

**TINGKAT KEMAMPUAN BERMAIN BOLA VOLI
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
SMP NEGERI 1 MUNGKID**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Olahraga
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :
Husni Arfan Rizky
NIM. 19601241110

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**TINGKAT KEMAMPUAN BERMAIN BOLA VOLI
PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
SMP NEGERI 1 MUNGKID**

Oleh :

Husni Arfan Rizky
NIM. 19601241110

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki latar belakang masalah menurunnya prestasi yang diraih oleh peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 1 Mungkid yang berjumlah 24 peserta dengan 12 peserta putra dan 12 peserta putri. Instrumen dalam penelitian ini diukur menggunakan *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) yang terdiri dari *passing* bawah, *passing* atas, servis bawah, servis atas, *smash*, dan *block*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid berada pada kategori “Sangat Rendah” sebesar 41,67% (10 peserta didik), kategori “Rendah” sebesar 50,00% (12 peserta didik), kategori “Tinggi” sebesar 8,33% (2 peserta didik), dan kategori “Sangat Tinggi” sebesar 0,00% (0 peserta didik). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid dalam kategori “Rendah”.

Kata kunci: *kemampuan, bermain bola voli, SMP Negeri 1 Mungkid*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Husni Arfan Rizky

NIM 19601241110

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola voli SMP Negeri 1 Mungkid

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.

Yogyakarta, 08 Januari 2024

Yang menyatakan,



Husni Arfan Rizky
NIM. 19601241110

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KEMAMPUAN BERMAIN BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMP NEGERI 1 MUNGKID

Disusun Oleh:

Husni Arfan Rizky
NIM. 19601241110

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Drs. Ngatman, M.Pd.
NIP. 197606051994031001

Yogyakarta, 08 Januari 2024
Disetujui,
Dosen Pembimbing,

Dr. Yudanto, S.Pd., Jas., M.Pd.
NIP. 198107022005011001

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KEMAMPUAN BERMAIN BOLA VOLI PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMP NEGERI 1 MUNGKID

Disusun Oleh:

Husni Arfan Rizky
NIM. 19601241110

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan
Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 17 Januari 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Yudanto, S.Pd., Jas., M.Pd. Ketua Penguji		17 Januari 2024
Dr. Sujarwo, S.Pd.Jas., M.Or. Sekertaris Penguji		18 Januari 2024
Dr. Drs. Ngatman, M.Pd. Penguji Utama		18 Januari 2024

Yogyakarta, 17 Januari 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasulloh, S.Or., M.Or.
NIP. 198306262008121002

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan sehat, keselamatan, dan kemudahan sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dan karya ini saya persembahkan kepada:

1. Buat keluarga, terkhusus Bapak, Mama, Kakak saya, dan Eyang Uti, yang telah memberi dukungan untuk menyelesaikan kuliah dengan lancar, sehat, dan bahagia.
2. Buat diri sendiri Husni Arfan rizky yang hebat telah menyelesaikan kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.

MOTTO

*“Use your smile to change the world more better, don't let the world change
your smile”*

“Bersyukur, mengatur nafas, dan tersenyumlah yang lebar”

-Husni Arfan Rizky-

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola voli SMP Negeri 1 Mungkid” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkennaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Yudanto, S.Pd., Jas., M.Pd., selaku Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Dr. Drs. Ngatman, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesaiya TAS ini.
3. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Muh Rohayat, S.Pd. selaku Kepala SMP Negeri 1 Mungkid yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Bapak Wiguna, S.Pd. dan Bapak Riko selaku guru PJOK dan pelatih ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid yang telah membantu dan memperlancar selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mungkid yang bersedia menjadi sampel penelitian, hadir dalam proses pengambilan data.
7. Indri Sulistiana Rohmanasari yang senantiasa menemani dan menyelesaikan skripsi dari titik 0 sampai selesaiya skripsi ini. Terimakasih sudah mendukung untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari segi kesehatan, kebahagiaan, dan finansial, alhamdulillah bersyukur.

8. Teman teman PJKR C 2019 yang selalu mengingatkan, mendukung, dan memotivasi selama pelaksanaan perkuliahan hingga penelitian ini selesai serta mendoakan saya untuk menyelesaikan studi di FIKK UNY.

Demikian, semoga segala bantuan yang diberikan dari semua pihak menjadi amalan yang bermanfaat serta mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari apabila Tugas Akhir Skripsi ini masih terdapat keurangan, saya berharap kritik dan saran yang mendukung untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 08 Januari 2024

Penulis,



Husni Arfan Rizky

NIM. 19601241110

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Kemampuan	8
2. Hakikat Permainan Bola Voli.....	12
3. Hakikat Ekstrakurikuler	24
4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama (SMP).....	27
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	29
C. Kerangka Berpikir	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Desain Penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian	33

D. Definisi Operasional Variabel.....	34
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Implikasi Hasil Penelitian	50
C. Saran	51
C. Keterbatasan Penelitian.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Teknik Service Atas	17
Gambar 2. Teknik Passing Bawah	19
Gambar 3. Teknik Passing Atas.....	21
Gambar 4. Teknik Smash	22
Gambar 5. Teknik Block	24
Gambar 6. Kerangka Berfikir Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid	32
Gambar 7. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI41	
Gambar 8. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI 43	
Gambar 9. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI.....	44
Gambar 10. Lapangan Bola Voli	62
Gambar 11. Net Bola Voli.....	63
Gambar 12. Tiang dan Antena Permainan Bola Voli.....	63
Gambar 13. Bola Voli	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Populasi Penelitian.....	34
Tabel 2. Contoh Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI.....	37
Tabel 3. Kriteria Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	38
Tabel 4. Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	39
Tabel 5. Rangkuman Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	40
Tabel 6. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	40
Tabel 7. Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	41
Tabel 8. Rangkuman Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI.	42
Tabel 9. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI	42
Tabel 10. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi.....	56
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	57
Lampiran 3. Rubrik Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI.....	59
Lampiran 4. Fasilitas dan Perlengkapan Bola Voli.....	62
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu negara yang masyarakatnya berminat tinggi terhadap dunia olahraga. Banyak cabang olahraga yang berhasil mencuri perhatian para penggemarnya, baik hanya untuk dinikmati dengan cara diamati, ataupun dilakukan sebagai hobi maupun profesi. Terdapat banyak cabang olahraga yang ada, bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang cukup populer di masyarakat, bahkan disegala kalangan usia dan jenis kelamin.

Bola voli dilakukan bertujuan untuk kesehatan tubuh baik jasmani dan rohani. Permainan bola voli merupakan permainan yang gerakannya cukup komplek yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat dan unsur kekuatan, kecepatan, kelenturan, dan unsur lainnya. Melalui permainan bola voli banyak aspek yang dapat dibentuk pada diri seseorang. Bola voli merupakan media belajar dan media membangun fisik dan mental yang lebih baik, karena melalui bola voli anak-anak diajak untuk belajar bersosialisasi, menghormati, mengelola kecerdasan emosi baik bekerja sama dalam satu tim untuk mewujudkan tujuan tim (M.Muhyi Faruq, 2009: 6).

Permainan bola voli yaitu suatu cabang olahraga beregu, dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing regu menempati petak lapangan permainan yang dibatasi oleh jaring atau net (Récopé, ET AL., 2019: 226; Fortin-Guichard, et al., 2020: 3; Kirby & Kluge, 2021: 5). Menurut Suseno (2015) permainan bola voli tidak hanya merupakan olahraga yang bersifat rekreasi, sekedar alat untuk meningkatkan kesegaran jasmani, melainkan telah menuntut kualitas prestasi

yang setinggi-tingginya. Sejalan dengan ini, permainan bola voli bisa dikatakan sebagai permainan masyarakat yang bisa digunakan sebagai sarana rekreasi dan prestasi (Sulistiadina, 2020). Menurut Ruslan (2015:63) bola voli merupakan olahraga permainan, dimana kemampuan dan kecermatan masing-masing individu besar sekali peranannya, atau sebagai penyerang maupun pemain dalam posisi mempertahankan atau pertahanan.

Kharisma (2016:24) menyatakan bahwa teknik dasar merupakan salah satu faktor utama yang dapat mengukur tingkat kemahiran dalam bermain bola voli selain faktor kondisi fisik, mental seorang pemain dan penyusunan strategi. Permainan bola voli memiliki beberapa teknik dasar, yaitu *service*, *passing*, *smash*, dan *block* (Junior, 2018: 108; Zonifa, 2020: 2213; Jondry Hisky, 2019: 1; Siva & Rajan, 2018: 1147; Pekas, et al., 2019: 14). Penguasaan teknik dasar bola voli harus dilakukan dengan baik, supaya dapat menciptakan suatu permainan bola voli yang sempurna. Surtiyo (2013: 56) menyatakan bahwa teknik dalam permainan bola voli adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Permainan bola voli akan berjalan dengan baik apabila setiap pemain dapat menguasai teknik dasar bermain bola voli. Untuk menguasai teknik-teknik dasar tersebut diperlukan latihan-latihan teknik dasar secara terus menerus dan dilakukan pengulangan dari tingkat anak-anak sampai benar-benar menguasai.

