

**PENGARUH LATIHAN MEMBIDIK TARGET TERHADAP KEMAMPUAN
AKURASI *SMASH* PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
DI SMPN 2 BERBAH SLEMAN**

SKRIPSI

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



**Disusun Oleh :
Vincentius Reza Wahyu W
NIM 12601244111**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2017**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah Sleman” yang disusun oleh Vincentius Reza Wahyu Wandana, NIM 12601244111 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 16 Maret 2017

Pembimbing,



Drs. Suhadi, M.Pd

NIP. 19600505 198803 1 006

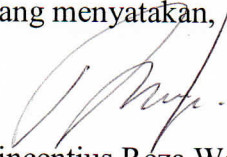
SURAT PERNYATAAN

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 kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah 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, 16 Maret 2017

Yang menyatakan,



Vincentius Reza Wahyu W
NIM 126012440111

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “ Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah Sleman” yang disusun oleh Vincentius Reza Wahyu Wandana, NIM 12601244111 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 10 April 2017 dan dinyatakan lulus.

Nama	Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Drs. Suhadi, M.Pd	Ketua/Penguji		18/04 2017
Yuyun Ari Wibowo, M.Or	Sekretaris Penguji		17/04 2017
Dr.M. Hamid Anwar, M.Phil	Penguji I (Utama)		13/04 2017

Yogyakarta, April 2017
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 1988121 001 *z*

MOTTO

1. Lakukanlah apa yang kamu cintai, konsistenlah dengan itu, maka kesuksesan akan menyertaimu (Vincentius).
2. Sukses bukan datang kepada orang yang luar biasa melainkan sukses akan datang kepada orang biasa yang mampu melakukan sesuatu hal yang luar biasa (Vincentius).

HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Hasil karya ini saya persembahkan kepada seseorang yang spesial, yaitu kedua orang tua saya yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat kepada saya, tanpa kedua orang tua saya tidak bisa apa-apa.
2. Tak lupa untuk adik-adik saya (Lerigia Devina Oktaviani dan Yosephine Adellia Puspitasari) yang selalu memberikan motivasi dan semangat tak kenal lelah.
3. Dan untuk semua teman-temanku yang selalu bersama untuk berjuang meraih kesuksesan.

**PENGARUH LATIHAN MEMBIDIK TARGET TERHADAP KEMAMPUAN
AKURASI SMASH PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
DI SMPN 2 BERBAH SLEMAN**

**Oleh
Vincentius Reza Wahyu W
NIM 12601244111**

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingkat akurasi smash peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMP N 2 berbah yang masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kemampuan akurasi *smash* bola voli dengan latihan membidik target siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu/tidak murni dengan desain penelitian *one group pretest and posttest design*.

Subjek dari penelitian ini adalah 15 siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMPN 2 Berbah Sleman. Penelitian menggunakan instrument Tes kemampuan ketepatan atau akurasi *smash* bola voli yang digunakan adalah tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun Depdiknas. (1999) Teknik analisis data menggunakan Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Z*, menggunakan uji homogenitas uji F dan menggunakan uji hipotesis dengan uji-t untuk pengujian hipotesis dengan taraf signifikan 5 %.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 2 Berbah Sleman. Dilihat dari nilai rata-rata pretest adalah 7,47 dan nilai rata-rata posttest 15,75 dengan selisih rerata adalah 8,28. Hal ini mempunyai arti bahwa ada pengaruh kemampuan akurasi *smash* bola voli yaitu sebesar 52,57%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli putra di SMPN 2 Berbah Sleman

Kata kunci : latihan membidik target, Bolavoli, ekstrakurikuler, SMPN 2 Berbah

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Tuhan YME yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulisan Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan lancar.

Dalam kesempatan ini diucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dorongan, serta bimbingan selama ini, antara lain kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh pendidikan di UNY.
2. Bapak Prof Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan pengarahan dan motivasi dalam mengenyam pendidikan di FIK.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi kepercayaan dan kemudahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Suhadi, M.Pd dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing saya dari awal skripsi hingga wisuda serta memberikan ilmu selama kuliah.
5. Bapak, ibu dosen dan karyawan FIK UNY yang telah membantu terselesaikannya tugas akhir ini.
6. Kepala SMPN 2 Berbah Sleman yang telah memberikan izin penelitian.

7. Seluruh siswa peserta ekstrakurikuler yang telah bersedia menjadi responden.
8. Teman-teman Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi angkatan tahun 2012 terutama kelas D, terima kasih atas bantuannya.
9. Dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak mendapatkan balasan yang berlimpah dari Tuhan YME.

Sangat disadari bahwa di dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, kritik dan saran yang sangat diharapkan. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca yang budiman.

Yogyakarta, April 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Pustaka.....	8
B. Penelitian yang Relevan.....	38
C. Kerangka Berfikir.....	38
D. Hipotesis.....	39
BAB III. METODE PENELITIAN	40
A. Desain Penelitian.....	40

B. Populasi.....	41
C. Definisi Operasional Variabel.....	41
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan data.....	43
E. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	48
B. Pembahasan.....	54
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Implikasi Dalam Penelitian.....	56
C. Keterbatasan Dalam Penelitian.....	57
D. Saran-Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Tes SMPN 2 Berbah.....	49
Tabel 2. Stastistik Hasil Penelitian.....	49
Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data.....	51
Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas.....	52
Tabel 5. Hasil Uji $-t$	53
Tabel 6. Pengaruh tingkat keterampilan.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tahap awalan dalam <i>smash</i>	20
Gambar 2. Tahap meloncat dalam <i>smash</i>	21
Gambar 3. Tahap memukul bola dalam <i>smash</i>	22
Gambar 4. Tahap mendarat dalam <i>smash</i>	22
Gambar 5. <i>Smash</i> normal	25
Gambar 6. Permainan target dengan sasaran botol mineral dan <i>cone</i>	34
Gambar 7. Permainan target dengan sasaran didaerah lawan	35
Gambar 8. Permainan target dengan sasaran didaerah lawan	37
Gambar 9. Desain Penelitian	40
Gambar 10. Instrumen Tes Kemampuan Akurasi <i>Smash</i>	45
Gambar 11. Histogram <i>Pretest</i>	50
Gambar 12. Histogram <i>posttest</i>	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat izin Penelitian	61
Lampiran 2 Surat izin Bapeda	62
Lampiran 3 Sertifikat kalibrasi <i>stopwatch</i>	63
Lampiran 4 Sertifikat kalibrasi ban ukur (Meteran)	65
Lampiran 5 Surat Permohonan <i>Expert Judgement</i>	67
Lampiran 6 Surat <i>Expert Judgement</i>	68
Lampiran 7 Surat izin penelitian Sekolah	69
Lampiran 8 Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	70
Lampiran 9 Data Siswa	71
Lampiran 10 Hasil <i>Test</i>	72
Lampiran 11 Dokumentasi Foto	76

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dengan adanya pendidikan diharapkan manusia dapat mengembangkan pengetahuan, keterampilan dan kreatifitasnya. Keberhasilan dalam bidang pendidikan sangat ditentukan oleh keberhasilan dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan serangkaian interaksi antara manusia yaitu yang mengajar atau yang biasa disebut dengan orang yang diajar atau siswa.

Program pembelajaran di Indonesia terdapat tiga program, yaitu: program intrakurikuler, kokurikuler, dan program ekstrakurikuler. Menurut Yudha M. Saputra (1998: 6-7) menjelaskan bahwa kegiatan intrakurikuler adalah program pengajaran yang tersusun berupa label mata pelajaran, penjatahan waktu, dan penyebarannya di setiap kelas dan satuan pelajaran. Kegiatan kokurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa, yang bertujuan agar siswa lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang dipelajari pada kegiatan intrakurikuler. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan siswa sekolah atau universitas di luar jam belajar kurikulum standar.

Pada prinsipnya tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah membantu peserta didik dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar. Akan tetapi dengan melihat kenyataan yang ada, bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang hanya 2 (dua) jam pelajaran perminggu diperkirakan belum memenuhi apa

yang diinginkan untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu solusi untuk dapat mencapai tujuan Pendidikan Jasmani. Jika kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dengan baik, terencana dan berkesinambungan diharapkan dapat meningkatkan ketrampilan.

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah terbagi dua macam yaitu, ekstrakurikuler non olahraga dan ekstrakurikuler olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang dilaksanakan oleh sekolah untuk mengisi waktu luang dan mencari siswa yang berbakat dalam bidang olahraga. Dengan mengikuti ekstrakurikuler dapat membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa serta siswa juga dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan masing-masing cabang olahraga, pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMP N 2 Berbah bermacam-macam kegiatannya. Kegiatan tersebut ada yang berorientasi di bidang olahraga, kesenian, agama, K.I.R, Pramuka dan lain-lainnya. Peserta didik diwajibkan memilih salah satu kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan bakat dan minat. Adapun kegiatan ekstrakurikuler dalam bidang olahraga yang diselenggarakan di SMP N 2 Berbah antara lain adalah sepak bola, bola basket,

bola voli. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli diselenggarakan secara rutin setiap hari Rabu dan Sabtu setelah kegiatan belajar mengajar selesai.

SMP N 2 Berbah memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai, namun prestasinya belum mampu bersaing dengan sekolah lain dalam bidang olahraga, khususnya bola voli di Kabupaten Sleman. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah lebih banyak dilakukan melalui latihan dalam bentuk permainan dengan pemberian teknik dasar dan tidak diberikan program latihan kemampuan komponen-komponen fisik. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah diikuti oleh 15 siswa, dan terdiri dari siswa putra 15 yang berusia antara 13-15 tahun. Dalam kegiatan latihan masih banyak siswa yang mempunyai teknik dasar bermain bola voli yang kurang baik. Teknik dasar merupakan hal yang paling penting dalam suatu cabang olahraga bola voli, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik.

Permasalahan yang muncul pada saat kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 2 Berbah adalah pada saat latihan *smash*, masih ada banyak siswa yang memiliki kemampuan *smash* kurang baik dan sebagian siswa lainnya memiliki kemampuan *smash* yang baik. Sering kali siswa dalam *smash* bola tidak mampu menyebrang dari net dan bola tidak tepat sasaran pada daerah permainan bola voli atau keluar dari lapangan permainan bola voli. Hal tersebut di karenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target.

Mengingat bahwa dalam latihan ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah hanya diberikan teknik dasar saja dan tidak ada program latihan komponen-komponen fisik, sehingga menyebabkan kurangnya keterampilan khususnya *smash* dalam bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMP N 2 Berbah Kabupaten Sleman tersebut maka perlu ditelusuri faktor penyebabnya, apakah karena dipengaruhi oleh perkenaan tangan dengan bola belum tepat atau disebabkan faktor lainnya.

Hasil pengajaran yang kurang optimal juga mempengaruhi karena disebabkan oleh penyampaian dan pembina kurang bervariasi menjadikan kurangnya motivasi siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMP N 2 Berbah dalam berlatih. Kenyataan tersebut dapat dilihat dari menyebabkan siswa menjadi bosan. Apabila pembina ekstrakurikuler dapat memvariasi metode permainan dengan sebuah permainan, kemungkinan siswa akan tertarik dan termotivasi untuk bergerak aktif dan sekaligus memberikan kesempatan anak mendapat hal yang baru dari metode permainan tersebut. Dalam hal ini penulis tertarik untuk menerapkan salah satu jenis permainan, yaitu dengan menggunakan metode permainan target (*target games*). Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa permainan target (*target games*) adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Permainan target tersebut dianggap cocok untuk meningkatkan ketepatan

dengan asumsi bahwa karakteristik permainan target (*target games*) dan ketepatan hampir sama yaitu mempunyai arah menuju sasaran dengan tepat.

