yard diperoleh pula mean sebesar 50.00, dan bila dimasukkan dalam table diatas akan masuk pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan lari 60 yard sedang.

Untuk memperjelas hasil *kecepatan* di atas, maka selanjutnya dibentuk menjadi histogram. berikut adalah histogram hasil kecepatan siswa SMP Negeri 3 Gamping yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli:



Gambar 13. Histogram Hasil Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 3 Gamping.

C. Pembahasan

Berdasarkan Data hasil yang diperoleh dari tes kemampuan motorik yang diikuti oleh peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping didapatkan hasil melalui tes, tes yang diujikan kepada siswa SMP Negeri 3 Gamping adalah *Barrow motor ability test* yang meliputi : *Standing Broad Jump*, *Soft Ball Throw*, *Zig-zag Run*, *Wall Pass*, *Medicine Ball-Put*, *Lari 60 yard Dash*.

Berdasarkan data Hasil Pengukuran *Power Tungkai*, *Power Lengan*, *Kelincahan*, *Koordinasi Mata Tangan*, *Power Otot Lengan*, *Kecepatan*. pada siswa SMP Negeri 3 gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di atas, terlihat bahwa terdapat 1 siswa (5%) berkategori kurang sekali, 5 siswa (25%) berkategori kurang, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 2 siswa (10%) berkategori baik sekali. Berdasarkan hasil *barrow motor ability test*, diketahui pula bahwa tes tersebut memiliki

mean 300 dan masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan motorik sedang.

Berikut ini adalah ulasan-ulasan hasil dari beberapa item tes kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli yaitu Untuk data dari hasil *power* tungkai terdapat 2 siswa (10%) berkategori baik sekali, terdapat 4 siswa (20%) berkategori baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 2 siswa (10%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Data hasil penelitian *Power* lengan diperoleh hasil terdapat 1 siswa (5%) berkategori baik sekali, terdapat siswa 4 (20%) berkategori baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 3 siswa (15%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Untuk data hasil tes dari kelincahan diperoleh 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 8 siswa (40%) berkategori kurang, 5 siswa (25%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali. Selanjutnya untuk tes koordinasi mata dan tangan terdapat 1 siswa (5%) berkategori baik sekali, terdapat 6 siswa (30%) berkategori baik, 3 siswa (15%) berkategori sedang, 10 siswa (50%) berkategori kurang, dan 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali. Tes power otot lengan diperoleh hasil yaitu 0 siswa (0%) berkategori baik sekali, terdapat 5 siswa (25%) berkategori baik, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 7 siswa (35%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali. Dan untuk kecepatan diperoleh hasil yaitu 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 6 siswa (30%) berkategori kurang,

11 siswa (55%) berkategori sedang, 2 siswa (10%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali.

Dari hasil data yang diperoleh di atas merupakan keragaman kategori kemampuan motorik siswa yang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, karena tidak semua orang harus menguasai secara keseluruhan unsur-unsur dari kemampuan motorik tersebut, setiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan untuk dapat menguasai unsur-unsur kemampuan motorik secara keseluruhan karena kemampuan motorik dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri sendiri anak (intrinsik) dan faktor dari luar (ekstrinsik). Faktor intrinsik meliputi kondisi psikologis baik itu intelektual maupun non intelektual misalnya Biomotor adalah kemampuan gerakan manusia yang dipengaruhi oleh sistem-sistem organ dalam diantaranya adalah sistem neuromuscular, pernafasan, peredaran darah, energi, tulang dan persendian. Hampir semua aktifitas gerak dalam olahraga selalu mengandung unsur-unsur kekuatan, kecepatan dan gerak kompleks yang memerlukan keleluasaan gerak persendian. Dengan demikian komponen biomotor adalah keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan (Bompa, 1994: 259) komponen dasar biomotor meliputi kekuatan, kecepatan, ketahanan, koordinasi dan fleksibilitas. Adapun komponen lain merupakan perpaduan dari beberapa komponen sehingga membentuk istilah sendiri. Sebagai contoh, gabungan atau hasil kali dari kekuatan dengan kecepatan, kelincahan merupakan gabungan dari kecepatan dengan koordinasi. sedangkan faktor ekstrinsik meliputi lingkungan sosial, budaya, keluarga, dan lain lain. Menurut Corbin (1987: 198) yang dikutip oleh Pamuji Sukoco (2004: 6) beberapa faktor lingkungan yang

mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukuan, dan faktor sosial.