SMP Negeri 1 Mungkid merupakan sekolah favorit di wilayah kabupaten Magelang. Tidak hanya menekankan pada aspek akademis tetapi aspek non

akademis juga menjadi perhatian di sekolah ini. Saat ini olahraga sangat populer dan berkembang pesat karena banyak dimainkan oleh hampir seluruh kalangan masyarakat. Beberapa bulan kemarin di wilayah Magelang banyak sekali diadakan kejuaraan bola voli antar sekolah, instansi, kampung, dan sebagainya. Beberapa tahun lalu terdapat peserta didik SMP Negeri 1 Mungkid yang mengikuti kejuaraan POPDA, Kejurda, maupun O2SN dan berhasil mendapatkan juara sehingga mengharumkan nama baik sekolah. Peserta didik yang mengikuti POPDA, Kejurda, dan O2SN bola voli selalu mendapatkan juara tingkat Karesidenan tetapi beberapa tahun lalu tidak ada yang mewakili hingga tingkat tersebut. Hal ini berpengaruh pada ketertarikan peserta didik untuk ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dan perlu dikembangkan untuk meningkatkan prestasi peserta didik.

Kegiatan sekolah yang dilakukan diluar jam pelajaran terprogram dalam kegiatan ekstrakurikuler. Dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik diberikan teori dan praktik yang lebih mendalam sehingga dapat meningkatkan prestasi peserta didik terhadap salah satu cabang olahraga sesuai minat dan bakatnya. Salah satu ekstrakurikuler yang diadakan adalah olahraga bola voli. Ekstrakurikuler bola voli cukup diminati oleh peserta didik di SMP Negeri 1 Mungkid, tercatat ada 24 peserta didik yang terdiri atas 12 peserta didik putra dan 12 peserta didik putri. Ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri Mungkid dilaksanakan satu kali seminggu, yaitu hari Kamis pukul 14.00-16.30 WIB.

Kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 1 Mungkid selama ini berjalan ditempat karena dilakukan secara monoton dari tahun ke tahun. Setiap

kali bertanding permasalahan yang muncul selalu pada kemampuan bermain bola voli. Terdapat beberapa hal yang menjadi permasalahan ketika bermain bola voli, yaitu ketika pengambilan keputusan, contohnya saat bola yang seharusnya di umpan ke teman satu tim tetapi hanya dikembalikan ke lawan atau ketika pemain yang seharusnya melompat membendung *smash* lawan tetapi hanya dilihat saja. Yang kedua ketika melakukan servis yang seharusnya diberikan pada ruang yang kosong tetapi diberikan kepada teman yang paling baik dalam menerima servis. Selain itu keefektifan ekseskusi kemampuan yang dipilih, contohnya saat melakukan *smash* seharusnya lebih efektif menggunakan *smash* cepat tetapi hanya dipukul pelan atau yang seharusnya efektif menggunakan *passing* bawah tetapi hanya dilakukan *passing* atas. Selanjutnya untuk dukungan kepada teman satu regu, contohnya saat teman melakukan kesalahan diberikan semangat dan mengajak untuk bangkit menjaga dan bertahan dari serangan lawan atau saat ada *smash* dari lawan bisa berkerja sama melakukan meng *cover* untuk menutup ruang yang ditinggal oleh teman yang baru saja melakukan penyerangan dan kembali ke posisi semula sesuai dengan tugas masing-masing. Dalam hal pergeseran posisi ketika bermain juga masih belum begitu dipahami, contohnya pemain yang seharusnya mengisi posisi belakang tetapi maju kedepan sehingga terdapat ruang kosong.

Kemampuan teknik peserta ekstrakurikuler menjadi penentu naik turunnya prestasi peserta didik dalam kejuaraan. Akhir-akhir ini SMP Negeri 1 Mungkid sulit meraih kejuaran bola voli tingkat Kabupaten. Terbukti pada beberapa tahun lalu tim bola voli SMP Negeri 1 Mungkid menjadi juara tingkat kabupaten tetapi

saat ini untuk meraih kejuaraan tingkat kabupaten tidak bisa diraih. Berkaca dari permasalahan tersebut, perlu diketahui tingkat kemampuan bermain bola voli peserta didik ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid.

Berdasarkan hal tersebut, penulis berinisiatif akan membuat penelitian yang berjudul **“Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Menurunnya prestasi dalam pertandingan POPDA maupun O2SN bola voli yang diraih SMP Negeri 1 Mungkid dari tingkat Karesidenan menurun hingga pada tingkat Kabupaten saja.
2. Belum diketahui tingkat kemampuan dasar bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.

C. Batasan Masalah

Disamping keterbatasan kemampuan untuk mencakup semua aspek penelitian serta waktu, biaya, dan tenaga yang ada pada peneliti maka penelitian ini perlu diadakan pembatasan masalah agar mendapatkan hasil yang maksimal. Penelitian ini dibatasi pada tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, untuk memberikan arah yang jelas dalam penelitian ini perlu dirumuskan masalah, yaitu seberapa

besar tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi yang bermanfaat dalam proses pembelajaran, pelatihan, atau penelitian selanjutnya terkait olahraga bola voli.
 - b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alat untuk mengukur tingkat kemampuan bermain bola voli.
 - c. Dengan diketahui tingkat kemampuan dalam bermain bola voli, penelitian ini diharapkan dapat menjadi modal peerta didik dalam meraih kejuaraan.
2. Secara praktis
 - a. Bagi peserta didik diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan sehingga dapat mengetahui tingakt kemampuannya dalam bermain bola voli.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan hal yang positif bagi guru atau pelatih sebagai acuan dalam proses pembelajaran atau pelatihan

bola voli dalam mengajarkan kemampuan bermain bola voli sehingga menghasilkan sebuah prestasi untuk peserta didiknya.

- c. Bagi masyarakat diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang kemampuan dalam bermain bola voli untuk mengembangkan kegiatan berolahraga.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Kemampuan

a. Pengertian Kemampuan

Kemampuan merupakan kemampuan yang dilakukan dengan benar sesuai aturan dan penuh kemahiran. Sukadiyanto (2005: 279) menyatakan “kemampuan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan”. Keadaan ini dapat terjadi jika dilakukan dengan berulang, tentu melalui proses latihan dan pembelajaran. Proses latihan dan pembelajaran yang dilakukan tentu sesuai dengan teori yang benar, sehingga mampu menghasilkan produk berupa kemampuan yang sesuai dengan yang diharapkan. Banyak pelatih yang melakukan kemampuan dalam bentuk latihan sehingga mampu mencapai tingkatan kemampuan yang sesuai.

Muhajir (2004: 13-14), menyatakan kemampuan olahraga dapat dipahami dari dua dimensi pokok yaitu: pertama, kemampuan sebagai tugas gerak sehingga terampil dapat diartikan sebagai respon terhadap stimulus yang dapat dijabarkan secara kuantitatif dan kualitatif. Kedua adalah tipe respon yang terjadi terhadap rangsang. Hakikatnya kemampuan adalah suatu ilmu yang diberikan kepada manusia, kemampuan manusia dalam mengembangkan kemampuan yang dipunyai memang tidak mudah, perlu mempelajari, perlu menggali agar lebih

terampil. Kemampuan merupakan ilmu yang secara lahiriah ada didalam diri manusia dan perlu dipelajari secara mendalam dengan mengembangkan kemampuan yang dimiliki.

Kemampuan diterjemahkan sebagai suatu aktivitas yang berhubungan dengan objek atau situasi yang meliputi rangkaian keseluruhan sensori, mekanisme gerak. Suatu kemampuan yang dipandang sebagai aktivitas gerak atau suatu tugas yang terdiri dari sejumlah respon gerak dan persepsi yang didapat melalui belajar untuk tujuan tertentu. Menurut Nugroho (2013: 2) “kemampuan dapat diartikan sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh”. Terampil juga dapat diartikan sebagai suatu perbuatan atau sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Suatu kemampuan yang dipandang sebagai aktivitas gerak atau suatu tugas akan terdiri dari sejumlah respon gerak dan persepsi yang dapat melalui belajar untuk tujuan tertentu (Amirullah 2003: 8).

Seseorang dikatakan terampil apabila dapat melakukan teknik atau tugasnya sesuai dengan gerakan yang benar. Tingkat kemampuan antara satu dengan yang lain tentunya berbeda. Akan tetapi pada umumnya yang dimaksud dengan tingkat kemampuan seseorang adalah sejauh mana kemampuan geraknya. Sehingga dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kemampuan seseorang, maka akan semakin tinggi pula tingkat keberhasilan seseorang dalam melakukan tugas atau tekniknya. Sehingga kemampuan merupakan suatu derajat keberhasilan

seseorang dalam melaksanakan tugas dengan efisien dan efektif untuk mencapai suatu tujuan tertentu atau tujuan yang diinginkan untuk menghasilkan hasil yang optimal dan sesuai apa yang diharapkan.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan

Kemampuan akan diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57-59). Kemampuan merupakan tujuan akhir dari pembelajaran gerak yang pada umumnya memiliki harapan dengan hasil gerakan yang baik. Menurut Ma'mun dan Yudha (2000: 57) kemampuan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud. Menurut Hari Amirulloh (2003), menyatakan bahwa kemampuan dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu (a) kemampuan *phylogenetic*, adalah kemampuan yang dibawa sejak lahir, yang dapat berkembang seiring bertambahnya usia anak tersebut. (b) Kemampuan *ontogenetic*, adalah kemampuan yang dihasilkan dari latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan.