Namun permainan target tersebut dilakukan secara kontinyu dan berulang-ulang atau dengan latihan rutin. Permainan target dimasukkan dalam susunan program latihan yang akan diberikan kepada siswa peserta ekstrakurikuler bola voli. Adapun fungsi utama latihan yaitu (1) meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, (2) mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus, (3) menambah dan menyempurnakan teknik, (4) meningkatkan kualitas dan psikis olahragawan dalam bertanding. Walaupun penyampaian materi dengan metode bermain, namun pembina maupun pelatih ekstrakurikuler harus memperhatikan prinsip latihan. Menurut Sukadiyanto (2002: 14) prinsip latihan meliputi: (1) individual, (2) adaptasi, (3) beban latihan (*overload*), (4) beban bersifat progresif, (5) spesifikasi (kekhususan), (6) bervariasi, (7) pemanasan dan pendinginan (*warm-up* dan *cooling down*), (8) periodisasi, (9) beban moderat (tidak berlebihan), (10) latihan harus sistematis.

Oleh sebab itu, penulis ingin menguji dan membuktikan dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh *target games* terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Berbah Sleman” yang diharapkan akan mengatasi masalah yang dibahas diatas dengan tujuan agar peserta ekstrakurikuler bola voli di sekolah ini semakin meningkat keterampilan bola voli, khususnya ketepatan *smash*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Sarana dan prasarana di SMP N 2 Berbah cukup memadai, akan tetapi prestasi bola voli kurang optimal.
2. Peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMP N 2 Berbah belum mampu memukul perkenaan yang tepat pada bola waktu melakukan smash
3. Bola hasil pukulan tidak tepat sasaran.
4. Pemberian bentuk latihan smash pada permainan bola voli di SMPN 2 Berbah kurang bervariasi.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka agar dapat mengkaji masalah yang timbul maka dibatasi, pada: “Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli putra di SMP N 2 Berbah Sleman”.

D. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas tidak menutup kemungkinan timbulnya masalah baru yang semakin meluas, untuk menghindari hal tersebut perlu diadakan pembatasan masalah. Sehingga peneliti membatasi permasalahan ini menjadi “Adakah Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli putra di SMP N 2 Berbah Sleman ? ”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang diharapkan dari peneliti ini untuk mengetahui pengaruh kemampuan akurasi *smash* bola voli dengan latihan membidik target.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

1. Bagi Siswa

Dapat mengetahui adanya pengaruh kemampuan akurasi *smash* dengan metode latihan membidik target, sehingga siswa diharapkan lebih terpacu meningkatkan kemampuan akurasi *smash*, agar dapat melakukan *smash* atas dengan baik lagi dan tepat sasaran.

2. Bagi Guru

Dapat digunakan sebagai gambaran atau masukan untuk dapat disajikan sebagai pertimbangan dalam usaha untuk meningkatkan kemampuan peserta didik khususnya kemampuan akurasi *smash* dalam permainan bola voli. Selain itu meningkatkan kemampuan guru dalam menciptakan metode pembelajaran yang kreatif guna meningkatkan hasil belajar siswa dan meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugas secara profesional.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. LANDASAN TEORI

1. Permainan Bola Voli

Bola voli adalah olahraga permainan beregu, namun demikian penguasaan teknik dasar secara individual mutlak sangat diperlukan. Hal ini berarti bahwa dalam pembinaan pada tahap-tahap awal perlu ditekankan untuk penguasaan teknik-teknik dasar permainan. Seperti yang dikatakan oleh Suharno (1984: 12) bahwa penguasaan teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar dilakukan, sebab penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang kalahnya suatu regu dalam pertandingan, disamping kondisi fisik, taktik, dan mental.

Permainan bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Disamping itu kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Menurut Barbara L. Viera dan Bonnie J. Ferguson (1996) permainan bola voli mempunyai ciri dapat dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh lantai (*volleying*). Seperti olahraga beregu lainnya, bola voli menuntut kerjasama yang baik antar anggota regu, enam pemain bergerak dalam lapangan seluas 9 x 9 m (setengah dari

lapangan permainan) dan bekerja sama untuk mencapai tujuan permainan, yaitu memukul bola dengan tangan melewati jaring net dengan sedemikian rupa hingga pihak lawan tidak dapat mengembalikannya.

Manfaat lain dari bermain bola voli adalah; (1) kerjasama, (2) kecepatan bergerak, (3) lompatan yang tinggi untuk mengatasi bola diatas net (*smash* dan *block*) dan (4) kreatif (Suharno, 1985: 21). Oleh karena itu pemain memerlukan fisik yang baik, profil fisik yang tinggi dan atletis, sehat, terampil, cerdas, dan sikap sosial yang tinggi agar menjadi pemain yang berbobot (Suharno, 1985: 21). Permainan bola voli sejalan dengan perkembangan jaman mengalami beberapa perubahan terutama peraturan permainannya. Peraturan yang terbaru saat ini antara lain adalah tentang tata cara penilaiannya.

2. Teknik Bermain Bola Voli

Menurut M. Yunus (1992: 68) teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan-peraturan yang berlaku dalam bola voli untuk mencapai hasil yang optimal. Permainan bola voli mempunyai beberapa macam teknik dasar, yaitu: 1) Teknik *servis*, 2) Teknik pas bawah, 3) Teknik pas atas, 4) Teknik umpan, 5) Teknik *smash*, 6) Teknik bendungan (*block*) (Suharno, 1982: 14).

Berdasarkan syarat penguasaan teknik dasar bola voli, maka teknik-teknik dasar permainan bola voli dapat dibedakan sebagai berikut:

a. *Servis*

Menurut M.Yunus (1992: 69) *servis* merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik saat ini sebagai permulaan permainan tapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Sedangkan menurut Nuril Ahamadi (2007: 20) servis adalah pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melalui net ke daerah lawan. Pukulan *servis* dilakukan pada permulaan permainan dan setiap terjadinya kesalahan. Karena pukulan *servis* sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan *servis* harus meyakinkan, terarah, keras, dan menyulitkan lawan.

b. *Passing*

Nuril Ahmadi (2007: 22) menyatakan bahwa *passing* adalah upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu teknik terutama untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Sehingga *passing* seorang pemain haruslah akurat guna memperoleh strategi penyerangan yang baik pula. *Passing* dalam permainan bola voli merupakan suatu teknik

memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dengan satu atau dua tangan dengan tujuan untuk mengarahkan bola ke tempat lawan atau tempat sendiri untuk selanjutnya dimainkan kembali. Istilah lain yang dipakai dalam permainan bola voli adalah *set up* atau umpan (Bachtiar, 2004: 210). Dalam permainan bola voli, *passing* dapat dilakukan dengan cara *passing* bawah dan *passing* atas.

c. *Blocking*

Blocking merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukan merupakan teknik yang sulit untuk dilakukan. Namun keberhasilan dalam melakukan *block* memiliki presentase yang lebih kecil karena bola yang akan di *block* dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh oleh tinggi lompatan dan jangkauan tangan terhadap bola yang dipukul oleh lawan. *Block* dapat dilakukan dengan pergerakan aktif dan pasif dimana pergerakan aktif adalah saat melakukan *block* tangan digerakan ke kanan maupun ke kiri, sedangkan pergerakan pasif adalah saat melakukan *block* hanya dijulurkan ke atas tanpa ada pergerakan. *Blocking* dapat dilakukan oleh satu pemain, dua pemain maupun tiga pemain (Nuril Ahmadi, 2007: 30).

d. *Smash*

Smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan (M. Yunus, 1999: 108). Menurut Pranatahadi (2007: 31) *smash* adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring atau net sehingga mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikan. Pukulan *smash* juga sering disebut juga *spike*, dimana merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.

Dari sekian banyak teknik dasar yang ada, *smash* merupakan teknik yang selalu digunakan untuk menyerang dan menghasilkan angka serta meraih kemenangan. Karena permainan bola voli merupakan permainan cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan dengan teknik bertahan.

Beberapa faktor lain yang mempengaruhi dalam permainan bola voli adalah aspek biologis yang terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh dan struktur tubuh serta gizi, dan aspek psikologis, intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, serta koordinasi kerja otot dan saraf. Sedangkan faktor pendukung *smash* yaitu pemberian bola pada *smasher* yang bersangkutan serta *block*. *Block*

merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Pada posisi empat dan dua serangan pada umumnya dilakukan bola-bola tinggi, efektif menghasilkan angka. Umpan bola tinggi membentuk daerah sasaran yang lebih luas sehingga memudahkan *smasher* untuk menempatkan bola ke daerah sasaran yang diinginkan. Sedangkan pada posisi tiga serangan yang dilakukan dengan bola-bola sedang dan pendek lebih efektif menghasilkan angka karena pola serangan menjadi lebih cepat dan mempersulit lawan untuk melakukan antisipasi datangnya bola.

Smash dapat dilakukan dari semua posisi. Posisi empat, tiga, dan dua, posisi ini yang sering dipergunakan untuk menyerang. Dari ketiga posisi tersebut seorang pelatih atau guru harus memperhatikan tingkat kesulitan dan posisi yang paling efektif untuk menghasilkan angka sehingga mampu menyusun tim berdasarkan tipe-tipe pemain secara tepat. Tipe-tipe pemain dalam permainan bola voli itu antara lain tipe pemain penyerang, tipe pemain bertahan, tipe pemain pengumpan, tipe pemain serba bisa.

Beberapa faktor yang menentukan keberhasilan seseorang dalam melakukan *smash* adalah timing atau ketepatan, meliputi:

- a. Ketepatan saat melakukan awalan,
- b. Ketepatan saat meloncat,
- c. Ketepatan saat memukul bola.

3. Ketepatan *Smash*

a. Pengertian Ketepatan

Menurut Suharno (1981: 32), “ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuannya”. Dengan kata lain bahwa ketepatan adalah kesesuaian antara kehendak (yang diinginkan) dan kenyataan (hasil) yang diperoleh terhadap sasaran (tujuan) tertentu. Ketepatan merupakan faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai target yang diinginkan. Ketepatan berhubungan dengan keinginan seseorang untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu.

Selain gerakan-gerakan yang dilakukan untuk mencapai sasaran, ketepatan juga diartikan sebagai ketepatan jalannya suatu gerakan atau rangkaian gerak untuk mencapai hasil yang dicapai. Suharno (1981: 32) menyatakan bahwa manfaat ketepatan dalam permainan bola voli antara lain meningkatkan prestasi atlet, gerakan anak latih dapat efektif dan efisien, mencegah terjadinya cedera, mempermudah menguasai teknik dan taktik.

1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketepatan

Ketepatan dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subyek sehingga dapat dikontrol oleh subyek. Faktor eksternal dipengaruhi dari luar subyek, dan tidak dapat dikontrol oleh dari subyek.

Menurut Suharno (1981: 32), faktor-faktor penentu baik tidaknya ketepatan (*accuracy*) adalah:

- a) Koordinasi tinggi,
- b) Besar kecilnya sasaran
- c) Ketajaman indera dan pengaturan syaraf,
- d) Jauh dekatnya sasaran,
- e) Penguasaan teknik yang benar akan mempunyai sumbangan baik terhadap ketepatan mengarahkan gerakan,
- f) Cepat lambatnya gerakan
- g) Feeling dan Ketelitian, dan
- h) Kuat lemahnya suatu gerakan.

Dari uraian diatas dapat digolongkan antara faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain koordinasi ketajaman indera, penguasaan teknik, cepat lambatnya gerakan, *feeling* dan ketelitian, serta kuat lemahnya suatu gerakan. Faktor internal dipengaruhi oleh keadaan subyek. Sedangkan faktor eksternal antara lain besar kecilnya sasaran dan jauh dekatnya jarak sasaran.