Selain itu, pembatasan aktivitas gerak pada anak akan sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik kasar anak, karena anak akan kurang memiliki pengalaman gerak. Untuk anak yang seumur, biasanya anak laki-laki lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyesuaikan dengan tugas gerak yang selalu dihadapi, karena kemampuan motorik anak laki-laki biasanya lebih baik daripada anak perempuan. Tetapi tidak selalu demikian, Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan kemampuan motorik tetapi bukan satu-satunya, karena masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak.

Menurut Yanuar Kiram (1992: 67) bahwa kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain dikarenakan oleh: 1) Perbedaan kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, 2) Perbedaan umur, 3) Perbedaan pengalaman gerakan (banyak atau sedikit), 4) Perbedaan jenis kelamin, 5) Perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik, 6) Perbedaan kemampuan kognitif, 7) Perbedaan frekuensi latihan.

Hasil penelitian ini hanya sebatas menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik seseorang, karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada

dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Jadi untuk dapat mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya. Dapat diketahui juga mengapa kemampuan motorik di SMP Negeri 3 Gamping berkategori sedang, dikarenakan frekuensi latihan hanya 1 kali setiap minggu, sedangkan kemampuan motorik akan baik jika dilatih dengan baik tentu dengan frekuensi yang sering juga, dan jika dikaitkan dengan prestasi yang diraih oleh team bolavoli SMP Negeri 3 Gamping maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler yang berkategori sedang sangat mempengaruhi prestasi yang diraih, karena selama kurun waktu 6 bulan terakhir prestasi yang diraih masih dalam tingkat daerah, dan belum bisa meraih prestasi untuk tingkat yang lebih tinggi. Maka dengan diketahuinya kemampuan motorik siswa yang berkategori sedang, dimaksudkan ada upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Gamping.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil data penelitian, analisa dan pembahasan tentang kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping maka, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Data Hasil Pengukuran *Power Tungkai*, *Power Lengan*, *Kelincahan*, *Koordinasi Mata Tangan*, *Power Otot Lengan*, *Kecepatan* diperoleh hasil terdapat 1 siswa (5%) berkategori kurang sekali, 5 siswa (25%) berkategori kurang, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 2 siswa (10%) berkategori baik sekali. Berdasarkan pengabungan hasil keenam tes tersebut, diketahui pula bahwa pengabungan hasil keenam tes tersebut memiliki mean 300 dan masuk dalam kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan motorik sedang.
2. Data dari hasil pengukuran *power tungkai* terdapat 2 siswa (10%) berkategori baik sekali, terdapat 2 siswa (10%) berkategori baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 4 siswa (20%) berkategori kurang, dan 2 siswa (10%) berkategori kurang sekali.
3. Data dari hasil pengukuran *power lengan* diperoleh hasil yaitu 2 siswa (10%) berkategori baik sekali, terdapat 3 siswa (15%) berkategori

baik, 10 siswa (50%) berkategori sedang, 4 siswa (20%) berkategori kurang, dan 21 siswa (5%) berkategori kurang sekali.

4. Data dari hasil pengukuran kelincahan diperoleh 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 8 siswa (40%) berkategori kurang, 5 siswa (25%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali.
5. Data dari hasil pengukuran koordinasi mata dan tangan diperoleh hasil yaitu 0 siswa (0%) berkategori baik sekali, 10 siswa (20%) berkategori baik, 3 siswa (15%) berkategori sedang, 6 siswa (30%) berkategori kurang, dan 1 siswa (5%) berkategori kurang sekali.
6. Data dari hasil pengukuran *power* otot lengan diperoleh hasil yaitu 2 siswa (10%) berkategori baik sekali, terdapat 7 siswa (35%) berkategori baik, 6 siswa (30%) berkategori sedang, 5 siswa (25%) berkategori kurang, dan 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali.
7. Data dari hasil pengukuran kecepatan diperoleh hasil yaitu 0 siswa (0%) berkategori kurang sekali, terdapat 6 siswa (30%) berkategori kurang, 11 siswa (55%) berkategori sedang, 2 siswa (10%) berkategori baik, dan 1 siswa (5%) berkategori baik sekali.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan dari data kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping di atas, maka penelitian ini berimplikasi pada:

Sesuai dengan penemuan dalam penelitian ini, maka implikasi dari penemuan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Teori

Fakta yang terkumpul berupa data-data dari peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Gamping sebagai subyek penelitian, ternyata kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Gamping sebagian besar adalah sedang. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes yang sebagian besar memperoleh nilai sedang.

2. Praktis

Dengan diketahuinya kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping sebagian besar adalah sedang, maka hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping, sehingga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan sekaligus untuk menentukan program latihan tambahan yang akan diberikan. Guru maupun pelatih ekstrakurikuler akan lebih mudah dalam menetapkan sesi latihan, karena kondisi faktual peserta didik telah diketahui secara pasti.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis telah berusaha dengan mengarahkan seluruh kemampuan yang dimiliki, supaya hasil penelitian ini maksimal dan berhasil dengan baik serta memuaskan. Penelitian ini direncanakan

dengan sebaik-baiknya dan berusaha dengan maksimal, tetapi penulis tentunya tidak luput dari kesalahan dan khilaf karena ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini, diantaranya: keterbatasan waktu, biaya, tenaga serta keterbatasan dari kemampuan dari penulis.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa saran yang perlu disampaikan oleh penulis dalam penelitian ini antara lain:

1. Bagi siswa

Setelah mengetahui kemampuan motorik yang ada pada diri siswa itu sendiri, diharapkan agar para siswa lebih bisa mengembangkan dan meningkatkan kemampuan gerak motoriknya yang sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya melalui berbagi aktivitas gerak dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi guru

Setelah mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap siswa, diharapkan data yang diperoleh dapat dimanfaatkan oleh guru di dalam merancang serta mengembangkan setiap program latihan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh setiap siswa.

3. Bagi sekolah

Penelitian ini telah mengidentifikasi kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping. Sehingga data

dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dalam merancang kurikulum dan materi program Penjasorkes berdasarkan ketrampilan motorik yang dimiliki oleh siswa.

4. Bagi masyarakat

Setelah mengetahui status kemampuan motorik anak, diharapkan agar masyarakat lebih bisa mendukung hal-hal yang dapat meningkatkan serta mengembangkan kemampuan motorik yang dimiliki oleh anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun & Yudha M.Saputra (1999-2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Dekdibud.
- Anas Sudijono.(2007). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Barbara L. Viera. (2004). *Bola Voli untuk Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Utama.
- Bompa. (1994). *Teory and Methodology of Training*. Canada: KedalalII/Hunt Publishing Company.
- Burhan Nurgiyantoro, Gunawan, Marzuki.(2004). *Statistik Terapan*. Gajah Mada University Press.
- Depdiknas. (2002). *Model Pengembangan Motorik Anak Pra Sekolah*. Jakarta: Depdiknas.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Endang Rini S.(2002). *Perkembangan Motorik* (bahan perkuliahan). Yogyakarta: FIK UNY
- Hurlock, Elizabeth B. (1998). *Perkembangan Motorik Anak Jilid I (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga
- M. Mariyanto, Sunardi, dan Agus Margono. (1994). *Permainan Besar II (Bolavoli)*. Depdiknas Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SD Setara D-III.
- M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Mohamad Nasir. (2005). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Muhamad Ikhsan.(2005). "*Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Di SD Negeri Segoroyoso Pleret Bantul*". Penelitian, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Muhajir. (2004). *Pedoman Cara-Cara Pembinaan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud.
- Nur Afni Suprihatin. (2008). "Perbedaan Pengaruh Pendekatan Berlatih dan Bermain Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bolavoli Pada siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri Boyolali." *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY

- Nurhasan.(1986). *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta: PT Bina Aksara
- Pamuji Sukoco. (2004). *Perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani. Penelitian*, FIK; Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yanuar Kiram.(1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti
- Poerdawarminto (1966), *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Rusli Lutan & Adang Suherman.(2000). *Pengukuran dan Evaluasi*. Jakarta: Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Rusli Lutan. (2001). *Pendidikan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- _____.(1988). *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar teori dan metode*.Jakarta: Depdikbud.
- Setyo Nugroho. (2005). *Status Kemampuan Motorik Umum Siswa Sekolah Sepak Bola Di Kabupaen Sleman: laporan Penelitian Mandiri*. Yogyakarta FIK UNY.
- Suharsimi Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara
- Sri Winanto. (2008). “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Bawah Sd Negeri Dieng Kecamatan Kejajar Kabupaten Wonosobo Th. Ajaran 2009/2010.” *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- Suharno, HP. (1979). *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (1997). *Penentuan Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Sekolah Dasar (Majalah Ilmiah)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Sutrisno Hadi.(2002). *Metodologi Research (jilid 3)*.Yogyakarta: Andi offset.
- Toho Cholik Mutohir dan Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.

Wiratna Sujarweni. (2007). *Manajemen Penelitian*. Edisi Revisi. Jakarta: PT Asdi Mahasatya

LAMPIRAN

Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan Tes

PETUNJUK PELAKSANAAN ***BARROW MOTOR ABILITY TEST***

1. Standing Broad Jump

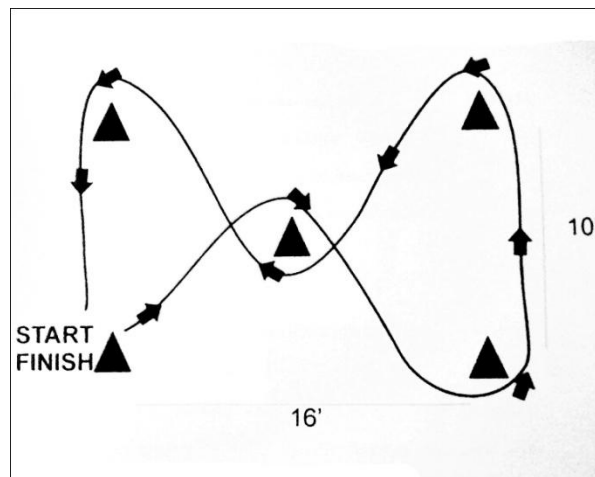
- a. Tujuan : Untuk mengukur komponen *power* otot tungkai
- b. Alat dan fasilitas: pita pengukur, bakpasir/matras, benderajuri.
- c. Pelaksanaan: orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut $\pm 45^\circ$, kedua lengan lurus kebelakang kemudian orang coba menolak kedepan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki. Orang coba menolak kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.
- d. Skor : jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, daari 3 kali percobaan..

2. Soft ball throw

- a. Tujuan : Mengukur power lengan
- b. Peralatan : bola soft ball, pita pengukur
- c. Pelaksanaan : subyek melemparkan bola soft ball sejauh mungkin dibelakang garis batas. Subyek diberi kesempatan melempar sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.
- d. Skor : jarak lemparan terjauh dari 3 (tiga) lemparan, dicatat sampai mendekati "*feet*".

3. *Zig-zag Run*

- Tujuan : Untuk mengukur kelincahan bergerak seseorang.
- Alat/ fasilitas : Alat pencatat, kerucut, stopwatch, diagram.
- Pelaksanaan : Subyek berdiri dibelakang garis *start*, bila ada aba-aba ya, ia lari secepat mungkin mengikuti arah panah sesuai diagram sampai batas finish. Subyek diberi kesempatan melakukan tes ini sebanyak 3 (tiga) kali kesempatan. Gagal bila menggerserkan kerucut, tidak sesuai dengan arah panah pada diagram testersebut.
- Skor : Catat waktu tempuh yang terbaik dari 3 (tiga) kali percobaan, dan dicatat 1/10 detik.