Ma'mun & Saputra (2000: 69-74), menyatakan pencapaian kemampuan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal yaitu:

1) Faktor proses belajar (*learning process*)

Proses belajar bermanfaat untuk mengubah pengetahuan dan perilaku peserta didik. Dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus

diciptakan adalah yang dilakukan berdasarkan tahapan teori belajar. Teori-teori belajar tersebut mengarah pada pemahaman metode pembelajaran yang efektif untuk pencapaian kemampuan.

2) Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap siswa mempunyai pribadi yang berbeda, baik secara fisik, mental, maupun kemampuan. Kemampuan dapat dipahami dan dilakukan dalam waktu yang lama maupun secara singkat. Hal ini membuktikan bahwa bakat peserta didik berbeda-beda. Semakin baik bakat dalam kemampuan tertentu, semakin mudah peserta didik menguasai suatu kemampuan.

3) Faktor Situasional (*situational factor*)

Faktor situasional dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang tertuju pada keadaan lingkungan. Hal itu dipengaruhi oleh tugas belajar peserta didik dan peralatan yang digunakan atau media pembelajaran. Peserta didik akan mudah menguasai kemampuan jika tugas belajar dan media pembelajaran sesuai dengan usia peserta didik.

Pendapat lain mengenai faktor-faktor kemampuan disampaikan oleh Notoadmodjo (2014) bahwa faktor yang mempengaruhi kemampuan merupakan aplikasi dari pengetahuan sehingga tingkat kemampuan seseorang berkaitan dengan tingkat pengetahuan yaitu:

1. Tingkat pendidikan, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pengetahuan yang dimiliki. Sehingga, seseorang tersebut akan lebih

mudah dalam menerima dan menyerap hal-hal baru. Selain itu dapat membantu mereka dalam menyelesaikan hal-hal baru tersebut.

2. Umur, ketika umur seseorang bertambah maka akan terjadi perubahan pada fisik dan psikologi seseorang. Semakin cukup umur seseorang, akan semakin matang dan dewasa dalam berfikir dan bekerja.
3. Pengalaman, pengalaman dapat dijadikan sebagai dasar untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya dan sebagai sumber pengetahuan untuk memperoleh suatu kebenaran. Pengalaman yang pernah didapat seseorang akan mempengaruhi kematangan seseorang dalam berpikir dalam melakukan suatu hal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah sebagai tingkat keberhasilan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas gerakannya secara baik melalui proses dan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor keturunan, faktor pendidikan, faktor ketepatan gerakan, faktor usia, serta faktor latihan dan pengalaman.

2. Hakikat Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Olahraga bola voli, ditemukan pada tahun 1895 di YMCA di Holyoke, Massachusetts telah menjadi salah satu olahraga paling populer di dunia (Reynaud, 2015: 6; Cerciello, et al., 2021: 163; Kumar & Kumar, 2020: 3; Fabian, 2020: 84; Afacan & Afacan, 2021: 21). Diungkapkan Ben Ayed, et al., (2020: 15) bahwa *“Volleyball is characterized by a great amount of jumps, skips, hops and other kinds of take off”*. FIVB (2016: 9)

menjelaskan bahwa bola voli adalah salah satu olahraga kompetitif dan rekreasi yang paling sukses dan populer di dunia. Ini cepat, menarik dan aksinya eksplosif.

Permainan bola voli adalah sebuah permainan yang mudah dilakukan menyenangkan dan bisa dilakukan di halaman atau lapangan. Permainan bola voli ini sangat memerlukan dukungan dari semua pihak untuk dapat berkembang dengan baik, khususnya anak-anak usia sekolah dan pada usia tersebut permainan ini merupakan materi bola voli mini dengan baik pada sekolah (Rithaudin & Hartati, 2016: 52). Bola voli merupakan olahraga permainan yang didalamnya membutuhkan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam waktu yang singkat. Membaca arah bola serta melaksanakan strategi penyerangan membutuhkan kemampuan itelegensi yang baik dari peserta (Hermanzoni, 2019: 294-299).

Pendapat Lubis, dkk., (2017: 62) bahwa bola voli merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang dipisahkan oleh sebuah net, permainan menggunakan tangan dengan cara dipantulkan”. Sedangkan tujuan dari permainan bola voli yakni melewatkkan bola dari atas net agar dapat jatuh menyentuh dasar (lantai) wilayah lapangan lawan serta untuk mencegah bola yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola di luar perkenaan blok. Memantulkan bola merupakan salah satu karakteristik permainan bola voli yang dilakukan maksimal tiga kali, setelah itu bola harus segera diseberangkan

ke wilayah lawan. Seluruh permainan melibatkan kemampuan dalam mengolah bola dengan kedua tangan.

Bachtiar (2017: 2.3) menyatakan bola voli yaitu “suatu cabang olahraga beregu, dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing regu menempati petak lapangan permainan yang dibatasi pleh jaring atau net”. 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. Di samping itu, kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Bola voli merupakan suatu permainan yang dimainkan dalam bentuk team work atau kerjasama tim, dimana daerah masing-masing tim dibatasi oleh net. Setiap tim berusaha untuk melewatkana bola secepat mungkin ke daerah lawan, dengan menggunakan teknik dan taktik yang sah dan memainkan bolanya.

Widaningsih et al., (2021: 888) menjelaskan bahwa permainan dimulai dengan lemparan koin untuk menentukan tim mana yang berhak memilih yang saja, atau melayani atau tidak. Lebih lanjut dijelaskan bahwa permainan bola voli sebagai berikut.

- 1) Setelah lawan melakukan servis atau mendapat poin, orang yang melakukannya servis beralih dengan memutar searah jarum jam dan seterusnya. Jika ada kesalahan rotasi poin akan diberikan oleh lawan.

- 2) Tim dapat memenangkan pertandingan jika tim mendapatkan 3 set terlebih dahulu. Setiap set terdiri dari 25 poin, kecuali untuk set ke-5 yang hanya memiliki 15 poin, dan sebelum mengeksekusi set ke-5 di sana adalah lemparan koin lain untuk memilih tim mana yang dapat memilih kursus mana.
- 3) *Time Out* (TO) pada permainan bola voli masing-masing tim hanya boleh melakukan dua kali *time out* per babak dalam pertandingan sesuai permintaan pelatih.
- 4) Satu tim terdiri dari 14 pemain, yaitu 6 pemain inti, 6 pemain cadangan, dan 2 pemain libero.
- 5) Pemain harus berada pada posisinya masing-masing, kecuali setelah lawan melakukan servis, pemain dapat berganti posisi, hanya pemain belakang yang tidak boleh melompat dalam serangan daerah.
- 6) Tim yang melakukan servis atau penguasaan bola berhak melakukan 3 kali sentuhan dengan berbeda pemain, dan jika tim memblokir dan balok menyentuh bola, itu tidak dihitung.
- 7) Pemain dapat menyentuh bola dengan salah satu tubuh atau dua bagian tubuh secara bersamaan. Bola tidak boleh mengenai tubuh dua kali atau terlalu lama, karena itu adalah pelanggaran.
- 8) Pemain tidak diperbolehkan menyentuh net dan menginjak area lawan. Tapi bagian tubuh bisa mengendur di atas area lawan. Seperti saat memblokir, tangan bisa menjulur ke dalam daerah lawan.

Bola voli membutuhkan berbagai kemampuan dan kemampuan motorik untuk melompat, mengayunkan atau berbagai cara penggerak seperti kekuatan, kelincahan, fleksibilitas, dan kecepatan reaksi (Lehnert et al., 2017: 206). Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan bola voli merupakan permainan bola besar yang dimaninkan oleh dua regu yang terdiri dari enam peserta. Permainan diawali dengan memukul bola dilewatkan dari atas jaring net untuk mendapatkan angka dengan melakukan minimal 3 kali pukulan setiap regunya. Lapangan bola voli berbentuk persegi panjang dengan panjang 18 m dan lebar 9 m yang dipisahkan oleh jaring net dengan tinggi net putra adalah 2,43 m dan untuk putri 2,24 m. Setiap tim terdiri dari 6 pemain inti, 6 pemain cadangan, dan 2 pemain libero. Apabila dilapangan terdapat kurang dari 6 pemain, maka tim yang bersangkutan akan dianggap kalah (Masanovic, et al., 2019: 10) dan bagi setiap tim dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net (Widianingsih, et al., 2021: 887; Ugli, 2020: 4).

b. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

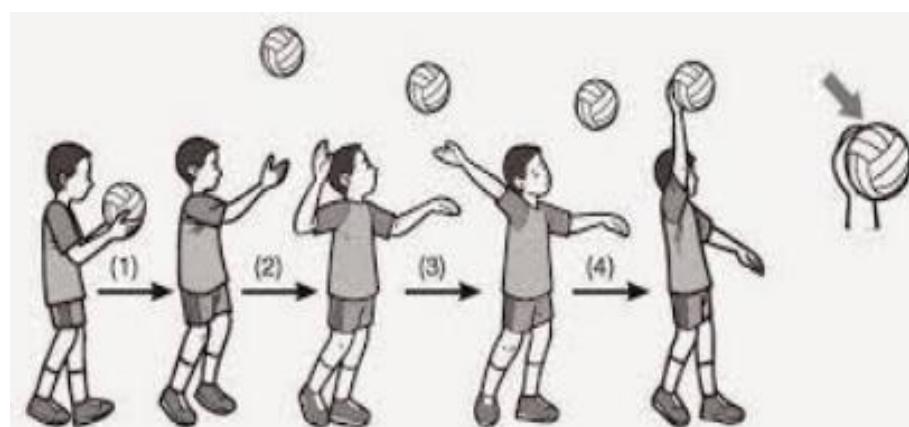
Teknik dasar dapat diartikan sebagai proses gerak sederhana dan mudah sebagai pondasi. Teknik dasar bola voli harus dikuasai sebelum mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur penting yang menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam pertandingan.