Selanjutnya Sukadiyanto (2002: 102-104) mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan, antara lain: tingkat kesulitan, pengalaman, keterampilan sebelumnya, jenis keterampilan, perasaan, dan kemampuan mengantisipasi gerak.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menentukan ketepatan adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang (internal) dan faktor yang berasal dari luar diri seseorang (eksternal). Faktor internal antara lain ketrampilan (koordinasi, kuat lemah gerakan, cepat lambatnya gerakan, penguasaan teknik, kemampuan mengantisipasi gerak), dan perasaan (*feeling*, ketelitian, ketajaman indera). Sedangkan faktor eksternal antara lain tingkat kesulitan (besar kecilnya sasaran, jarak), dan keadaan lingkungan.

Agar seseorang memiliki ketepatan (*accuracy*) yang baik maka perlu diberikan latihan-latihan tertentu. Suharno (1981: 32), menyatakan bahwa latihan ketepatan mempunyai ciri-ciri, antara lain harus ada target tertentu untuk sasaran gerak, kecermatan/ketelitian gerak sangat menonjol kelihatan dalam gerak (ketenangan), waktu dan frekuensi gerak tertentu sesuai dengan peraturan, adanya sesuatu penilaian dalam target dan latihan mengarahkan gerakan secara teratur dan terarah.

Suharno (1981: 33) memberikan contoh-contoh latihan ketepatan dalam permainan bola voli seperti berikut:

- a) Latihan servis dengan mengarahkan bola ke sasaran 2 m x 9 m bagian belakang lapangan servis bola voli,
- b) Latihan umpan dengan usaha untuk memasukan bola ke keranjang atau ring basket yang telah ditentukan jarak dan tingginya,

- c) *Smash* bola ke arah sasaran tertentu dengan bentuk bujur sangkar panjang 2 m di daerah tepi belakang garis serang lapangan bola voli.

Dalam kaitannya dengan ketepatan ada masalah-masalah yang perlu diperhatikan, yaitu:

- a) Faktor kecermatan dan ketelitian merupakan unsur dasar untuk peningkatan ketepatan,
- b) Melatih koodinasi berarti meningkatkan sumbangannya terhadap mutu ketepatan.
- c) Cara melatih suatu hasil teknik, unsur ketepatan perlu didahulukan daripada kecepatan dan kekuatan gerakan teknik itu.
- d) Sikap ketenangan, kesabaran, dan konsentrasi merupakan modal mental untuk mencapai ketepatan tinggi.

Ketepatan merupakan kemampuan untuk mengarahkan sesuatu sesuatu kepada obyek sesuai dengan kehendak atau keinginan dengan tujuan-tujuan tertentu. Mengenai tepat sasaran yang dimaksud adalah bagaimana seseorang *smasher* mampu memukul bola mengarah pada sasaran yang ditentukan dalam permainan bola voli. Jadi, ketepatan adalah gerakan lanjutan yang dilakukan seorang pemain bola voli dalam mengendalikan gerakan-gerakan atau teknik tertentu.

Ketepatan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan (jumlah skor yang diperoleh) dalam melakukan *smash* sebanyak 6 kali setiap pemain yang dilakukan sesuai peraturan permainan. *Smash* dilakukan oleh *smasher* digaris serang dengan petugas sebagai pengumpan.

4. Kinerja *Smash*

Kinerja *Smash* menurut Basri dan Rivai (2005: 309) adalah kesediaan seseorang atau kelompok orang untuk melakukan sesuatu kegiatan dan menyempurnakannya sesuai dengan tanggung jawab dengan hasil seperti yang diharapkan. Kemudian menurut Ambar Teguh Sulistiyani dan Rosidah (2003: 223) “Kinerja seseorang merupakan kombinasi dari kemampuan, usaha, dan kesempatan yang dinilai dari hasil kerjanya”. Kinerja merupakan suatu hasil kerja yang dicapai seseorang dalam melaksanakan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya yang didasarkan atas kecakapan, pengalaman, dan kesungguhan serta waktu

Kinerja merupakan suatu kondisi yang harus diketahui dan dikonfirmasi kepada pihak tertentu untuk mengetahui tingkat pencapaian hasil tertentu. Berdasarkan pengertian kinerja diatas, maka kinerja *smash* dapat diartikan sebagai hasil pelaksanaan *smash* berdasarkan kualitas dan kuantitas yang dicapai oleh seorang atlet dalam melakukan *smash* yang dinilai sesuai dengan kombinasi dan kemampuan gerakannya. Beutelstahl (1989: 23) membagi tahapan *smash* menjadi empat tahap, yaitu:

- a) Tahap pertama: *Run up* (lari menghampiri)
- b) Tahap kedua: *Take off* (lepas landas)
- c) Tahap ketiga: *Hit* (memukul saat melayang diudara)
- d) Tahap keempat: *Landing* (mendarat)

Dari tahap-tahap tersebut dapat diartikan bahwa dalam melakukan *smash* terdapat beberapa tahap yaitu awalan, saat melompat, saat memukul bola, dan saat mendarat. Uraian lebih jelas tahap-tahap tersebut ada dibawah ini (M. Yunus 1992: 11-15)

a. Tahap Awalan

Awalan tergantung dari lintasan bola umpan, kira-kira 2,5 sampai 4 meter dari jatuhnya bola. Langkah terakhir paling menentukan pada waktu mulai meloncat sehingga smasher harus memperhatikan baik-baik posisi kaki yang akan meloncat dan berada di tanah lebih dahulu, kaki lain menyusul di sebelahnya. Arah yang diambil harus diatur sedemikian rupa, sehingga atlet akan berada di belakang bola pada saat akan meloncat. Tubuh saat itu berada pada posisi menghadap net. Kedua lengan yang menjulur ke depan diayunkan ke belakang dan ke atas sesudah langkah pertama, kemudian diayunkan ke depan sehingga pada saat meloncat kedua lengan itu tergantung ke bawah di depan tubuh atlet.



Gambar 1. Tahap awalan dalam *smash*

Sumber: M. Yunus (1992: 112)

b. Tahap Meloncat

Untuk memukul *right hand* langkahkan kaki kiri ke depan dengan langkah biasa kemudian diikuti kaki kanan yang panjang, diikuti dengan segera oleh kaki kiri yang diletakkan samping kaki kanan (untuk pemukul *left hand* sebaliknya). Langkah pada waktu meloncat harus berlangsung dengan lancar tanpa terputus-putus. Pada waktu meloncat kedua lengan yang menjulur digerakkan ke atas. Tubuh diteruskan, kaki yang digunakan untuk meloncat yang memberikan kekuatan pada saat meloncat. Lengan yang dipakai untuk memukul serta sisi badan diputar sedikit sehingga menjauhi bola, punggung agak membungkuk dan lengan yang lain tetap dipertahankan setinggi kepala yang berguna untuk mengatur keseimbangan secara keseluruhan.

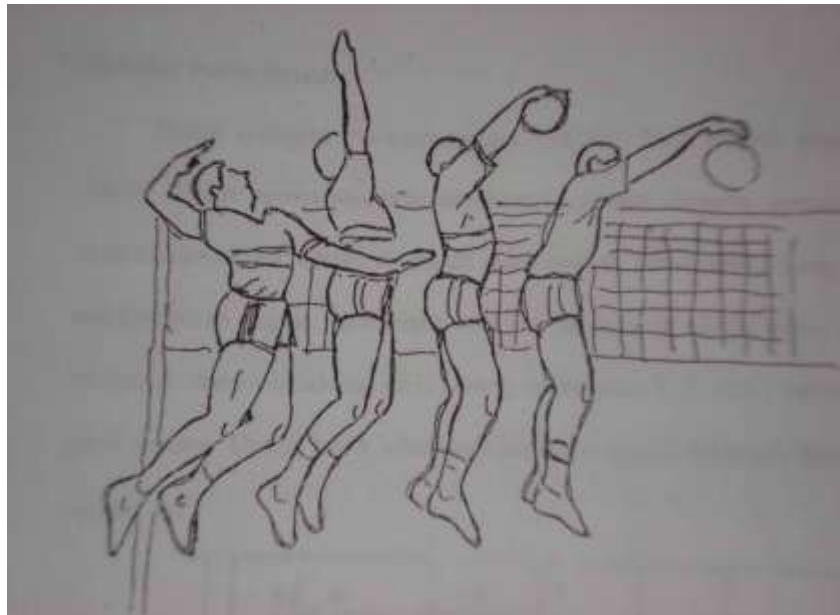


Gambar 2. Tahap meloncat dalam *smash*

Sumber: M.Yunus (1992:113)

c. Tahap saat Memukul Bola

Dalam gerakan memukul dapat disesuaikan dengan jenis *smash* yang ada. Gerakan memukul hasilnya akan lebih baik hasilnya apabila menggunakan lecutan tangan, lengan, dan membungkukkan badan. Suharno (1982: 34) menyatakan setelah *smasher* berada diudara dan lengan sudah terangkat keatas dilanjutkan gerakan memukul bola dan hasil pukulannya akan lebih sempurna apabila *smasher* menggunakan lecutan tangan, lengan, dan membungkukkan badan merupakan kesatuan gerak yang harmonis.



Gambar 3. Tahap memukul bola dalam smash
Sumber: M. Yunus (1992: 113)

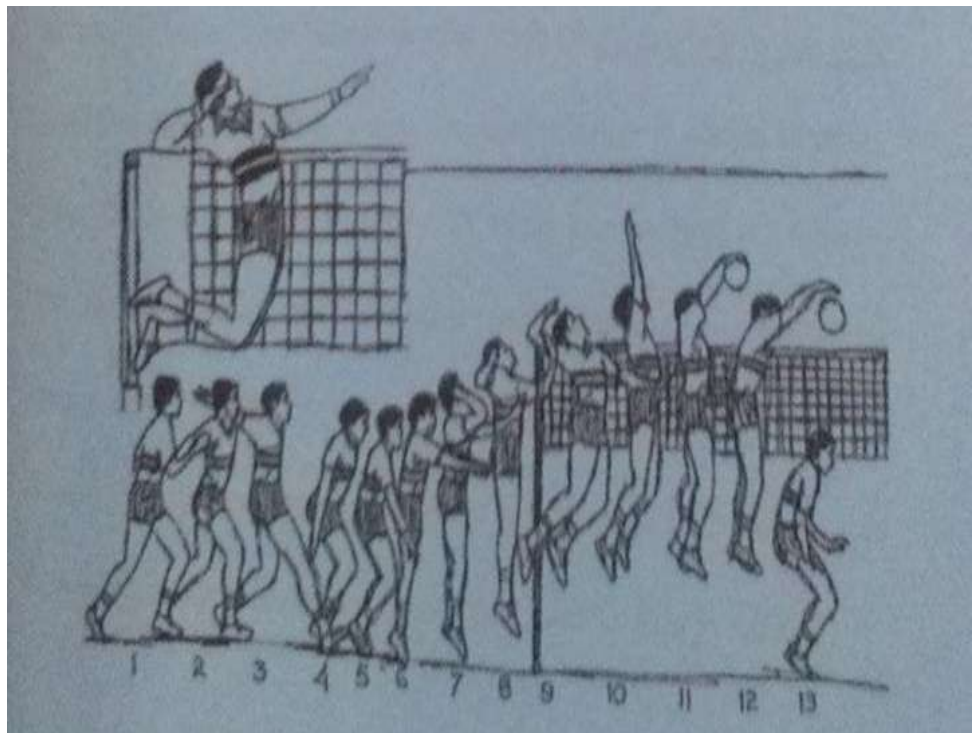
d. Tahap Mendarat

Cara mendarat dalam setiap *smash* sama yaitu pada saat tubuh bagian atas membungkuk ke depan, kaki diarahkan ke depan untuk mempertahankan keseimbangan. Atlet mendarat pada kedua kakinya dengan sedikit ditebuk.