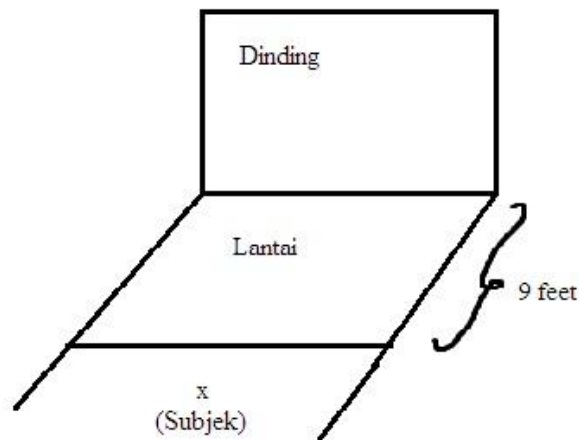


Gambar 1. Kelincahan (*Zig-zag run*)

4. *Wall Pass*

- Tujuan : Mengukur koordinasi mata dan tangan
- Alat/fasilitas : Bola basket, stopwatch dan dinding tembok.

- c. Pelaksanaan : Subyek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola basket dengan kedua tangan di depan dada. Bila ada aba-aba “ya”, subyek segera melakukan lempar-tangkap bola basket ke dinding selama 15 detik.
- d. Skor : Jumlah bola yang dapat dilakukan lempar tangkap (tanpa harus jatuh ke tanah) selama 15 detik.



Gambar2.TesWall Pass

5. *Medicine Ball-Put*

- a. Tujuan : Mengukur power otot lengan
- b. Alat/fasilitas : Bola medicine, pita ukuran, bendera juri.
- c. Pelaksanaan : Testi berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola medicine dengan kedua tangan di depan dada dengan posisi badan condong kurang lebih 45 derajat. Kemudian bola didorong ke depan secepat dan sekuat mungkin sebanyak tiga kali lemparan, masing-masing 15 detik.

- d. Penilaian : Jumlah lemparan yang menyentuh/memantul dinding, selama 15 detik.

6. Lari cepat 60 yard Dash

- a. Tujuan : Mengukur kecepatan
- b. Peralatan : Stop watch, lintasan yang berjarak \pm 80 yard.
- c. Pelaksanaan : subyek lari secepat mungkin dengan menempuh jarak 60 yard. subyek diberikan kesempatan melakukan hanya satu kali.
- d. Skor: Waktu dari mulai aba-aba “ya” sampai testi tersebut melewati garis finish. Waktu dicatat sampai 1/10 detik.

Lampiran 2. Data Kasar

DATA KASAR

No	Standing Broad	Soft Ball Throw	Lari Zig-Zag	Wall Pass	Medicine Ball Put	Lari 60 Yard
1	220	23,91	7,43	15	9	7,52
2	190	30	6,82	11	7	7,93
3	214	36	7,31	13	8	7,8
4	254	38	6,8	16	9	6,88
5	220	35,54	6,87	14	9	7,34
6	210	29,3	7,83	11	7	8,02
7	250	26,45	7	13	8	6,88
8	214	30,22	8,21	12	8	8,12
9	200	24,8	7,73	12	6	8,17
10	225	32,24	7,8	14	7	7,39
11	233	31,09	7,65	15	8	7,74
12	215	30,05	7,79	12	7	8,02
13	229	30	8,9	15	9	8,1
14	232	34,5	7,68	14	9	7,8
15	220	33,2	6,9	13	8	7,02
16	195	28,1	6,7	11	7	9,83
17	235	32,2	7,9	12	7	8,5
18	215	30	7,88	11	8	7,91
19	223	25,21	6,93	12	6	8,02
20	230	30,7	6,87	12	7	7,41
Jumlah	4424,00	611,51	149,00	258,00	154,00	156,40
Nilai Max	254,00	38,00	8,90	16,00	9,00	9,83
Nilai Min	190,00	23,91	6,70	11,00	6,00	6,88
Mean	221,20	30,58	7,45	12,90	7,70	7,82
Median	220,00	30,14	7,54	12,50	8,00	7,86
Modus	220,00	30,00	6,87	12,00	7,00	8,02
Standar deviasi	16,10	3,77	0,58	1,55	0,98	0,65