Teknik dasar dapat dipelajari dengan baik apabila dilakukan secara sistematis, berulang-ulang, dan jumlah bebannya makin meningkat. Dalam

permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, diantaranya adalah teknik *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan *block*. Teknik dasar dalam permainan bola voli yang perlu dikuasai adalah servis, *passing*, *smash*, dan *block* (Agus, dkk., 2021: 2). Pendapat senada diungkapkan Junaidi, dkk., (2021: 807) bahwa teknik yang harus dikuasai dalam permainan bola voli, yaitu terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Masing-masing teknik dijelaskan sebagai berikut:

1) Servis

Servis merupakan tanda awal dimulainya permainan bola voli, yaitu dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan hingga bola dapat melambung keatas melewati jaring net yang dilakukan oleh peserta belakang menuju daerah lapangan lawan yang memiliki pertahanan lemah. Servis yang baik sangat berpengaruh pada jalannya pertandingan karena merupakan teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan nilai.



Gambar 1. Teknik *Service* Atas

Beutelstahl (2008: 11) menyatakan bahwa kesalahan umum dalam melakukan teknik servis antara lain; (a) pergerakan anggota badan dalam memukul bola yang tidak ritmis, (b) stance (sikap pemain dalam saat memukul bola, baik sikap tubuh, kaki ataupun lengan) yang salah, (c) ayunan lengan yang kurang bertenaga, (d) lemparan bola yang kurang baik sehingga sulit dikontrol. Selain itu kekurangan terletak pada tingkat akurasi teknik *floating service* masih rendah.

2) *Passing*

Menurut Muhamajir (2018: 26) “*passing* adalah mengoperkan bola ke teman seregunya dengan gerak tertentu dan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan”. Reynaud (2015: 81) menyatakan *passing* merupakan sebuah teknik yang bisa digunakan dalam berbagai variasi baik untuk menerima bola dari servis, bola serangan atau untuk mengumpam. Dalam bola voli teknik *passing* dibagi menjadi dua, yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

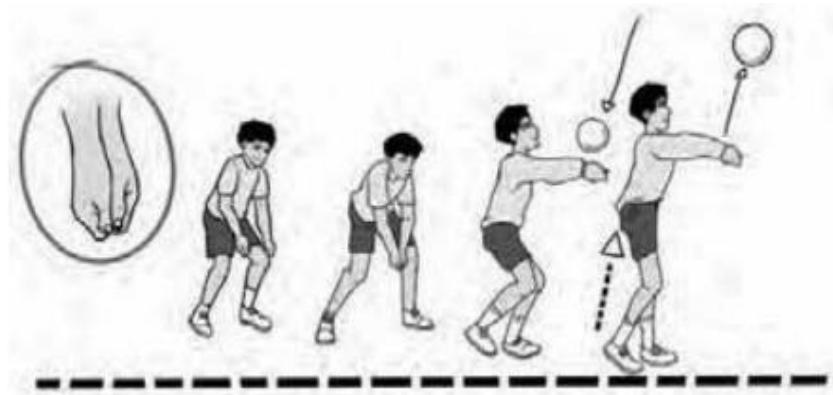
a) *Passing* Bawah

Passing bawah adalah suatu teknik menerima bola dengan menggunakan kedua tangan. *Passing* bawah merupakan teknik yang penggunaan lebih dominan, di mana *passing* bawah diperlukan untuk menerima *service*, menahan serangan lawan dan sewaktu-waktu dapat memberikan umpan-umpan bagi teman yang akan melakukan sebuah serangan (Hidayat, et al., 2018: 4). Mikanda (2014: 115) menyatakan bahwa *passing* bawah adalah memukul bola

dari arah bawah, dengan tahap gerakan dimulai dari posisi tubuh sedikit diturunkan, lutut agak ditekuk dan posisi kedua lengan dirapatkan.

Teknik *passing* bawah merupakan unsur dominan yang dilakukan, dimana *passing* bawah ini mempunyai kegunaan antara lain; (1) Untuk menerima bola servis, (2) Untuk menerima bola dari lawan yang bisa berupa serangan/*smash*, (3) Untuk melakukan pengambilan bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net, (4) Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan (Ahmadi, 2007: 24).

Dapat disimpulkan bahwa *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar yang terpenting dalam permainan bola voli, karena bisa dijadikan untuk penerimaan bola servis, dan bisa menjadi umpan yang bagus jika dilakukan dengan sempurna, dan gerakan ini menggunakan kedua tangan terutama lengan bagian bawah.



Gambar 2. Teknik *Passing* Bawah

Passing bawah bola voli merupakan salah satu bentuk kemampuan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks.

Tidak jarang atlet sering kali melakukan kesalahan. Viera & Ferguson (2000: 21) menyatakan kesalahan dalam melakukan *passing* bawah antara lain:

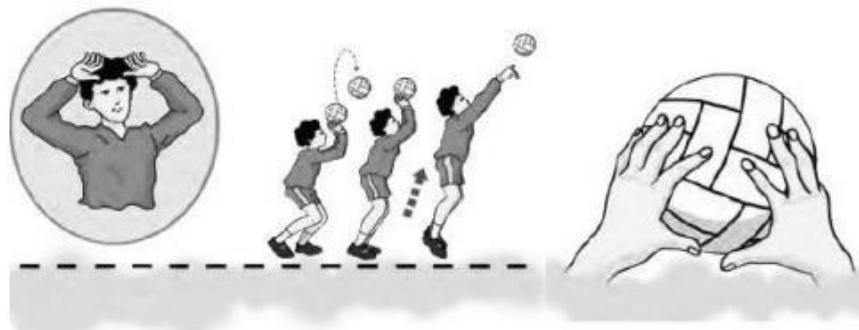
- 1) Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola.
- 2) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dioperkan terlalu rendah dan terlalu kencang.
- 3) Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka.
- 4) Lengan terpisah sebelum, pada saat atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operan salah.
- 5) Bola mendarat di lengan di daerah siku, atau menyentuh tubuh.

Kesalahan-kesalahan tersebut di atas hendaknya dicermati oleh pelatih, agar kualitas *passing* lebih baik, bila terjadi kesalahan segera dibetulkan.

b) *Passing* Atas

Passing atas merupakan suatu teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima bola yang berada didepan atas kepala yang sering digunakan sebagai umpan untuk melakukan smash. Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada dimuka setinggi hidung. Sudut antara siku dan

badan kurang lebih 45 derajat. Bola di sentuhkan dengan cara meluruskan kedua kaki dan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari-jari tidak berubah (Ahmadi, 2007: 25).



Gambar 3. Teknik *Passing* Atas

Analisis gerakan *passing* atas yang diuraikan adalah sikap dan gerak badan pada waktu melakukan *passing* atas yang terdiri dari sikap permulaan akan melakukan *passing* atas, sikap saat perkenaan bola, dan sikap akhir dalam melakukan *passing* atas sikap permulaan dalam melakukan *passing* atas yaitu sikap siap sedemikian rupa sehingga memudahkan untuk secepatnya bergerak ke arah yang diinginkan. Secara keseluruhan tubuh harus dalam keadaan seimbang yang labil. Seimbang maksudnya agar koordinasi daripada tubuh dapat dikuasai. Labil maksudnya agar tubuh itu dapat digerakkan ke berbagai arah yang dikehendaki dalam waktu singkat.

3) *Smash*

Dearing (2019: 44) menyatakan serangan dalam permainan bola voli disebut *smash*. Salah satu teknik paling populer dalam olahraga bola voli. Sebagian besar atlet voli berlatih keras untuk menguasai teknik *smash* agar mampu menyumbang poin dalam tim. Teknik *smash*

secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin. Millán-Sánchez et al (2017: 252); Heydari et al., (2018: 3) bahwa smash merupakan salah satu teknik yang paling pasti untuk memperoleh poin. *Smash* adalah pukulan yang biasanya mematikan karena bola sulit dikembalikan dan bagaimana memainkan bola secara efisien dan efektif di dalam aturan permainan untuk mencapai hasil yang optimal (Bujang & Haqiyah, 2019: 32). *Smash* adalah gerakan yang kompleks, karena dimulai dengan langkah pertama, tolakan untuk melompat, memukul bola saat melayang di udara dan mendarat kembali setelah memukul bola (Yulianti, 2017: 72).

Dapat disimpulkan bahwa *smash* merupakan salah satu teknik dasar dalam bola voli yang digunakan untuk menyerang dan mendapatkan poin melalui pukulan keras dan akurat sehingga bola yang diseberangkan ke daerah lawan dapat mematikan minimal menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna.



Gambar 4. Teknik *Smash*

Kesulitan yang sering dialami oleh seorang pemain bola voli dalam menguasai teknik *smash* adalah masalah *timing ball/ titik* saat bola akan dipukul, masalah posisi tangan saat perkenaan bola, jarak pukul tangan terhadap net, langkah smash, dan sebagainya (Suhadi & Sujarwo, 2009: 40-41).