Gambar 4. Tahap mendarat dalam *smash*
Sumber: M. Yunus (1992: 114)

Teknik *smash* digunakan sebagai senjata untuk menyerang dan mengumpulkan angka dalam permainan bola voli. Mengingat pentingnya hal tersebut maka pelaksanaan teknik *smash* dalam pertandingan harus efektif. Dalam melakukan smash terdapat beberapa tahap yaitu awalan, saat melompat, saat memukul bola, dan saat mendarat.



Gambar 5. *Smash* normal
Sumber: M. Yunus (1992: 114)

5. *Target Games* dalam *Teaching Games for Understanding* (TGfU)

Teaching Games for Understanding (TGfU) adalah sebuah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada pengembangan kemampuan peserta didik dalam memainkan permainan untuk meningkatkan penampilan di dalam kegiatan-kegiatan jasmani. TGfU merupakan sebuah pendekatan pembelajaran kepada siswa yang membantu perkembangan kesadaran taktik dan pembelajaran keterampilan. TGfU berusaha merangsang anak untuk memahami kesadaran taktis dari bagaimana memainkan suatu permainan untuk mendapatkan manfaatnya sehingga dapat dengan cepat mampu mengambil keputusan apa yang harus dilakukan dan bagaimana melakukannya. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa TGfU memiliki ciri khas dalam pengelolaan permainannya yang setiap bentuk permainan memiliki ciri khas dan karakteristik tersendiri yang tentunya memberikan rasa kesenangan berbeda pada para pemainnya dan yang membedakan permainan dalam 4 klasifikasi bentuk permainan, yaitu:

- a) *Target games* (permainan target), yaitu permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.
- b) *Net/wall games* (permainan net), yaitu permainan yang dilakukan dengan memisahkan area permainan dengan dibatasi dengan net dengan tinggi yang sudah ditentukan.

- c) *Striking/fielding games* (permainan pukul-tangkap-lari), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan cara memukul bola atau proyektil, kemudian pemukul berlari mencari daerah yang aman yang telah ditentukan.
- d) *Invasion games* (permainan serangan/invasi), yaitu permainan yang dilakukan oleh tim dengan memasukan bola atau yang sejenis ke dalam gawang atau keranjang.

Target games adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam TGfU yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Mitchell, Oslin dan Griffin (2003: 21) menjelaskan “*in target games, players score by throwing or striking a ball to a target*”. *Target games* merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan akurasi yang tinggi dalam permainannya. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lain, karena hampir setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasarannya. Misalnya, permainan bola basket, sepak bola dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam. Bentuk *target games* yang dapat dilakukan dalam permainan bola voli adalah dengan melakukan *smash* yang akurat ke sasaran atau target yang dapat mematikan lawan sehingga mendapatkan nilai atau poin.

Dalam *target games* siswa didorong mengembangkan kesadaran taktis dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi

orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan siswa harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Kemampuan untuk memiliki keterampilan dalam permainan target secara tenang, percaya diri, konsentrasi, dan fokus pada target akan membantu seorang anak menganggap dirinya mampu serta akan membuat seorang mahasiswa merasa positif dan yakin akan kemampuan dirinya. Perubahan itu dapat berupa sesuatu yang baru, yang segera tampak dalam perilaku nyata maupun tersembunyi. Proses belajar dapat berlangsung bila disertai kesadaran dan intensitas kemauan dari individu yang belajar. Sikap dan perbuatan yang ditunjukkan dalam kemandirian merupakan kebutuhan dasar dari setiap individu untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan diri.

Pembelajaran pendidikan jasmani melalui *target games* yang dilakukan, harus bisa mendorong mahasiswa untuk memiliki nilai-nilai yang terkandung di dalam pembelajaran tersebut. Nilai yang diharapkan muncul adalah:

a. Kemandirian sikap

Manusia pada waktu dilahirkan belum membawa sikap tertentu terhadap suatu obyek. Dengan demikian sikap itu terbentuk dalam perkembangan individu yang bersangkutan dan perkembangan individu bisa melalui interaksi sosial.

b. Kemandirian belajar

Suatu keadaan yang memungkinkan seseorang mengatur dan mengarahkan diri sendiri sesuai tingkat perkembangannya. Kemandirian belajar siswa akan dapat mengembangkan nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan dalam hal sebagai berikut: (a) membuat keputusan yang bertanggung jawab, (b) menentukan aktivitas belajar sesuai keinginan sendiri, (c) membuat pengertian sesuai pemahaman, (d) menyadari tentang kenapa dan bagaimana memperoleh pengetahuan baru sesuai dengan minat dan kebutuhan mereka. Kemandirian belajar akan tumbuh apabila pada diri seseorang memiliki pemahaman yang positif terhadap permasalahan pembelajaran yang dihadapi.

c. Pembentukan karakter

Pendidikan Jasmani (penjas) merupakan suatu upaya pendidikan yang dilakukan terhadap anak-anak agar mereka dapat belajar bergerak dan belajar melalui gerak serta berkepribadian yang tangguh, sehat jasmani dan rohani.

d. Pembentukan kepribadian

Merupakan sifat dan tingkah laku khas seseorang yang membedakannya dengan orang lain; integrasi karakteristik dari struktur-struktur, pola tingkah laku, minat, pendirian, kemampuan dan potensi yang dimiliki seseorang, segala sesuatu mengenai diri seseorang sebagaimana diketahui oleh orang lain.

Target games perlu dikemas dalam bentuk permainan. Permainan dapat dimaknai dengan dua pengertian. Pertama, permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menang kalah. Permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

6. Hakikat Ekstrakurikuler Olahraga

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan bakat serta kemampuan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler biasanya ada di setiap sekolah–sekolah dari sekolah dasar sampai ke sekolah menengah atas, Kegiatan ekstrakurikuler itu bermacam–macam tetapi disini penulis membatasi pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang ada di dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di SMP.

Menurut Mulyono (2008: 187). Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran (kurikulum) untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia (SDM) yang dimiliki peserta didik, baik berkaitan

dengan aplikasi ilmu pengetahuan yang didapatkannya maupun dalam pengertian khusus untuk membimbing peserta didik dalam mengembangkan potensi dan bakat yang ada dalam dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang wajib maupun pilihan. Sedangkan pada umumnya kegiatan ekstrakurikuler adalah berbagai kegiatan sekolah yang dilakukan dalam rangka memberikan kesempatan pada peserta untuk mengembangkan potensi, minat dan hobi yang dimilikinya yang dilakukan di luar jam pelajaran normal.

Sementara itu menurut Popi Sopiaturun (2010: 98). Kegiatan Ekstrakurikuler adalah wahana pengembangan pribadi peserta didik melalui berbagai aktivitas, baik yang terkait langsung maupun tidak langsung dengan materi kurikulum, sebagai bagian tak terpisahkan dari tujuan kelembagaan. Di samping itu, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang bernilai tambah yang diberikan sebagai pendamping pelajaran yang diberikan secara intrakurikuler, dan tidak hanya sebagai pelengkap suatu proses kegiatan belajar mengajar, tetapi juga sebagai sarana agar siswa memiliki nilai plus, selain pelajaran akademis yang bermanfaat bagi kehidupan yang bermasyarakat.

Berdasarkan pengertian tentang ekstrakurikuler diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan sebuah upaya untuk melengkapi kegiatan kurikuler yang berada di luar jam pelajaran yang dilakukan di dalam lingkungan sekolah maupun di luar

lingkungan sekolah guna melengkapi pembinaan manusia dalam pembentukan kepribadian para siswa.

Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler Menurut Popi Sopiaturun (2010: 98) adalah menumbuh kembangkan pribadi siswa yang sehat jasmani dan rohani, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki kepedulian dan tanggung jawab terhadap lingkungan sosial, budaya dan alam sekitarnya, serta menanamkan sifat sebagai warga negara yang baik dan tanggung jawab melalui berbagai kegiatan positif di bawah tanggung jawab sekolah. Sedangkan menurut Mulyono (2008: 188) fungsi dan tujuan ekstrakurikuler adalah:

- a. meningkatkan kemampuan peserta didik sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam semesta.
- b. menyalurkan dan mengembangkan potensi dan bakat peserta didik agar dapat menjadi manusia yang berkeaktifitas tinggi dan penuh dengan karya.
- c. melatih sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan, dan tanggung jawab dalam menjalankan tugas.
- d. mengembangkan etika dan akhlak yang mengintegrasikan hubungan dengan Tuhan, Rosul, manusia, alam semesta, bahkan diri sendiri.
- e. mengembangkan sensitivitas peserta didik dalam melihat persoalan-persoalan sosial, keagamaan sehingga menjadi insan yang proaktif terhadap permasalahan sosial keagamaan.
- f. memberikan bimbingan dan arahan serta pelatihan kepada peserta didik agar memiliki fisik yang sehat, bugar, kuat, cekatan dan terampil.
- g. memberi peluang peserta didik agar memiliki kemampuan untuk komunikasi dengan baik secara verbal dan nonverbal.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler

Menurut Depdikbud dalam B. Suryosubroto (2002: 276) adalah

- a. Kegiatan ekstrakurikuler yang diberikan kepada siswa secara perorangan atau kelompok ditetapkan oleh sekolah

- b. Berdasarkan minat siswa, tersedianya fasilitas yang diperlukan serta adanya guru atau petugas untuk itu, bilamana kegiatan tersebut memerlukanya
- c. Kegiatan-kegiatan yang direncanakan untuk diberikan kepada siswa hendaknya diperhatikan keselamatanya dan kemampuan siswa serta kondisi sosial budaya setempat.

Selain itu juga kegiatan ekstrakurikuler siswa pada intinya terdiri atas:

- a. mendatangi pertemuan
- b. melibatkan diri dalam diskusi
- c. melibatkan diri dalam aspek organisasi dari proses partisipasi.
- d. mengambil bagian dalam proses keputusan dengan cara menyatakan pendapat atau masalah.
- e. ikut serta memanfaatkan hasil. (B.Suryosubroto 2002: 286)

Dengan demikian melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga inilah

minat dan bakat siswa siswi mendapat sentuhan awal untuk melahirkan atlet-atlet berbakat yang berprestasi dalam cabang olahraga. Untuk mengelola kegiatan ekstrakurikuler sebagai media yang menghasilkan bibit olahraga yang berbakat, maka diperlukan penanganan dari pelatihnya. Sasaran dari ekstrakurikuler Olahraga adalah siswa yang memiliki minat dan bakat dalam Cabang Olahraga. Sebelumnya penulis telah memaparkan pengertian dari ekstrakurikuler itu sendiri, sekarang penulis akan menjelaskan apa itu pengertian Olahraga.

Menurut Brikman dalam Rusli Lutan (2001: viii). Olahraga merupakan tata latar yang ideal untuk memperkenalkan kepada anak-anak pemikiran moral konvensional. Selain itu, olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakan (*performa*) dan kemauanya semaksimal mungkin. Sedangkan Menurut UNESCO dalam Rusli Lutan (2001:

38). olahraga yaitu setiap aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain atau pun diri sendiri. Menurut Harsono dalam Herman Subdrjah (2001: 22) bahwa olahraga bukan hanya merupakan masalah fisik saja yaitu yang berhubungan dengan gerakan-gerakan anggota tubuh, otot, tulang, dan sebagainya.

Tujuan dan penjelasan dari Olahraga Ekstrakurikuler adalah membentuk prestasi dalam setiap kegiatan olahraga itu sendiri, sedangkan tujuan lainnya adalah merupakan pembentukan kesadaran terhadap kesehatan diri serta menyelaraskan antara rohani dan jasmani. Jadi, menurut pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan fisik yang berisikan perjuangan dengan diri sendiri atau dengan orang lain yang dilakukan di luar jam pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga guna mencapai prestasi. Cabang olahraga yang ada di setiap sekolah berbeda-beda tergantung kebijakan dari sekolah tersebut, cabang olahraga yang sering ada di sekolah antara lain adalah Sepakbola, Basket, Voli, Tenis Meja, Renang, Futsal.