Lampiran 3. Data T skor

Data T Skor

No	Standing Broad	Soft Ball Throw	Lari Zig-Zag	Wall Pass	Medicine Ball Put	Lari 60 Yard	Jumlah	kategori
1	49,25	32,31	50,34	63,52	63,28	54,62	313,32	Sedang
2	30,63	48,47	60,79	37,77	42,85	48,31	268,82	Kurang
3	45,53	64,39	52,4	50,64	53,06	50,31	316,33	Sedang
4	70,37	69,7	61,13	69,96	63,28	64,46	398,90	Baik sekali
5	49,25	63,17	59,93	57,08	63,28	57,38	350,09	Baik
6	43,05	46,61	43,49	37,77	42,85	46,92	260,69	Kurang
7	67,88	39,05	57,71	50,64	53,06	64,46	332,80	Baik
8	45,53	49,06	36,99	44,2	53,06	45,38	274,22	Kurang
9	36,84	34,67	45,21	44,2	32,64	44,62	238,18	Kurang Sekali
10	52,36	54,41	44,01	57,08	42,85	56,62	307,33	Sedang
11	57,33	51,36	46,58	63,52	53,06	51,23	323,08	Baik
12	46,15	48,6	44,18	44,2	42,85	46,92	272,90	Kurang
13	54,84	48,47	25,17	63,52	63,28	45,69	300,97	Sedang
14	56,71	60,41	46,06	57,08	63,28	50,31	333,85	Baik
15	49,25	56,96	59,42	50,64	53,06	62,31	331,64	Baik
16	33,73	43,43	62,84	37,77	42,85	19,08	239,70	Kurang Sekali
17	58,57	54,31	42,29	44,2	42,85	39,54	281,76	Sedang
18	46,15	48,47	42,64	37,77	53,06	48,62	276,71	Kurang
19	51,12	35,76	58,9	44,2	32,64	46,92	269,54	Kurang
20	55,46	50,33	59,93	44,2	42,85	56,31	309,08	Sedang
Jumlah	1000	1000	1000	1000	1000	1000	5999,91	

Nilai Mak	70,37	69,70	62,84	69,96	63,28	64,46	398,90
Nilai Min	30,63	32,31	25,17	37,77	32,64	19,08	238,18
Rata-rata	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	300,00
Median	49,25	48,83	48,46	47,42	53,06	49,47	304,15
Modus	49,25	48,47	59,93	44,20	42,85	46,92	-
Standar deviasi	10,00	10,00	9,99	10,00	10,00	10,00	39,61

DOKUMENTASI
BARROW MOTOR ABILITY TEST



Standing Broad Jump



Soft ball throw



Zig-zag Run



Wall Pass



Medicine Ball-Put



Lari cepat 60 yard Dash

Lampiran 5. Surat-surat



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat: Jl. Kolombo 1 Yogyakarta 55281 Telp. 513092, 586168 psw 282, 299, 291

Nomor : 319a/UN34.16/LK/2012
Lampiran : -
Perihal : Peminjaman Alat

24 Februari 2012

Kepada Yth. :
Elene Elyonora
08601244165
FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat, menanggapi surat Saudara tanggal 22 Februari 2012 perihal pada pokok surat pada prinsipnya kami mengijinkan Saudara menggunakan peralatan FIK Universitas Negeri Yogyakarta, berupa :

- | | |
|-------------------|--------|
| 1. Meteran | 1 buah |
| 2. Bola Soft ball | 2 buah |
| 3. Bendera Juri | 6 buah |
| 4. Bola Medicine | 1 buah |
| 5. Bola basket | 1 buah |
| 6. Stopwatch | 2 buah |
| 7. Cones | 5 buah |

untuk pengambilan data Penelitian Tugas Akhir Skripsi yang akan dilaksanakan pada :

Tanggal : 25 – 28 Februari 2012
Tempat : SMP Negeri 3 Gamping

JUDUL SKRIPSI

"KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING"

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Menjaga keamanan alat yang dipinjam
2. Untuk waktu pemakaian di mohon untuk konfirmasi lebih lanjut melalui Kasubag. Umum, Kepegawaian dan Perlengkapan
3. Jika sudah selesai dipergunakan agar segera dikembalikan

Agar menjadikan periksa dan terima kasih.