4) *Block*

Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan dari lawan. Teknik *blocking* (bendungan) adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bola voli (Dearing, 2019: 69). Teknik *block* adalah tindakan melompat dan menempatkan tangan di atas dan melewati net untuk menjaga bola di tim lawan sisi lapangan (Zahradnik, et al., 2020: 2367). Teknik *block* merupakan teknik yang sulit dan memiliki tingkat keberhasilan rendah karena banyak faktor yang mempengaruhi (Xu, 2020: 3). Teknik *block* membutuhkan koordinasi dan timing yang bagus dalam membaca arah serangan *smash* lawan.



Gambar 5. Teknik Block

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli merupakan suatu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien dalam menyelesaikan tugas untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan olahraga menuntut adanya suatu penguasaan terhadap teknik dasar, karena dengan penguasaan teknik dasar yang baik memungkinkan seseorang peserta dapat menampilkan suatu permainan yang bermutu dan menggunakan taktik permainan yang baik pula.

3. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Sebuah pendidikan kegiatan sekolah terdiri dari intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah bagian dari sekolah yang dijadikan tempat untuk peserta didik mengembangkan bakat dan minatnya. Hernawan (2013: 4) menyatakan “kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran”.

Menurut Wiyani, (2013: 108) ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pembelajaran sekolah yang bertujuan untuk membantu peserta didik mengembangkan potensi, minat, dan bakat yang mereka miliki melalui kegiatan yang diadakan oleh tenaga kependidikan yang berwenang di sekolah tersebut.

Ekstrakurikuler adalah program kurikuler yang alokasinya tidak dicantumkan dikurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler disekolah memiliki berbagai macam bidang meliputi ekstrakurikuler olahraga, kesehatan, bahasa, dan seni. Kegiatan ekstrakurikuler dibidang olahraga meliputi sepak bola, bola voli, basket, tenis meja, bulu tangkis, sepak takraw dan yang lain.

Kegiatan yang bersifat pilihan dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler diperuntukkan bagi peserta didik yang ingin mengembangkan bakat dan kegemarannya dalam cabang olahraga serta lebih membiasakan hidup sehat (Subekti, 2015: 111). Kegiatan ekstrakurikuler olahraga pada sekolah diatur dalam Permendikbud Nomor 62 tahun 2014 tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah. Prestasi tidak selalu menjadi tolak ukur kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Setiap sekolah memiliki tujuan dan target dari kegiatan ekstrakurikuler yang berbeda antara sekolah satu dengan yang lainnya. Ekstrakurikuler dapat membentuk pribadi seseorang yang mampu bersikap sportif, bertanggung jawab, mandiri, dan mau melaksanakan

tugas sehari-hari (Bangun, 2019: 30). Abdurrahman, dkk., (2019: 7), menyatakan bahwa tujuan ekstrakurikuler adalah (1) meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) mengembangkan bakat, (3) mengenal hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan penjelasan para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah tempat belajar peserta didik di luar jam belajar sekolah sesuai minat dan bakat yang digunakan sebagai wadah untuk menampung ataupun mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik untuk dilakukan pembinaan dan bisa menghasilkan suatu prestasi.

b. Tujuan Ekstrakurikuler

Depdikbud (1997: 7) menyatakan “tujuan ekstrakurikuler adalah (1) Meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) Mengembangkan bakat, (3) Mengenal hubungan antara mata Pelajaran dengan kehidupan bermasyarakat”. Tujuan ekstrakurikuler Pendidikan Jasmani di sekolah menurut Saputra (1999: 16), antara lain: (1) Meningkatkan dan memantapkan pengetahuan peserta didik, (2) Mengembangkan bakat, minat, kemampuan dan kemampuan dalam upaya pembinaan pribadi peserta didik, (3) Mengenalkan hubungan antara mata pelajaran dengan kehidupan masyarakat.

Dari keterangan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan diadakan kegiatan ekstrakurikuler yaitu agar peserta didik memperoleh tambahan ilmu pengetahuan dan peningkatan kemampuan

baik ranah kognitif maupun ranah afektif. Melihat tujuan ekstrakurikuler yaitu untuk meningkatkan pengetahuan, mengembangkan minat dan bakat, serta pembinaan kepribadian peserta didik dalam kehidupan di masyarakat, maka jelas sekolah memupuk kegemaran dan bakat peserta didik agar mampunyai kesempatan untuk mengembangkan bakat dan meningkatkan kemampuan, dan kecerdasan jasmani.

c. Ekstrakurikuler Bola voli di SMP Negeri 1 Mungkid

Salah satu sekolah yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli adalah SMP Negeri 1 Mungkid. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli dilaksanakan satu kali dalam seminggu, yaitu hari Kamis dijadwalkan pukul 14.00-16.00 WIB. Jumlah peserta yang antusias dan berminat mengikuti ekstrakurikuler bola voli cukup banyak. Peserta ekstrakurikuler terdiri dari peserta putri dan putra mulai dari kelas 7 sampai kelas 9 yang dimana latihan dilakukan secara bersama-sama. Sarana dan prasarana di SMP Negeri 1 Mungkid cukup memadai terdapat lapangan bola voli lengkap dengan tiang net yang permanen.

4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Karakteristik adalah ciri khas dari suatu benda, akan tetapi setiap benda berbeda karakteristiknya. Peserta didik sekolah menengah pertama rata-rata berusia 13-15 tahun, usia ini termasuk dalam masa emas untuk berkembang

dan bertumbuh. Menurut Desmita (2010: 36) terdapat sejumlah karakteristik yang menonjol pada anak usia SMP ini, yaitu:

- a. Terjadinya ketidak seimbangan proporsi tinggi dan berat badan.
- b. Mulai timbulnya ciri-ciri sekunder.
- c. Kecenderungan ambivalence, antara keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bantuan dan bantuan dari orangtua.
- d. Senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.
- e. Mulai mempertanyakan secara skeptic mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan tuhan.
- f. Reaksi dan ekspresi emosi masih labil.
- g. Mulai mengembangkan standard dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.
- h. Kecenderungan minat dan pilihan karir relative sudah lebih jelas.

Dapat disimpulkan bahwa karakteristik peserta didik Sekolah Menengah Pertama (SMP) termasuk dalam taraf masa perkembangan atau berada pada masa remaja usia 13-15 tahun. Masa remaja ini merupakan perubahan menuju masa dewasa yang pada usia ini terjadi perubahan yang menonjol pada diri anak baik perubahan fisik maupun pola berpikir. Peserta didik SMP sebagai peserta didik dinyatakan sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam proses perkembangannya. Ternyata dari

hasil ketidakjelasan tersebut diakibatkan karena sedang ada pada periode transisi yakni dari periode anak-anak menuju remaja.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Chandra Richo Pratama (2022) yang berjudul “Pengembangan Penilaian Hasil Belajar PJOK Materi Bola Voli di SMP Berbasis *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)*”. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengetahui langkah-langkah pengembangan penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis *Game Performance Assessment Instrument (GPAI)*. (2) Mengetahui tingkat kelayakan produk penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis GPAI. (3) Mengetahui validitas dan reliabilitas penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis GPAI. Jenis penelitian ini adalah pengembangan (*Research and Development*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Langkah-langkah pengembangan instrumen penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis GPAI menggunakan metode ADDIE, yang meliputi 5 langkah yaitu tahap Analisis, Desain, Pengembangan, Implementasi, dan Evaluasi. (2) Instrumen penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis GPAI yang dikembangkan layak dengan penilaian guru pada uji coba skala kecil yaitu sebesar 92,5%. (3) Instrumen penilaian hasil belajar PJOK materi

bola voli di SMP berbasis GPAI yang dikembangkan valid dan reliabel, dengan $V_{Aiken} \geq 0,87$. Selanjutnya reliabilitas instrumen penilaian hasil belajar PJOK materi bola voli di SMP berbasis GPAI sebesar 0,797 pada kategori “Tinggi”.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Ikhsan Pangestu Setyawan (2017), yang berjudul “Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta didik Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 3 Klaten TA 2016/2017”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 peserta didik yang mengikuti tes tingkat kemampuan bola voli, sebanyak 9 peserta didik termasuk dalam kategori sedang (45%), sebanyak 6 peserta didik atau sebesar (30%) termasuk kategori baik, sebanyak 4 peserta didik atau sebesar (20%) termasuk kategori sangat kurang, sebanyak 1 peserta didik atau sebesar (5%) termasuk kategori sangat baik, sebanyak 0 peserta didik atau sebesar (0%) termasuk kategori kurang.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Davit Lutviantara (2015) yang berjudul “Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Bola Voli Peserta didik Kelas VII SMP N 1 Sanden Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan data tes kemampuan bermain bola voli yang terdiri dari 5 macam tes, yaitu *passing* bawah, *passing* atas, servis bawah, servis atas, dan *smash*. Penelitian ini merupakan deskriptif dengan metode survei dan teknik pengumpulan data dengan tes. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP N 1 Sanden berjumlah 161 peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta didik kelas VII SMP N 1 Sanden kabupaten Bantul Yogyakarta

tahun ajaran 2014/2015 adalah sebanyak 0 peserta didik (0,00%) dinyatakan "baik sekali", 0 peserta didik (0,00%) dinyatakan "baik", 17 peserta didik (10,56%) dinyatakan "sedang", 87 peserta didik (54,04%) dinyatakan "kurang", 57 peserta didik (35,40%) dinyatakan "kurang sekali".