7. Hubungan Ketepatan atau Akurasi dengan Permainan Target

Ketepatan berhubungan dengan keinginan seseorang untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu. Seperti dari pendapat para ahli sebelumnya tentang hakikat ketepatan. Ketepatan tidaklah tercipta dalam tubuh manusia melainkan ketepatan dibentuk dari

diri manusia. Dalam konsep ini adalah latihan yang berperan dalam peningkatan ketepatan *smash*. Latihan peningkatan ketepatan adalah jenis latihan melalui kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran dengan maksud untuk peningkatan ketepatan tersebut.

Permainan target (*target games*) adalah suatu aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Permainan target dalam penelitian ini memiliki unsur dan karakteristik yang dapat memberikan pengaruh dalam upaya peningkatan ketepatan *smash*. Gerakan *smash* yang dilakukan dan selalu diarahkan ke sasaran target yang telah disediakan dengan jarak maupun ukuran target yang berbeda-beda secara berulang-ulang sehingga dalam permainan target ini terdapat unsur-unsur latihan peningkatan ketepatan.

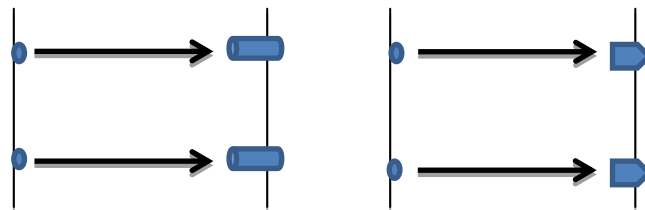
8. Bentuk Latihan dengan Metode Permainan Target (*Target Games*)

Permainan target berhubungan dengan sasaran atau suatu objek tertentu. Dalam penelitian ini ada beberapa macam permainan yang telah dimodifikasi peneliti. Bentuk permainannya disesuaikan dengan karakteristik permainan target yang sesungguhnya dan disesuaikan dengan cabang olahraga yang akan diteliti yaitu bola voli. Bentuk permainannya sebagai berikut:

1) Menggelindingkan bola

Permainan ini menggunakan bola tenis dengan sasaran botol air mineral bekas dan *cone*. Siswa menggelindingkan bola ke target

dengan jarak 5 meter dan 8 meter dengan skor jika bola dapat menjatuhkan target botol air mineral maka mendapatkan poin 1, jika bola masuk ke *cone* mendapat poin 2, dan jika tidak jatuh/masuk sasaran tidak mendapatkan poin atau 0. Tujuan permainan ini agar siswa memahami konsep ketepatan sebelum menuju ke permainan yang lebih mengarah ke materi yang akan diteliti.




Gambar 6. Permainan target dengan sasaran botol mineral dan *cone*

Sumber: (Dokumentasi Pribadi)

Keterangan :

  : target (botol air mineral dan *cone*)

 : bola kasti

 : arah bola ke target

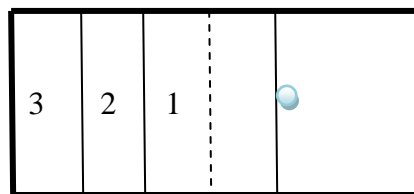
Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Siswa dibagi menjadi 5 kelompok yang terdiri dari 6 orang disetiap kelompok yang akan bergiliran menjadi penggelinding dan penjaga bola dibelakang sasaran target.
- b) Siswa berdiri pada garis 5m atau 8m yang sudah diukur dari sasaran target.
- c) Saat aba-aba peluit dari pembina/pelatih siswa mulai menggelindingkan bola ke sasaran sebanyak 3 kali. Setelah

melakukan 3 kali, bergantian dengan siswa yang berjaga dibelakang sasaran, begitu seterusnya hingga repetisi program latihan selesai.

2) Melempar bola tenis ke sasaran

Permainan ini menuntut gerakan pergelangan tangan untuk melecut agar hasil smash tajam dan tepat sasaran. Lemparan bola tenis menuju sasaran target menggunakan lemparan *overhead* atau di atas kepala seperti gerakan *smash* pada bola voli. Sasaran menggunakan lapangan bola voli yang sudah diukur dan diberi angka sesuai hasil lemparan siswa. Jika bola masuk pada target dengan angka 1 maka mendapatkan poin 1, jika bola masuk pada target angka 2 maka mendapatkan poin 3, jika bola masuk pada target angka 3 maka mendapatkan poin 3, dan jika tidak masuk ke target maka tidak mendapatkan poin atau 0. Jarak lemparan 3 meter dari net atau digaris serang dalam permainan bola voli.



Gambar 7. Permainan target dengan sasaran didaerah lawan
Sumber: (Dokumentasi Pribadi)

Keterangan:

⋮ : net

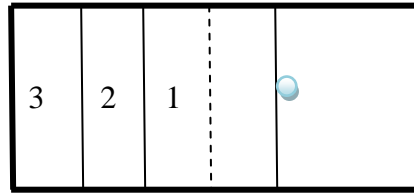
● : bola

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Siswa dibagi menjadi 5 kelompok yang terdiri dari 6 orang disetiap kelompok yang akan bergiliran menjadi pelempar dan penjaga bola dibelakang sasaran target.
- b) Siswa berdiri pada garis 3m atau digaris serang dalam permainan bola voli.
- c) Saat aba-aba peluit dari pembina/pelatih siswa mulai melemparkan bola ke sasaran sebanyak 3 kali. Setelah melakukan 3 kali, bergantian dengan siswa yang berjaga dibelakang sasaran, begitu seterusnya hingga repetisi program latihan selesai.

3. Melempar bola standar dengan bola voli

Permainan ini sudah menuju ke materi yang sesungguhnya. Lemparan bola menggunakan satu tangan sambil melompat dan melempar bola menuju sasaran target menggunakan lemparan *overhead* atau diatas kepala seperti gerakan *smash* pada bola voli. Sasaran menggunakan lapangan bola voli yang sudah diukur dan diberi angka sesuai hasil lemparan siswa. Jika bola masuk pada target dengan angka 1 maka mendapatkan poin 1, jika bola masuk pada target angka 2 maka mendapatkan poin 3, jika bola masuk pada target angka 3 maka mendapatkan poin 3, dan jika tidak masuk ke target maka tidak mendapatkan poin atau 0. Jarak lemparan 3 meter dari net atau digaris serang dalam permainan bola voli.



Gambar 8. Permainan target dengan sasaran didaerah lawan

Sumber: (Dokumentasi Pribadi)

Keterangan:

⋮ : net

● : bola

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Siswa dibagi menjadi 5 kelompok yang terdiri dari 6 orang disetiap kelompok yang akan bergiliran menjadi pelempar dan penjaga bola dibelakang sasaran target.
- b) Siswa berdiri pada garis 3m atau digaris serang dalam permainan bola voli.
- c) Saat aba-aba peluit dari pembina/pelatih siswa mulai melemparkan bola ke sasaran sebanyak 3 kali. Setelah melakukan 3 kali, bergantian dengan siswa yang berjaga dibelakang sasaran, begitu seterusnya hingga repetisi program latihan selesai.

B. Penelitian Relevan

1. Penelitian yang diteliti oleh Purwanto (NIM 08601247045) tahun 2010 dengan judul pengaruh pembelajaran dengan model bermain terhadap kemampuan *passing* siswa kelas atas dalam bermain bola voli di SMA Negeri 3 Glagah Kecamatan Temon Kabupaten Kulon Progo dengan nilai t hitung sebesar 7,050 dan t tabel sebesar 1,678.
2. Penelitian yang diteliti oleh Sigit Ari Wahyudi (NIM 06601244196) tahun 2011 dengan judul pengaruh pembelajaran bola voli dengan menggunakan modifikasi bola karet terhadap peningkatan penguasaan teknik *passing* bawah pada siswa SMA N 1 Wotbakah Kecamatan Japah Kabupaten Blora. Hasil penelitian pada siswa putri memperoleh t hitung sebesar 2,794 dan t tabel sebesar 1,860 pada siswa putra diperoleh t hitung sebesar 12,486 dan t tabel sebesar 1,860 karena t hitung lebih besar dari t tabel maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran bola voli dengan menggunakan modifikasi bola karet terhadap peningkatan penggunaan teknik *passing bawah* pada siswa SMA N 1 Wotbakah Kecamatan Japah Kabupaten Blora.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teoritik, untuk meningkatkan kemampuan akurasi *smash* dengan menggunakan *target games* sehingga dapat menentukan sasaran yang tepat dan akurat. Tes dapat digunakan untuk mengetahui pengaruh kemampuan akurasi *smash* dengan *target games*

peserta kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 2 Berbah Sleman. Tes peningkatan kemampuan akurasi *smash* dengan penggunaan metode *target games* salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh pelatih dan pembina untuk mengetahui sampai seberapa jauh peningkatan kemampuan akurasi *smash* yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 2 Berbah Sleman. Hal ini diharapkan akan dapat memperlancar jalannya proses pembelajaran dan pelatihan agar lebih berhasil dalam mencapai tujuan.

D. Hipotesis

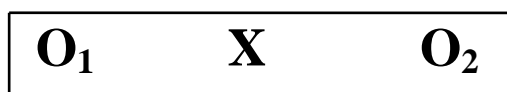
Suharsimi Arikunto (2006: 67) menyatakan hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan analisis yang telah dikemukakan di atas, maka disusun hipotesis sebagai berikut:

- 1) Ada Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bola voli putera di SMP N 2 Berbah Sleman.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain (*design*) penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai ancar-ancar kegiatan, yang akan dilaksanakan (Suharsimi Arikunto 2013: 90). Penelitian ini adalah *quasi experiment pretest-posttest group design* yaitu eksperimen yang dilakukan hanya pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen (O_1) disebut *pre-test*, dan observasi sesudah eksperimen (O_2) disebut *post-test* (Suharsimi Arikunto 2013: 124). Kelompok dalam penelitian ini diberi *pretest*, *treatment*, dan *posttest*. Dalam penelitian ini penulis mencoba membuktikan bahwa permainan target (*target games*) berpengaruh terhadap peningkatan akurasi atau ketepatan *smash* pada siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMP N 2 Berbah Sleman. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan tes awal (*pretest*) lebih dahulu, kemudian diberi perlakuan dengan permainan target (*treatment*), setelah itu diberi test akhir (*posttest*). Adapun desain penelitian dituangkan dalam bentuk gambar sebagai berikut:



Gambar 9. Desain Penelitian
Sumber : Suharsimi Arikunto (2013: 124)

Keterangan:

$O_1, Pretest$: Tes awal dengan pukulan *smash* diumpun yang dilakukan dengan memukul bola sebanyak 6 kali *smash*, dilakukan sebelum subyek mendapatkan perlakuan (*treatment*).

X : Perlakuan (*treatment*) menggunakan permainan target.

$O_2, Posttest$: Tes akhir dengan *smash* diumpun 6 kali dengan daerah sasaran, setelah subyek mendapat perlakuan eksperimen.

B. Populasi

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2013: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi tidak hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek atau subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subyek atau obyek itu. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli putra SMPN 2 Berbah kelompok usia 13-15 tahun yang berjumlah 15 anak.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 169) mendefinisikan variabel segala gejala yang bervariasi yang menjadi objek penelitian misalnya jenis

kelamin, karena jenis kelamin mempunyai variasi laki-laki dan perempuan, berat badan karena ada berat 40 kg, 50 kg dan sebagainya. Gejala adalah objek penelitian, sehingga variabel adalah objek penelitian yang bervariasi. Pada peneliti yang melihatkan pengaruh *treatment*, maka ada variabel yang mempengaruhi dan variabel akibat. Suharsimi Arikunto (2013: 162) bahwa variabel yang mempengaruhi disebut variabel penyebab, variabel bebas atau independent variabel, sedangkan variabel disebut variabel tak bebas, variabel tergantung, variabel terkait atau dependens variabel. Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas terdiri dari latihan dengan permainan target (*target games*).
2. Variabel terikat adalah kemampuan ketepatan atau akurasi smash siswa peserta ekstrakurikuler bola voli SMP N 2 Berbah Sleman.