Wakil Dekan II,

Sumarjo, M.Kes.
NIP. 19631217 199001 1 002

Tembusan Yth. :

1. Kajur POR
2. Kasubag. Umum, Kepegawaian dan Perlengkapan
3. Sutardi



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta, Telp (0274) 513092 psw 255

Nomor : 180/H.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

03 Februari 2012

Kepada :
Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama Mahasiswa : Elene Elyonora
Nomor mahasiswa : 08601244165
Program Studi : S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s/d Maret 2012
Tempat / Objek : SMP Negeri 3 Gamping Kab. Sleman / Peserta Ekstrakurikuler
Judul Skripsi : "KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI
DI SMP NEGERI 3 GAMPING ,"

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 19860 1 001.

Tembusan Yth :

1. Kepala SMP Negeri 3 Gamping Kab. Sleman
2. Dinas Dikpora Kabupaten Sleman
3. Kaprodi PJKR FIK UNY
4. Pembimbing Tas
5. Mahasiswa Ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(**BAPPEDA**)

Alamat : Jl. Parasamya No. 1 Beran, Tridadi, Sleman 55511
Telp. & Fax. (0274) 868800. E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 07.0 / Bappeda/ 0371 / 2012

**TENTANG
PENELITIAN**

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Keputusan Bupati Sleman Nomor: 55 /Kep.KDH/A/2003 tentang Izin Kuliah Kerja Nyata, Praktek Kerja Lapangan dan Penelitian.
Menunjuk : Surat dari Sekretariat Daerah Pemerintah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 070/1153/V/2/2012. Tanggal: 13 Februari 2012. Hal: Ijin Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : **ELENE EL YONORA**
No. Mhs/NIM/NIP/NIK : 08601244165
Program/ Tingkat : S1
Instansi/ Perguruan Tinggi : UNY
Alamat Instansi/ Perguruan Tinggi : Karangmalang, Yogyakarta
Alamat Rumah : Jembatan RT 02 RW 08 No. 77 Tirtoadi, Mlati, Sleman, Yk.
No. Telp/ Hp : 081931775979
Untuk : Mengadakan penelitian dengan judul:
**"KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP N 3 GAMPING"**
Lokasi : SMP N 3 Gamping, Kab. Sleman
Waktu : Selama 3 (tiga) bulan mulai tanggal: 13 Februari 2012 s/d
13 Mei 2012.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. *Wajib melapor diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.*
2. *Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.*
3. *Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.*
4. *Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Bappeda.*
5. *Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.*

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Tembusan Kepada Yth :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Ka. Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman
3. Ka. Dinas Pendidikan, Pemuda & OR Kab. Sleman
4. Ka. Bid. Sosbud Bappeda Kab. Sleman
5. Camat Kec. Gamping
6. Ka. SMP N 3 Gamping
7. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan – UNY
8. Peringgal

Dikeluarkan di : Sleman

Pada Tanggal : 14 Februari 2012

A.n. Kepala BAPPEDA Kab. Sleman

**Ka. Bidang Pengendalian & Evaluasi
u.b.**

Ka. Sub Bid. Litbang

SRI NURHIDAYAH, S.Si, MT

Penata Tk. I, III/d

NIP. 19670703 199603 2 002



**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/1153/V/2/2012

Membaca Surat : DEKAN FAK ILMU KEOLAHRAGAAN UNY Nomor : 180 /H34.16/PP/2012
Tanggal : 03 Februari 2012 Perihal : Ijin Penelitian

Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : ELENE ELYONORA. NIP/NIM : 08601244165
Alamat : JL KOLOMBO YOGYAKARTA
Judul : KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING.
Lokasi : - Kota/Kab. SLEMAN
Waktu : 13 Februari 2012 s/d 13 Mei 2012