4. Penelitian yang dilakukan oleh Fani Indra Junaka (2015) dengan judul "Kemampuan Dasar Bola Voli Peserta didik Kelas VIII di SMP Negeri 2 Turi Sleman". Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survey. Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Turi Sleman. Hasil penelitian tingkat kemampuan bola voli peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Turi Sleman sebagian besar berkategori kurang sebanyak 41 anak (38 %). Kemampuan passing atas sebagian besar berkategori kurang sebanyak 37 anak (34,3 %). Kemampuan passing bawah sebagian besar berkategori sangat kurang sebanyak 27 anak (25 %).

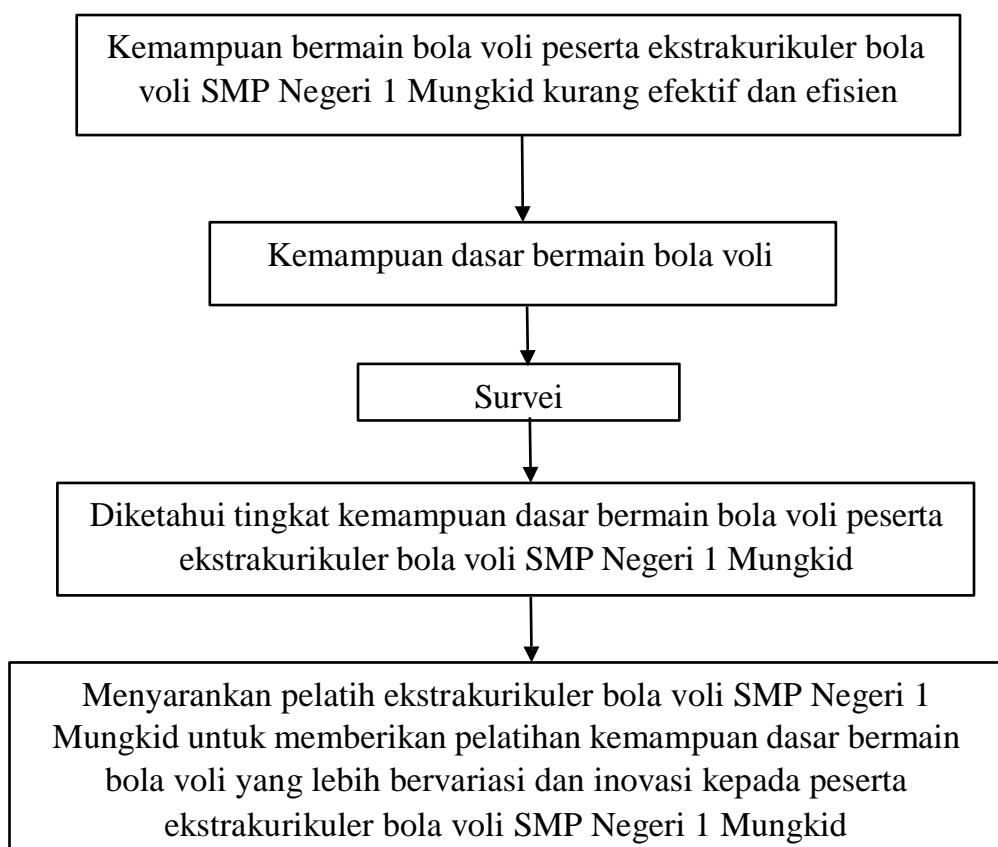
C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teori di atas, untuk dapat melakukan kegiatan permainan bola voli dengan baik, seseorang harus dapat memiliki kemampuan dalam bermain bola voli. Karena dalam permainan bola voli kemampuan dasar sangatlah penting gunanya untuk meningkatkan kemampuan gerak dasarnya.

Kemampuan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai tujuan dengan efektif dan efisien ditentukan oleh kecepatan, ketepatan, bentuk dan kemampuan menyesuaikan diri. Pembelajaran yang dilakukan secara berulang-ulang maka keefektifan kemampuan baru akan diperoleh. Oleh karena

itu selain pembelajaran pendidikan jasmani salah satu usaha untuk meningkatkan kemampuan bermain bola voli adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Penilaian kemampuan bermain peserta didik pada dasarnya membutuhkan kecermatan observasi pada saat permainan berlangsung. Dalam penelitian ini peserta didik diamati langsung oleh pelatih dan peneliti menggunakan lembar yang berisi pertanyaan terkait kemampuan dasar bermain bola voli. Tujuan dari penilaian ini untuk mengetahui berapa nilai yang didapatkan peserta didik selama bermain. Sehingga diketahui tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.



Gambar 6. Kerangka Berpikir Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, metode yang digunakan ialah dengan survei. Menurut Sugiyono (2015: 6) “metode survei adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu atau pelaksanaan penelitian, dengan suatu cara seperti menggunakan angket, tes, wawancara dan sebagainya”.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini bertempat di SMP Negeri 1 Mungkid, yang terletak di Jl. Magelang-Yogyakarta, Jetak, Mungkid, Mungkid, Magelang, Jawa Tengah 56512. Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus hingga September 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019: 126). Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 1 Mungkid yang berjumlah 24 peserta. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2019: 127).

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *purposive sampling*. Sugiyono (2019: 133) mengatakan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu. Kriteria penentuan sampel dalam penelitian ini meliputi: (1) peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mungkid, (2) berusia 13-15 tahun, dan (3) bersedia mengikuti kegiatan penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut sampel yang memenuhi berjumlah 24 peserta didik, terdiri dari 12 peserta putra dan 12 peserta putri. Rincian sampel dalam penelitian disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Populasi Penelitian

Jenis kelamin	
Putra	12
Putri	12
Jumlah	24

D. Definisi Operasional Variabel

Menurut Sugiyono (2015: 38) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang mempunyai bentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan bahan penelitian sehingga nantinya diperoleh sifat data atau informasi dari hal tersebut dan nantinya akan ditarik sebuah kesimpulan. Dalam penelitian ini seluruh kemampuan, seperti *passing* bawah, *passing* atas, servis bawah, servis atas, *smash*, dan *block* akan dinilai menggunakan metode survei.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat bantu yang digunakan peneliti agar kegiatan penelitian menjadi sistematis. Menurut Sugiyono (2011: 147148), instrumen

penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini berbasis *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) yang dikembangkan oleh Chandra Richo Pratama (2021). Instrumen GPAI (Oslin et al., 1998) dikembangkan untuk mengukur perilaku kinerja permainan yang menunjukkan pemahaman taktis, serta kemampuan pemain untuk memecahkan masalah taktis dengan memilih dan menerapkan kemampuan yang sesuai (Guizarro, et al., 2021: 1; Morales-Belando, et al., 2019: 49). Untuk mengkarakterisasi kinerja bermain dalam invasi *game*, perlu untuk mengidentifikasi komponen *game* yang tidak dapat diamati secara spesifik kinerja (Araujo, et al., 2019: 311). Instrumen GPAI memiliki nilai validitas $\geq 0,87$ dan reliabilitas sebesar 0,797.

Menurut Chandra Richo Pratama (2022) adapun tahapan-tahapan dalam pelaksanaan penilaian permainan bola voli berbasis *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) sebagai berikut:

- a. Langkah pertama yang harus dilakukan guru atau pelatih adalah memahami penilaian berbasis GPAI, dan memahami pengembangan instrumen penilaian dari kisi-kisi, instrumen, dan pedoman penilaian.
- b. Dalam melakukan pembelajaran guru atau pelatih menjelaskan terlebih dahulu tujuan pembelajaran dan indikator yang akan dicapai, sehingga pembelajaran akan berlangsung dengan efisien dan peserta didik akan aktif dalam pembelajaran berlangsung.

- c. Selama pembelajaran berlangsung, guru atau pelatih melakukan pengamatan kepada peserta didik untuk melakukan penilaian.
- d. Berdasarkan hasil pengamatan, guru atau pelatih memberikan skor dan menganalisis penilaian yang telah dilakukan.
- e. Hasil analisis skor penilaian hasil belajar berbasis GPAI digunakan sebagai alat evaluasi guru atau pelatih, sehingga akan terciptanya pembaharuan dan perbaikan oleh guru atau pelatih untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Rubrik instrumen penilaian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI dapat dilihat pada lampiran 3.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan metode survei dengan pengukuran. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini berbasis *Games Performance Assessmen Instrumen* (GPAI) yang dikembangkan oleh Chandra Richo Pratama (2022). Instrumen GPAI memiliki nilai validitas $\geq 0,87$ dan reliabilitas sebesar 0,797.

Dalam penilaian ini memerlukan beberapa peralatan yang dipersiapkan. Fasilitas dan perlengkapan dalam penilaian ini terdiri atas lapangan, jaring, bola, dan perlengkapan pemain. Fasilitas bola voli terdiri dari lapangan permainan bola voli, net atau jaring, tiang dan tongkat, dan bola voli. Adapun fasilitas perlengkapan bola voli dan tahapan pelaksanaan penilaian

permainan bola voli berbasis *Games Performance Assessmen Instrumen* (GPAI) dapat dilihat pada lampiran 5.