Definisi operasional yang berkaitan dengan penelitian ini meliputi:

1. Permainan target (*target games*) adalah suatu bentuk permainan akurasi penyampaian objek pada sasaran tertentu yang disusun dengan nilai-nilai bermain dan dilakukan selama 12 kali pertemuan serta telah dimodifikasi sesuai dengan tujuan meningkatkan akurasi *smash* dalam bola voli.
2. Ketepatan atau akurasi *smash* adalah ketepatan hasil *smash* sebanyak 6 kali percobaan dengan menggunakan instrumen tes ketepatan *smash* oleh Depdiknas (1999). Jatuhnya bola pada sasaran yang akan menjadi pedoman hasil tes.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah, demikian menurut Suharsimi Arikunto (2013: 262). Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah memukul bola dengan keras dan tajam (*smash*) ke sasaran pada lapangan bola voli yang telah ditandai dan diberi nomor pada garis lapangan bola voli. Tujuannya untuk mengukur kemampuan ketepatan atau akurasi *smash* dalam permainan bola voli. Tes kemampuan ketepatan atau akurasi *smash* bola voli yang digunakan adalah tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun Depdiknas (1999). Dalam tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun ini yang perlu disiapkan dan tahap pelaksanaannya sebagai berikut:

1. *Smash*

a. Tujuan

Untuk mengukur keterampilan melakukan *smash*.

b. Alat dan perlengkapan

- 1) Tinggi net 2,30 m untuk putra
- 2) Bola voli
- 3) Lapangan bola voli ukuran normal lengkap dengan tiang dan net, dan dibuat garis-garis yang membatasi sasaran nilai

c. Petugas tes

Petugas tes terdiri dari 2 orang yang masing-masing bertugas sebagai berikut :

1) Petugas tes I

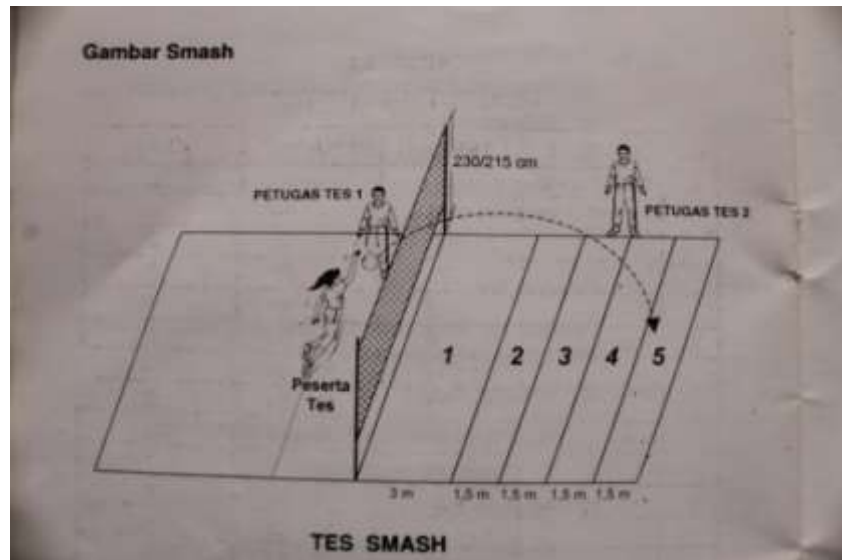
- a) Berdiri didekat net
- b) Sebagai pengumpan

2) Petugas tes II

- a) Berdiri tidak jauh dari area sasaran
- b) Menghitung dan mencatat hasil tes

d. Pelaksanaan tes

- 1) Peserta tes berdiri digaris serang, pengumpan berdiri ditengah dekat net dan melambungkan bola untuk dismath peserta tes.
- 2) Pada saat bersamaan peserta tes melakukan smash sambil melompat dan mengarah pada sasarn yang paling tinggi.
- 3) Melakukan smash sebanyak 6 kali.
- 4) Apabila bola lambung tidak sempurna maka dapat diulang kembali.



Gambar 10. Instrumen Tes Kemampuan Akurasi *Smash*

Sumber: Tes ketrampilan bola voli, Depdiknas, 1999

Alat yang digunakan :`

1. Bola kasti
2. Bola voli
3. Meteran
4. Kapur
5. Net
6. Lapangan
7. Formulir untuk menulis hasil
8. Peluit
9. *Stopwatch*

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes *smash*. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data *pre-test* ketepatan atau akurasi *smash* sebelum selesai diberi perlakuan dengan menggunakan permainan target (*target games*).

E. Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian terhadap data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu dalam hal analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas, homogenitas, dan linearitas.

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi skor variabel berkurva normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data digunakan uji *Kolmogorov Smirnov Z* dengan bantuan seri program statistik (SPSS) edisi 16 *for windows*. Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data masing-masing variabel dengan melihat hasil dari signifikan, apabila sig hitung $> 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas berfungsi untuk menunjukkan bahwa unsur-unsur sampel penelitian memang homogen (sama, sejenis) atau tidak homogen. Setelah data-data dinyatakan normal, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas varian. Ini dilakukan untuk menguji kesamaan beberapa sampel. Apabila hasil pengujian homogenitas tidak sama dengan keseluruhan responden penelitian (terdiri satu unsur saja, atau terdiri dari beberapa unsur), maka pengolahan data tidak bisa dilanjutkan kedalam pengukuran pengaruh atau hubungan dan pengujian hipotesis. Alasannya, data yang didapatkan dari para responden dianggap tidak merepresentasikan keseluruhan responden secara benar menurut keadaan yang sebenarnya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji F dari data *pretest* dan *posttest* dengan bantuan program SPSS 16.

2. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Analisa data penelitian dilakukan dengan membandingkan data *pretest* dan *posttest* setelah perlakuan. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari nilai tabel maka H_0 (hipotesis 0) diterima dan jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel maka H_0 ditolak. Dalam penelitian ini uji-t menggunakan SPSS 16.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Lokasi, Populasi, dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 6 Februari 2017 dan 6 Maret 2017 selama 12 kali pertemuan setiap hari Senin, Rabu dan Sabtu, mulai pukul 15.00-17.00 WIB. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 2 Berbah Sleman. Tempat penelitian dilaksanakan di lapangan SMPN 2 Berbah Sleman. Untuk analisis data digunakan Uji-*t*, yaitu dengan membandingkan hasil terbaik dari *pretest* dan *posttest*. Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat dengan uji normalitas dan uji homogenitas data. Proses analisis data hasil penelitian ini menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16.0.

2. Deskripsi Data dan Analisis Data

a. Data Deskripsi SMPN 2 Berbah Sleman

Deskripsi data penelitian berfungsi untuk mempermudah penelitian yang telah dilakukan. Deskripsi data penelitian meliputi data *pretest* dan *posttest* SMPN 2 Berbah Sleman.

Tabel 1. Data Tes SMPN 2 Berbah

No	Pretest	Posttest
1	7	17
2	1	9
3	6	16
4	9	18
5	5	10
6	2	10
7	14	22
8	13	22
9	9	19
10	3	16
11	9	12
12	12	19
13	8	17
14	10	19
15	4	10

Tabel.2 Statistisk Hasil Penelitian

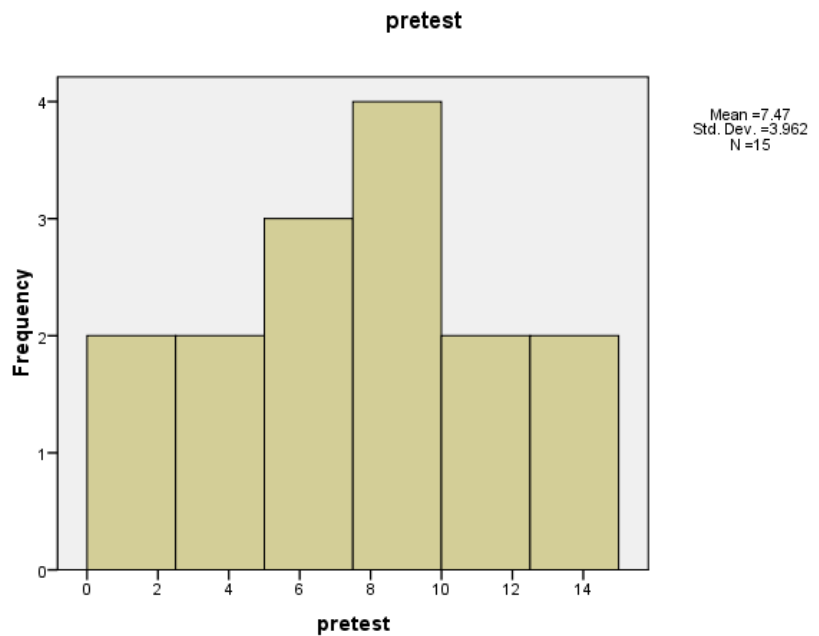
		Statistics	
		Pretest	Posttest
N	Valid	15	15
	Missing	1	1
Mean		7.47	15.73
Median		8.00	17.00
Mode		9	10 ^a
Std. Deviation		3.962	4.448
Minimum		1	9
Maximum		14	22
Sum		112	236

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

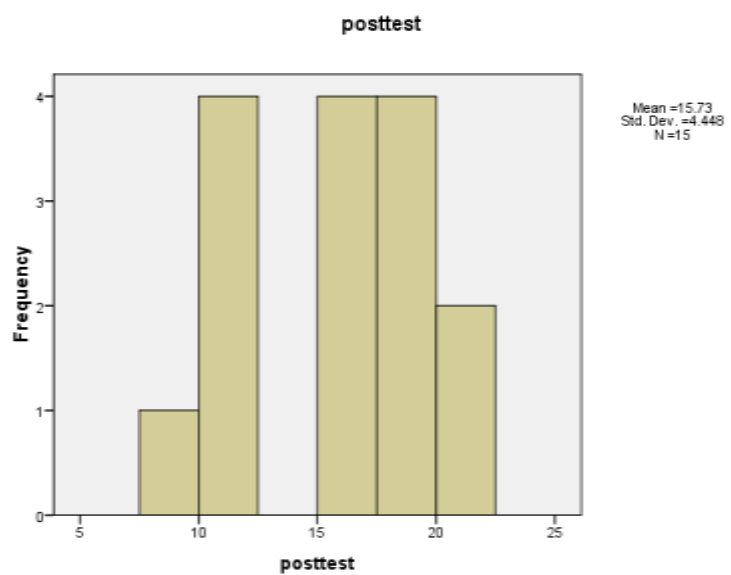
Untuk *pretest* ketrampilan *smash* SMPN 2 Berbah Sleman memiliki nilai minimum 1, nilai maksimum 14, rerata 7.47, median 8.00, dan standar deviasi 3.96. Sedangkan *posttest* memiliki nilai minimum 9, nilai maksimum 22, rerata 15.73, median 17.00, dan standar deviasi 4.44.