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Provinsi DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda Provinsi DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjapro.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjapro.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 13 Februari 2012

A.n Sekretaris Daerah

Asisten ~~Perekonomian~~ dan Pembangunan

PLH/Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Sleman, cq Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Prov. DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 113 / MET / SW - 04 / 1 / 2011
Number

No. Order : 000959
Diterima tgl : 11 Januari 2012

ALAT
Equipment

Nama : Stopwatch
Name
Kapasitas : 9 jam
Capacity
Tipe/Model :
Type/Model

Nomor Seri :
Serial number
Merek/Buatan : Q & Q
Trade Mark/Manufaktur
Lain-lain :
Other

PEMILIK
Owner

Nama : Nugroho Susanto
Name
Alamat : Krapyak 9 Margo Agung Seyegan Sleman
Address

METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument
Method
Standar : Casio HS-80TW.IDF
Standard
Telusuran : Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi
Traceability Bandung

TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibrated

: 12 Januari 2012

LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

Environment condition of calibration

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

HASIL

Result

: Lihat sebaliknya



Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE


I. DATA KALIBRASI
Calibration data

1. Referensi : -
2. Dikalibrasi oleh : Gimantiri NIP. 19620420.198303.1.017
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI
Result of Calibration

Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"02
00,05'00"00	00,05'00"02
00,10'00"00	00,10'00"03
00,15'00"00	00,15'00"01
00,30'00"00	00,30'00"01
00,59'00"00	00,59'00"01

Kepala Seksi Teknik Kemetrolagian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH

BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 3924 / MET / UP - 339 / XII / 2011

Number

No. Order : 001923

Diterima tgl : 8 Desember 2011

ALAT

Equipment

Nama : Ukuran Panjang

Name

Kapasitas : 50 m

Capacity

Tipe/Model :

Type/Model

Nomor Seri :

Serial number

Merek/Buatan : BISON

Trade Mark / Manufaktur

Lain-lain :

other

PEMILIK

Owner

Nama

: Raras Renji Yuliani

Name

Alamat

: Barepan Wanurejo Borobudur Magelang

Address

METODE, STANDART, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode

: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010

Method

Standard

: Komparator 10 m

Standard

Telusuran

: Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung

Traceability

TANGGAL TERA ULANG

Date of Verification

: 8 Desember 2011

LOKASI TERA ULANG

Location of Verification

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG

Environment condition of Verification

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

HASIL TERA ULANG

Result of verification

: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2011

DITERA ULANG KEMBALI

Reverification

: 30 Nopember 2012



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

LAMPIRAN SERTIFIKAT PENERAAN
ATTACHMENT OF VERIFICATION CERTIFICATE

I. DATA PENERAAN
Verification data

1. Referensi : -

2. Ditera ulang oleh : Yetni Sulisty NIP. 19630629.198503.1.003
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 1.000	1.001,0
0 - 2.000	2.001,0
0 - 3.000	3.002,0
0 - 4.000	4.002,0
0 - 5.000	5.002,0

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian


Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007


Halaman 2 dari 2 Halaman

FBM.22-01.T



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 3 GAMPING

Alamat : Nogotirto, Gamping, Sleman

SURAT KETERANGAN

Nomor : 800/72V/12/ /

Kepala SMP NEGERI 3 GAMPING menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : ELENE ELYONORA

NIM : 08601244165

Mahasiswa : Universitas Negeri Yogyakarta

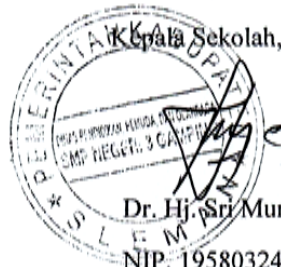
Benar-benar telah melakukan penelitian di SMP NEGERI 3 GAMPING dengan judul :

“ KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI DI SMP NEGERI 3 GAMPING “

Demikian surat keterangan ini untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 27 Maret 2012

Kepala Sekolah,



Dr. Hj. Sri Murniati, M.pd

NIP. 19580324 197803 2 002