G. Teknik Analisis Data

Suatu data yang telah dikumpulkan dalam penelitian akan dianalisis sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Budiwanto (2017: 16) menyatakan bahwa statistika deskriptif terutama digunakan untuk mendeskripsikan variabel-variabel penelitian yang diperoleh dari hasil tes dan pengukuran menggunakan angkaangka. Tujuan analisis statistik deskriptif adalah memberikan gambaran tentang keadaan atau status fenomena yang berkaitan dengan masalah penelitian berdasarkan data yang telah dikumpulkan.

Pedoman penilaian yang dilakukan dalam menilai tingkat kemampuan bermain bola voli berbasis *Games Performance Assessmen Instrumen* (GPAI) seperti yang terlihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Contoh Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Nama	DM	SE	S	G/M	B	Total	Nilai
1	Andi	12	10	8	6	3	39	48,75
2	Andri	14	7	6	6	4	37	46,25
3								
Jumlah								95,00
Rata-rata								47,50

Setelah dilakukan penilaian berdasarkan indikator permainan bola voli berbasis *Games Performance Assessmen Instrumen* (GPAI), maka dapat dihitung hasil belajar siswa dengan cara sebagai berikut.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Total}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Adapun kriteria penilaian yang diberikan kepada peserta didik untuk diketahui tingkat kemampuan bermain bola voli yang disajikan pada tabel sebagai berikut.

Tabel 3. Kriteria Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Interval Nilai	Kriteria
1	72-100	Sangat Tinggi
2	63-71	Tinggi
3	44-62	Rendah
4	25-43	Sangat Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan obyek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada peserta putra tanggal 14 September 2023 di SMP Negeri 1 Mungkid tentang tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid. Berikut akan dideskripsikan berdasarkan jenis kelamin peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.

1. Peserta Putra

Hasil penilaian kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

Nama	Decision Making (DM)					Skill Execution (SE)						Support (S)					Guard/Mark (G/M)			Base (B)		Σ Total	Nilai				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
AZM	3	2	3	2	3	13	1	2	3	2	3	2	13	3	3	1	1	8	2	3	2	7	1	3	4	43	53,75
DAB	3	2	3	2	1	11	3	1	1	2	3	1	11	2	2	1	3	8	1	3	3	7	1	2	3	40	50,00
FKR	3	2	1	2	2	10	2	1	1	2	3	1	10	2	1	3	2	8	3	1	2	6	2	1	3	37	46,25
KPP	1	2	1	2	3	9	3	2	1	2	1	2	12	3	1	1	2	7	3	1	2	6	3	2	5	39	48,75
MAN	3	1	3	3	2	12	1	3	1	2	2	2	11	1	3	2	1	7	2	3	1	6	2	3	5	41	51,25
MAS	3	2	1	3	1	10	2	3	2	1	3	2	13	1	1	3	2	7	1	3	2	6	1	3	4	40	50,00
MHR	2	2	2	3	2	11	1	2	2	1	2	1	9	1	3	2	2	8	1	3	2	6	1	3	4	38	47,50
RFM	2	2	2	1	2	9	2	1	3	3	1	2	12	1	2	3	1	7	2	1	1	4	1	3	4	36	45,00
RHS	3	2	2	3	2	12	1	2	3	2	1	3	12	1	1	2	2	6	3	2	1	6	1	2	3	39	48,75
RMA	2	2	3	2	1	10	3	1	1	2	3	1	11	1	2	3	1	7	2	3	1	6	2	3	5	42	52,50
STN	2	3	3	2	3	13	1	3	3	2	1	2	12	3	2	1	3	12	2	1	1	4	2	3	5	43	53,75
TIB	3	2	3	2	3	13	2	3	2	2	2	3	14	2	3	2	3	10	2	2	3	7	4	3	7	53	66,25

Tabel 5. Rangkuman Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Nama	DM	SE	S	G/M	B	Total	Nilai
1	AZM	13	13	8	7	4	43	53,75
2	DAB	11	11	8	7	3	40	50,00
3	FKR	10	10	8	6	3	37	44,25
4	KPP	9	12	7	6	5	39	48,75
5	MAN	12	11	7	6	5	41	51,25
6	MAS	10	13	7	6	4	40	50,00
7	MHR	11	9	8	6	4	38	47,50
8	RFM	9	12	7	4	4	36	45,00
9	RHS	12	12	6	6	3	39	48,75
10	RMA	10	11	7	6	5	42	52,50
11	STN	13	12	12	4	5	43	53,75
12	TIB	13	14	10	7	7	53	66,25
Jumlah								613,75
Rata-rata								51,145

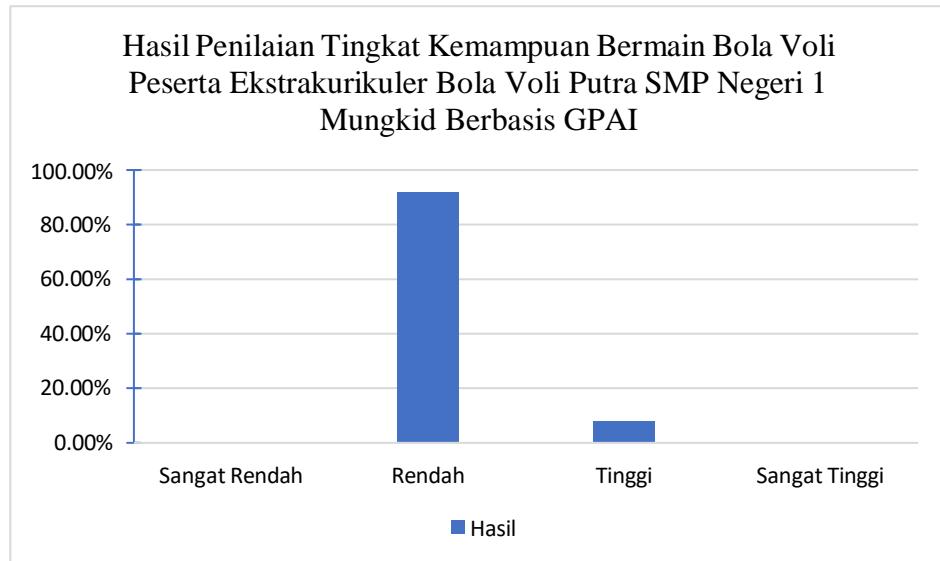
Apabila ditampilkan dalam bentuk Kriteria Penilaian, penilaian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 6. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	72-100	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	63-71	Tinggi	1	8,33%
3	44-62	Rendah	11	91,67%
4	25-43	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan Kriteria Penilaian pada tabel 5 tersebut di atas, tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMP

Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI dapat disajikan pada gambar sebagai berikut.



Gambar 7. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

2. Peserta Putri

Hasil penilaian kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putri SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

Nama	Decision Making (DM)					Skill Execution (SE)						Support (S)					Guard/Mark (G/M)			Base (B)			Σ Total	Nilai			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
AFS	1	2	1	1	1	6	2	1	1	1	2	1	8	2	1	2	1	6	1	2	1	4	1	1	26	32,50	
AML	1	1	1	2	1	6	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	2	24	30,00
ANA	2	1	2	1	2	8	2	1	1	1	1	2	8	1	2	2	1	6	1	2	1	4	1	2	3	29	36,25
ELS	1	1	2	1	1	6	1	2	2	1	1	1	8	2	1	2	1	6	2	1	2	5	1	1	2	27	33,75
FMA	3	3	2	2	3	13	3	2	2	3	3	3	16	3	2	3	3	11	2	3	2	7	4	3	7	54	67,50
FNA	1	2	1	1	2	7	1	2	1	1	1	2	8	2	1	1	1	5	1	2	1	4	2	1	3	27	33,75
GLN	1	1	2	1	1	6	1	1	2	1	1	7	2	1	1	1	5	1	1	2	4	1	1	2	24	30,00	
INT	1	2	2	1	1	7	1	2	1	2	1	1	8	1	2	1	1	5	1	2	1	4	1	1	2	26	32,50
MLA	1	2	1	3	2	9	1	2	1	2	3	1	10	2	2	1	2	7	2	1	3	6	1	3	4	36	45,00
RRA	3	2	2	2	1	10	1	2	1	2	2	1	9	2	2	1	1	6	1	2	1	4	2	1	3	32	40,00
SFA	2	2	2	1	2	9	1	1	1	1	1	2	7	2	1	2	1	6	1	2	1	4	1	2	3	29	36,25
TWI	1	2	1	1	1	6	2	1	1	1	1	7	2	2	1	1	6	1	1	2	4	2	1	3	26	32,50	

Tabel 8. Rangkuman Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Nama	DM	SE	S	G/M	B	Total	Nilai
1	AFS	6	8	6	4	2	26	32,50
2	AML	6	8	4	4	2	24	30,00
3	ANA	8	8	6	4	3	29	36,25
4	ELS	6	8	6	5	2	27	33,75
5	FMA	13	16	11	7	7	54	67,50
6	FNA	7	8	5	4	3	27	33,75
7	GLN	6	7	5	4	2	24	30,00
8	INT	7	8	5	4	2	26	32,50
9	MLA	9	10	7	6	4	36	45,00
10	RRA	10	9	6	4	3	32	40,00
11	SFA	9	7	6	4	3	29	36,25
12	TWI	6	7	6	4	3	26	32,50
Jumlah							450	
Rata-rata							37,50	