Untuk memudahkan dibuatlah histogram tingkat kemampuan smash bolavoli sebagai berikut :

Gambar 11. Histogram *Pretest*



Gambar 12. Histogram *posttest*



3. Uji Persyaratan Analisis

a. Pengujian Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari hasil tes sebenarnya mengikuti pola sebaran normal atau tidak. Uji normalitas variabel dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan pengerjaannya menggunakan program komputer SPSS 16. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan $> 0,05$), maka normal dan apabila nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan $< 0,05$) dikatakan tidak normal (Jonathan Sarwono, 2010: 25). Uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel. 3. Hasil Uji Normalitas Data

No	Variable	Sig.	Ket.
1	<i>Pretest</i>	0.986	Normal
2	<i>Posttest</i>	0.647	Normal

Dari sisi lain dapat dilihat pada nilai signifikannya, yaitu 0,986 untuk *pretest* dan 0.647 untuk *posttest*. Karena dari nilai kedua signifikan semuanya lebih besar dari 0,05 (signifikan $> 0,05$) maka hipotesis yang menyatakan bahwa data berdistribusi normal, diterima.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variansi atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan > 0,05) (Jonathan Sarwono, 2010: 86). Hasil uji homogenitas adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	Levence statistik	Sig	keterangan
<i>Pretest</i>	1.422	0.320	homogen
<i>Posttest</i>			

Hasil uji homogenitas variabel penelitian diketahui nilai levence statistik sebesar 0.649, sedangkan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yaitu sebesar 0,320. Karena signifikan lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan bahwa data diperoleh dari sampel yang homogen, diterima.

4. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *target games* terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler SMPN 2 Berbah Sleman. Di uji dengan mencari perbedaan ketrampilan tes terbaik atau skor terbanyak. Uji hipotesis menggunakan *uji-t* yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji -t

Variable	Rata-rata	T hitung	T table	keterangan
<i>Pretest</i>	8.267	13.484	2.144	signifikan
<i>Posttest</i>				

Hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara *pretest* dan *posttest* yang memiliki nilai t hitung 13.484, t tabel 2.144 (df = 14) pada taraf signifikansi 5%, karena t hitung lebih besar dari t-tabel maka ada pengaruh yang signifikan. Jika dilihat dari besarnya pengaruh *target games* adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Pengaruh tingkat keterampilan

Kelompok	Rerata	Kenaikan persentase
<i>Pretest</i>	7.47	6.43%
<i>Posttest</i>	15.73	

Dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata *pretest* adalah 7,47 dan nilai rata-rata *posttest* 15,75 dengan selisih rerata adalah 8,28. Dari selisih rerata tersebut dapat diketahui kenaikan persentase dengan cara selisih rerata dibagi rerata *posttest* dikalikan 100%, sebesar 52,57%. Hal ini mempunyai arti bahwa ada pengaruh ketrampilan futsal yaitu sebesar 52,57%.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *target games* terhadap kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 2 Berbah Sleman Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 2 Berbah Sleman. Untuk dapat bermain voli dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan *skill* atau teknik dasar yang baik. Sehingga ketrampilan teknik dasar bermain voli sangat dibutuhkan sekali dalam permainan atau pertandingan bola voli.

Hal ini dibuktikan dengan menggunakan kaidah untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh signifikan, yaitu apabila nilai t hitung lebih besar dari t -tabel, maka H_a diterima dan jika nilai signifikan t hitung kurang dari t -tabel, maka H_a ditolak. Berdasarkan hasil uji statistik variabel maka H_a diterima. karena nilai t hitung (13,484) lebih besar dari t tabel (2.144) maka ada pengaruh yang signifikan.

Dilihat dari nilai rata-rata, rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata pretest adalah 7,47 dan nilai rata-rata posttest 15,75 dengan selisih rerata adalah 8,28. Dari selisih rerata tersebut dapat diketahui kenaikan persentase dengan cara selisih rerata dibagi rerata *posttest* dikalikan 100%, sebesar 52,57%. Hal ini mempunyai arti bahwa ada perbandingan ketrampilan bola voli yaitu sebesar 52,57%. Pengemasan program latihan yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan, mampu memberikan perubahan yang signifikan pada

peningkatan kemampuan *smash* bolavoli. Hal ini mengingatkan pada sebagian pelatih dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler masih menggunakan metode monoton dan kurang mengarah. Program latihan yang dikemas sedemikian rupa mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasar yang memiliki teknik kesulitan tinggi. Teknik *smash* merupakan teknik dasar bermain bolavoli yang paling sulit dilakukan siswa. Sehingga perlu adanya kegiatan yang dikemas dengan metode yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa permainan target (*target games*) adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Pengemasan program ajar akurasi *smash* pada bolavoli dapat dilakukan dengan menggunakan *target games*. Dimana metode tersebut secara tepat mampu melatih teknik *smash* dengan memiliki akurasi yang baik. Situasi menyenangkan akan menumbuhkan motivasi siswa yang semangat untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan baik. Pemilihan metode yang tepat akan mampu memiliki kontribusi yang maksimal terhadap peningkatan kemampuan akurasi *smash* bolavoli.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada kemampuan akurasi *smash* peserta ekstrakurikuler bola voli di SMPN 2 Berbah Sleman. Hal ini dibuktikan dengan Hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji-t antara *pretest* dan *posttest* yang memiliki nilai t hitung 13.484, t tabel 2.144 (df = 14) pada taraf signifikansi 5%, karena t hitung lebih besar dari t-tabel maka ada pengaruh yang signifikan.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada:

1. Timbulnya inisiatif dari pembina ekstrakurikuler dalam meningkatkan kualitas latihan terutama dalam bidang olahraga bola voli
2. Timbulnya semangat dari siswa untuk meningkatkan ketrampilan teknik dasar bermain bola voli dengan tujuan untuk berprestasi dan mencapai hasil yang maksimal.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang ada, yaitu:

1. Dalam penelitian ini tidak dilakukan kontrol sepenuhnya terhadap subjek penelitian. Sehingga, hasil *posttest* dimungkinkan dipengaruhi oleh aktivitas subjek di luar *treatment*.
2. Tidak adanya pemantauan yang lebih lanjut setelah penelitian, sehingga efek yang ditimbulkan hanya berlangsung sementara.
3. Terbatasnya jumlah dana, waktu, dan jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sehingga populasi yang digunakan dalam penelitian masih tergolong kecil.

D. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa yang mengikuti kegiatan supaya melakukan latihan dengan prosedur yang benar.
2. Bagi guru atau pelatih agar selalu memotivasi anak latihnya agar lebih giat lagi untuk berlatih, serta memiliki jiwa kerjasama.
3. Bagi peneliti selanjutnya supaya memperhatikan hal-hal yang ada dalam keterbatasan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiar, dkk. (2004). *Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Barbara L.V & Bonnie J. (1996). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Basri, A.F.M & Rifai, V. (2005). *Performance Appraisal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- B.Suryosubroto, (2002). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka
- Departemen Pendidikan Nasional. (1994). *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 22* Jakarta. Depdiknas
- Depdiknas. (1999). *Petunjuk Tes Ketrampilan bola voli Usia 13 – 15 Tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan rekreasi Departemen Pendidikan Nasional.
- Herman Subardjah, (2000). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Depdikbud
- Mitchell, Stephan A, Osin, Judith L., Griffin, Linda L. (2003). *Teaching Sport Concept and Skills a Tactical Games Approach. Illinois: Human Kinetics*
- Mulyono, (2008). *Manajemen Administrasi & Organisasi Pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Russ Media.
- Nuril Ahmadi.(2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era

Pustaka Utama

- Popi Sopiatus, (2010). *Manajemen Belajar Berbasis Kepuasan Siswa*. Bandung: Ghalia Indonesia.
- Pranatahadi.(2007). *Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional*. Yogyakarta:FIK UNY
- Rusli Lutan, (2001). *Olahraga dan Etika Fair Play*. Depdiknas.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta
- Surharsimi Arikunto. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta
- Suharno. (1984). *Dasar-dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta
- Suharno. (1985). *Teknik Permainan Bola Voli*. Bandung Arloka
- Suharno. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
- Sukadiyanto.(2002). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: PKO FIK UNY
- Yunus Muhammad. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Dedikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 pos: 282, 299, 291, 541
Email : humas_fk@uny.ac.id Website : fk.uny.ac.id

Nomor : 049/UN.34.16/PP/2017.

06 Februari 2017.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Yth. : Ka. Kantor Kesatuan Bangsa dan Perlindungan Masyarakat
Kabupaten Sleman.
Jl. Candi Gebang, Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Vincentius Reza Wahyu Wandana.
NIM : 12601244111.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).
Dosen Pembimbing : Drs. Suhadi, M.Pd.
NIP : 19600505 198803 1 006.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d Maret 2017.
Tempat/Objek : SMP N 2 Berbah, Sleman.
Judul Skripsi : Pengaruh Target Games terhadap Akurasi Smash Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP N 2 Berbah Sleman.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMP N 2 Berbah, Sleman.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing T.A.S.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat izin penelitian Bapeda



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Jalan Parasmya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimile (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemarkab.go.id, E-mail : bappeda@slemarkab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 461 / 2017

**TENTANG
PENELITIAN**

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.
Menunjuk : Surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Sleman
Nomor : 070/Kesbangpol/450/2017 Tanggal : 06 Februari 2017
Hal : Rekomendasi Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : VINCENTIUS REZA WAHYU WANDANA
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 12601244111
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta
Alamat Rumah : Pondok Kulon Kalitirto Berbah Sleman
No. Telp / HP : 081380711205
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / ~~PKK~~ dengan judul
PENGARUH TARGET GAMES TERHADAP AKURASI SMASH PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP N 2 BERBAH SLEMAN
Lokasi : SMPN 2 Berbah
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 06 Februari 2017 s/d 08 Mei 2017

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melaporkan 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 tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

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

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

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 6 Februari 2017

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris
u.b.

Kepala Bidang Penelitian, Pengembangan dan Pengendalian



Ir. RATYANI HIDAYATI, MT
Pembina, T/Wa
NPA 066828 199303 2 012

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kabid. Penelitian, Pengembangan & Pengendalian Bappe
4. Camat Berbah
5. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Berbah
6. Kepala SMPN 2 Berbah
7. Dekan FIK UNY
8. Yang Bersangkutan

Lampiran 3. Sertifikat Kalibrasi Stopwatch



PEMERINTAH DAERAH 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 : 2592 / SW - 19 / III / 2016

Number

No. Order : 009627

Diterima tgl : 30 Maret 2016

ALAT

Equipment

Nama : Stopwatch
 Kapasitas : 9 jam
 Daya Baca : 1 detik

Tipe/Model : -
 Nomor Seri : -
 Merek/Buatan : Casio

PEMILIK

Owner

Nama : Seisar Didik Puji Saputra
 Alamat : Samirono VI no.127

METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument
 Standar : Casio HS-80TW.IDF
 Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN

TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibrated

: 30 Maret 2016

LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

Environment condition of calibration

: Suhu : $30^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$; Kelembaban : $55\% \pm 10\%$

HASIL

Result

: Lihat sebaliknya



Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

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

HASIL KALIBRASI
RESULT OF CALIBRATION

I. DATA KALIBRASI

Calibration data

1. Referensi : Selsar Didik Puji Saputra
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI

Result of Calibration

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

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP.19610807 198202 1 007

LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

I. DATA KALIBRASI

Calibration data

1. Referensi : Icham Yuniansyah
Reference
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI

Result of Calibration

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 1000	1000
0 - 2000	2000
0 - 3000	3000
0 - 4000	4000
0 - 5000	5000

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP. 19510807.198202.1.007

Lampiran 5 : Surat permohonan *Expert Judgement*



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp 513092, 586168 Psw.282

Nomor :
Hal : Permohonan *Expert Judgement*
Lam : 1 Bendel Program Latihan

Yth : Bapak Yuyun Ari Wibowo, M.Or
Ditempat

Dengan hormat saya sampaikan bahwa untuk keperluan validasi program latihan dalam pelaksanaan penulisan tugas akhir skripsi. Saya mohon Bapak dapat memberikan penilaian terhadap program latihan saya mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Nama : Vincentius Reza Wahyu Wandana
NIM : 12601244111
Prodi : PJKR
Judul Skripsi : Pengaruh Target Games terhadap Akurasi Smash Peserta Ekstrakurikuler bola Voli di SMP N 2 Berbah Sleman

Demikian surat permohonan ini saya buat, apabila ada kesalahan saya mohon maaf yang sebesar-besarnya, dan untuk perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Dosen Pembimbing

Drs. Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Yogyakarta, 24 Januari 2017

Mahasiswa

Vincentius Reza
NIM 12601244111

Lampiran 6 : Surat *Expert Judgement*



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Colombo No. 1. Yogyakarta Telp 513092. 586168 Psw.282

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuyun Ari Wibowo, M.Or
NIP : 193805092008121002
Unit Kerja : FIK UNY


Menerangkan bahwa instrumen penelitian (*treatment*) Tugas Akhir Semester (TAS) dari

Nama : Vincentius Reza Wahyu Wandana
NIM : 12601244111
Jurusan : POR
Prodi : PJKR
Judul Skripsi : Pengaruh Target Games terhadap Akurasi Smash Peserta Ekstrakurikuler bola Voli di SMP N 2 Berbah Sleman

Sudah di *expert judgement* dan memenuhi persyaratan sebagai instrumen utama yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini.

Demikian surat keterangan ini di buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 30 Januari 2017
Yang Menerangkan


Yuyun Ari Wibowo, M.Or
NIP. 193805092008121002

Lampiran 7 : Surat izin Penelitian Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 2 BERBAH

Alamat : Sanggrahan, Tegaltirto, Berbah, Sleman. Telepon (0274) 497981
E_mail : smp2berbah@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

NO : 070 / 069

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 2 Berbah, Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan ini menerangkan bahwa Saudara tersebut di bawah ini :

Nama : VINCENTIUS REZA WAHYU WANDANA
No. Mahasiswa : 12601244111
Program / Tingkat : S1
Instansi / Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi / Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta
Waktu Penelitian : Mulai tanggal 6 Februari 2017 s/d 6 Maret 2017

Telah mengadakan penelitian di SMP Negeri 2 Berbah dengan judul "**PENGARUH TARGET GAMES TERHADAP AKURASI SMASH PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMP N 2 BERBAH SLEMAN**".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Berbah, 6 Maret 2017



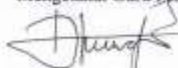
Lampiran 8 : Data *Pretest* dan *posttest*

DATA PENELITIAN

No	Nama		Pretest						N	KLASIFIKASI
			1	2	3	4	5	6		
1	Alif Rizky Wahyu	L	0	2	0	3	0	2	7	Kurang sekali
2	Muhammad Abel N	L	0	0	0	1	0	0	1	Kurang sekali
3	Muhammad Alif Okta	L	0	2	0	0	3	1	6	Kurang sekali
4	Muhammad Asim R	L	2	1	0	1	2	3	9	Kurang
5	Aldi Nugroho	L	1	1	0	1	0	2	5	Kurang sekali
6	Difa' Alamsyah	L	0	1	0	0	1	0	2	Kurang sekali
7	Andrian Ghibran	L	3	4	0	0	5	2	14	Sedang
8	Dhafi Alfitra Adi K	L	1	2	5	3	2	0	13	Sedang
9	Priyo Prasetyo	L	0	0	2	3	1	3	9	Kurang
10	Anang Wicaksono	L	0	1	1	1	0	0	3	Kurang sekali
11	Wisnu Pratama Arya P	L	2	3	1	1	1	1	9	Kurang
12	Dwi Purnomo	L	2	1	5	1	0	3	12	Sedang
13	Alfian Tegar Surya P	L	0	2	4	1	0	1	8	Kurang
14	Chandra Sptoaji	L	0	3	3	2	1	1	10	Kurang
15	Gilang Angkasa	L	1	1	1	1	0	0	4	Kurang sekali

No	Nama		Posttest						N	KLASIFIKASI
			1	2	3	4	5	6		
1	Alif Rizky Wahyu	L	1	4	1	4	4	3	17	Baik
2	Muhammad Abel N	L	0	1	2	2	2	2	9	Kurang
3	Muhammad Alif Okta	L	3	3	1	3	3	3	16	Baik
4	Muhammad Asim R	L	3	2	2	4	4	3	18	Baik
5	Aldi Nugroho	L	0	3	2	2	3	0	10	Sedang
6	Difa' Alamsyah	L	2	1	3	1	2	1	10	Sedang
7	Andrian Ghibran	L	3	4	3	4	4	4	22	Baik sekali
8	Dhafi Alfitra Adi K	L	2	3	4	4	4	5	22	Baik sekali
9	Priyo Prasetyo	L	4	3	5	5	0	2	19	Baik
10	Anang Wicaksono	L	2	3	4	2	2	3	16	Baik
11	Wisnu Pratama Arya P	L	3	2	1	2	2	2	12	Sedang
12	Dwi Purnomo	L	2	1	4	5	2	5	19	Baik
13	Alfian Tegar Surya P	L	4	4	1	3	4	1	17	Baik
14	Chandra Sptoaji	L	3	4	5	4	1	2	19	Baik
15	Gilang Angkasa	L	2	1	3	1	2	1	10	Sedang

Mengetahui Guru Pengajar


Sudarmi, S.Pd

Yogyakarta, 06 Maret 2017


Vincentius Reza

Lampiran 9 : Data Siswa

DATA SISWA

NO	NAMA	TTL	UMUR	ALAMAT
1	Alif Rizki Wahyu	26 Desember 2003	13 th	Tlogowono
2	Muhammad Abel N	09 Desember 2003	13 th	Krikilan
3	Muhammad Alif Okta	06 Oktober 2003	13 th	Sumber Kulon
4	Muhammad Asim R	29 Oktober 2003	13 th	Pondok Kulon
5	Aldi Nugroho	20 Juni 2003	13 th	Tanjungtirto
6	DiFa' Alamsyah	10 November 2003	13 th	Maredan
7	Andrian Ghübran	16 Agustus 2003	13 th	Teguhan
8	Dhafi Alfitra Adi K	04 Januari 2003	14 th	Blendangan
9	Priyo Prasetyo	23 Januari 2003	14 th	Klampok
10	Anang Wicaksono	05 Mei 2003	13 th	Sompilan
11	Dwi Purnomo	22 April 2003	13 th	Sekarsuli
12	Wisnu Pratama Arya P	09 November 2003	13 th	Kembang
13	Alfian Tegur Surya P	24 Maret 2003	13 th	Pondok Kulon
14	Chandra Septoaji	22 Juli 2002	14 th	Cangkalan
15	Gilang Angkasa	03 Maret 2003	13 th	Komplek Lanud blokH

Mengetahui Guru Pengajar


Sudarni, S.Pd.

Yogyakarta, 06 Maret 2017


Vincentus Reza

Lampiran 9 : Hasil *Test*

Pencatatan hasil

Hasil yang dicatat berdasarkan jatuhnya bola pada setiap sasaran dengan benar sebanyak 6 kali

Tabel 1. nilai-nilai butir tes

No	Laki-laki	Perempuan	Nilai
	>22	>21	5
	18-21	16-20	4
	12-17	10-15	3
	8-11	7-9	2
	<7	<6	1

Tabel 2. Norma tes

No	Klasifikasi	Laki-laki	Perempuan
1	Baik sekali	22-25	22-25
2	Baik	19-21	19-21
3	Sedang	14-18	12-18
4	Kurang	9-13	9-11
5	Kurang sekali	5-8	5-8

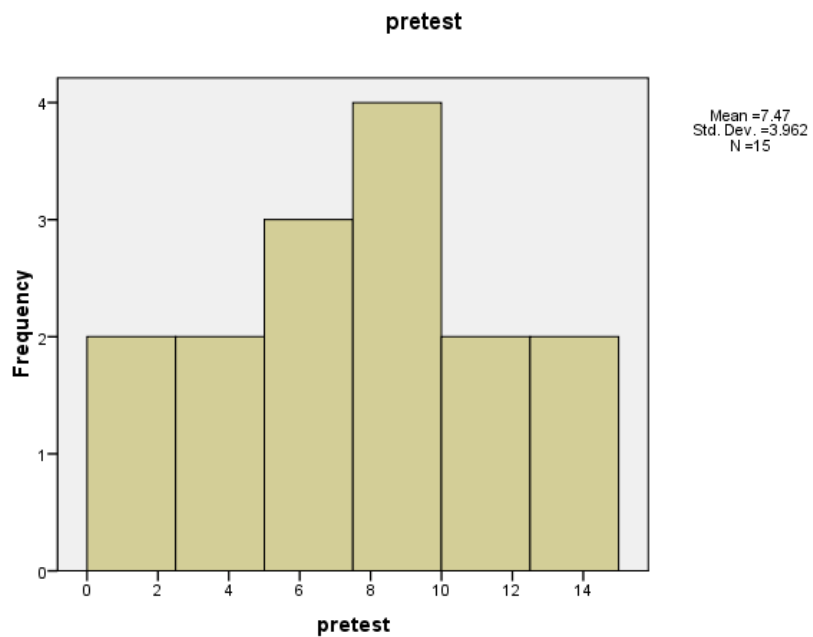
Data Pretest dan Posttest

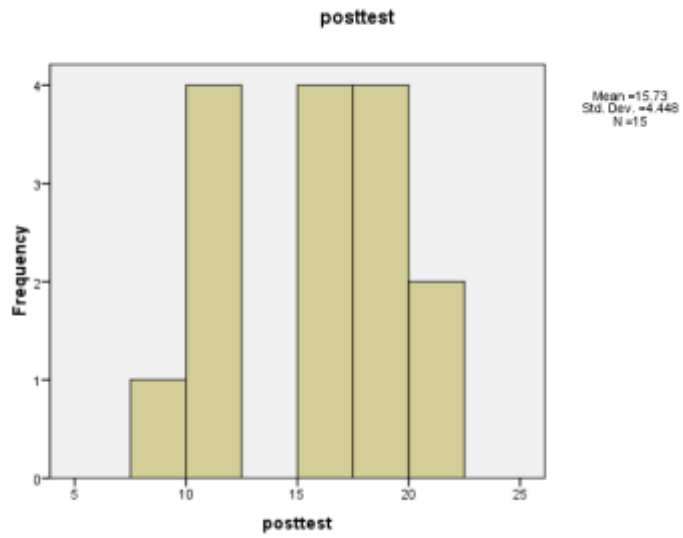
No	Pretest	Posttest
1	7	17
2	1	9
3	6	16
4	9	18
5	5	10
6	2	10
7	14	22
8	13	22
9	9	19
10	3	16
11	9	12
12	12	19
13	8	17
14	10	19
15	4	10

Statistics

		Pretest	posttest
N	Valid	15	15
	Missing	1	1
Mean		7.47	15.73
Median		8.00	17.00
Mode		9	10 ^a
Std. Deviation		3.962	4.448
Minimum		1	9
Maximum		14	22
Sum		112	236

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown





Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		pretest	Posttest
N		15	15
Normal Parameters ^a	Mean	7.47	15.73
	Std. Deviation	3.962	4.448
Most Extreme Differences	Absolute	.117	.191
	Positive	.083	.168
	Negative	-.117	-.191
Kolmogorov-Smirnov Z		.454	.738
Asymp. Sig. (2-tailed)		.986	.647
a. Test distribution is Normal.			

Test of Homogeneity of Variances

Pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.422	4	7	.320

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest - posttest	-8.267	2.374	.613	-9.582	-6.952	13.484	14	.000

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	7.47	15	3.962	1.023
posttest	15.73	15	4.448	1.148

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	15	.847	.000

Lampiran 10 : Dokumentasi Foto