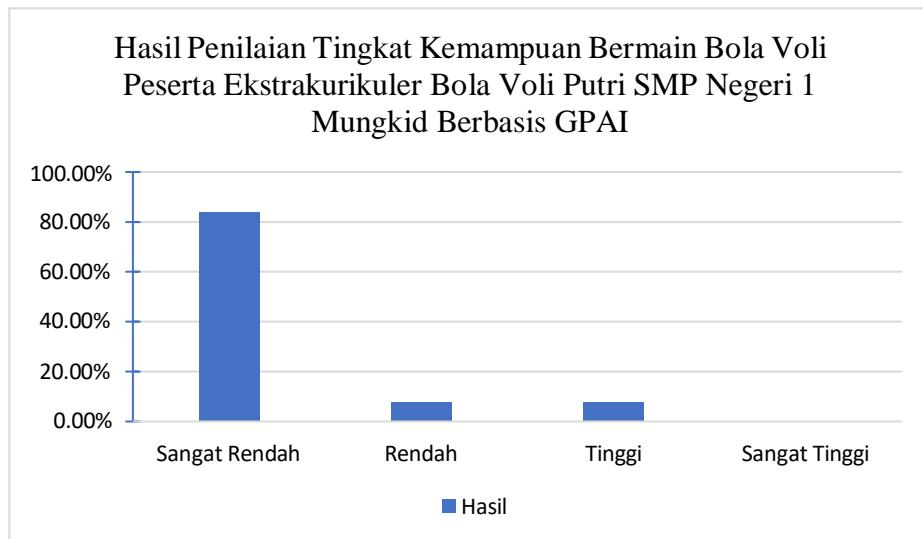
Berdasarkan Kriteria Penilaian di atas, tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putri SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI dapat disajikan pada gambar sebagai berikut.

Tabel 9. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	72-100	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	63-71	Tinggi	1	8,33%
3	44-62	Rendah	1	8,33%
4	25-43	Sangat Rendah	10	83,34%
Jumlah			12	100%

Berdasarkan Kriteria Penilaian pada tabel 5 tersebut di atas, tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli putri SMP

Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI dapat disajikan pada gambar sebagai berikut.



Gambar 8. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

3. Hasil Keseluruhan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada peserta putra maupun peserta putri, diperoleh hasil kategori dan kriteria penilaian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI. Berikut tabel 11 merupakan kriteria penilaian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI.

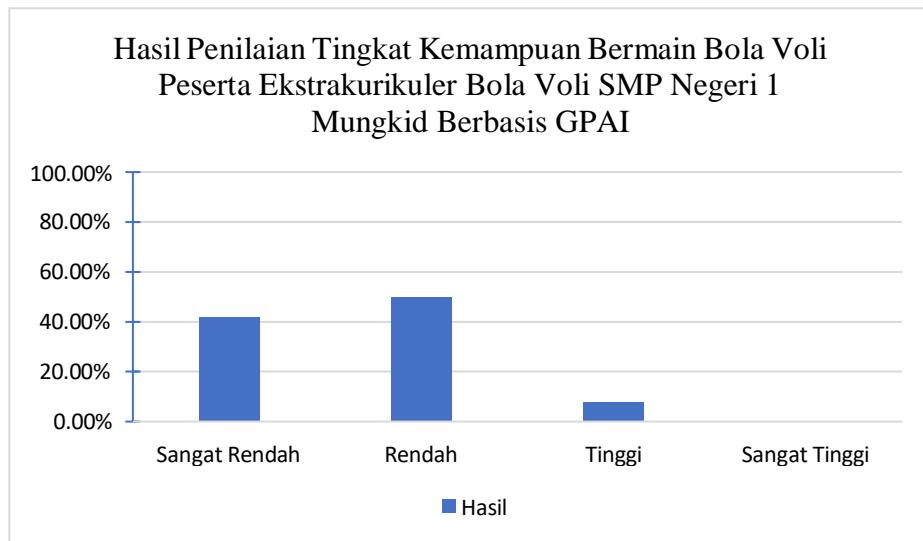
Tabel 10. Kriteria Penilaian Hasil Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	72-100	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	63-71	Tinggi	2	8,33%
3	44-62	Rendah	12	50,00%

4	25-43	Sangat Rendah	10	41,67%
Jumlah			24	100%

Dari tabel di atas diperoleh tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid yaitu kategori “Sangat Rendah” sebesar 41,67% (10 peserta didik), “Rendah” sebesar 50,00% (12 peserta didik), “Tinggi” 8,33% (2 peserta didik), dan “Sangat Tinggi” 0,00% (0 peserta didik). Frekuensi terbanyak sebesar 50,00%, yaitu pada kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid adalah “Rendah”.

Berdasarkan Kriteria Penilaian pada tabel 5 tersebut di atas, tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI dapat disajikan pada gambar sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Hasil Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

B. Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid. Dari hasil penelitian tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI, diperoleh suatu data hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola voli antara satu peserta dengan peserta lain tentunya berbeda. Data hasil penelitian kemampuan bermain bola voli peserta didik kemudian dikategorikan menurut norma penilaian.

Tingkat perkembangan olahraga tertentu harus memperhatikan pada penguasaan kemampuan gerak. Untuk meningkatkan prestasi peserta ekstrakurikuler guru ataupun pelatih harus melaksanakan proses latihan yang terpadu dan sesuai prosedur latihan yang benar. Salah satunya dengan cara memperhatikan kemampuan gerak peserta didik. Dengan melaksanakan proses pembelajaran yang terpadu dan sesuai prosedur pembelajaran yang benar diharapkan mampu menjadi dasar untuk terus meningkatkan kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid agar tidak menurun.

Setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam penguasaan teknik, beberapa siswa yang dilatih bersama-sama dengan jenis teknik yang sama belum tentu mereka menguasai teknik tersebut, malah kadang terjadi kesalahan teknik yang berulang-ulang meskipun setiap berlatih, pelatih telah mengoreksinya. Kemampuan yang baik dapat dicapai jika: 1) adanya kemauan

dari individu, berupa motivasi untuk dapat menguasai kemampuan yang diajarkan, 2) adanya proses pembelajaran yang didukung oleh kondisi dan lingkungan belajar yang baik, 3) adanya prinsip-prinsip latihan yang dikembangkan untuk memperkuat respon yang terjadi.

Kesalahan teknik yang dilakukan siswa disebabkan berbagai faktor antara lain:

1. Peserta didik memiliki bayangan atau angan-angan gerak yang salah, yang disebabkan kurang jelas dalam menerangkan atau peserta didik salah menangkap penjelasan dari pelatih.
2. Peserta didik telah menguasai teknik tertentu namun dengan gerak salah dan telah menjadi gerak otomatis yang salah.
3. Kemampuan fisik yang kurang mendukung, misalnya seorang akan berlatih suatu teknik yang ada unsur meloncat, namun atlet tidak memiliki *power* yang memadai maka akan menghambat penguasaan teknik.
4. *Nervous*, takut sehingga menyebabkan ketidak seriusan dalam berlatih.

Dengan selalu melakukan rutinitas latihan, peserta didik akan memiliki tingkat kemampuan yang lebih baik dibandingkan dengan yang lainnya. Namun akan berbeda halnya dengan peserta didik yang masih merasa kurang percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya, justru ia akan malas dan kurang bersemangat untuk mengikuti latihan rutin di sekolah maupun di luar sekolah. Sedangkan sebenarnya latihan yang rutin akan memberi banyak manfaat seperti halnya mampu meningkatkan kondisi gerak yang baik dan menunjang anak mempunyai kemampuan yang lebih baik. Sedangkan siswa yang masuk dalam

kategori baik dan sangat baik, dikarenakan mempunyai kemampuan individu yang terlatih, terutama penguasaan teknik-teknik dasar pada permainan bola voli. Penguasaan teknik bermain bola voli dapat diperoleh dan dikembangkan dengan rutinitas latihan yang intensif, salah satunya melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Terlepas dari faktor latihan pada saat kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan, faktor lain yang dapat mempengaruhi kemampuan bermain bola voli peserta didik yaitu kondisi lingkungan yang mendukung. Baik buruknya lingkungan sekitar siswa akan berpengaruh pada kemampuan bola voli siswa, ketika siswa yang mendapatkan kondisi lingkungan sekitar yang kurang mendukung, maka akan membawa dampak kurang baik terhadap kemampuan bola voli. Selain itu, pada anak usia 13-15 tahun adalah keadaan dimana anak pada tahap tidak jelas dalam proses perkembangannya karena sedang ada pada periode transisi yakni dari periode anak-anak menuju remaja. Dalam hal ini peran guru sangat dibutuhkan dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada peserta didik pada saat latihan maupun setelah kegiatan latihan.

Menurut Nugroho (2013: 2) kemampuan dapat diartikan sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. Semakin tinggi tingkat kemampuan seseorang, maka akan semakin tinggi pula tingkat keberhasilan seseorang dalam melakukan tugas atau tekniknya. Menurut Ma'mun dan Yudha (2000: 57) kemampuan dapat dilakukan dengan cara

mempertimbangkan (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud.

Menurut Ritahudin dan Bernadicta (2016: 1) bola voli adalah sebuah permainan yang mudah dilakukan menyengangkan dan bisa dilakukan di halaman atau lapangan. Teknik yang harus dikuasai dalam permainan bola voli, yaitu terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*. Teknik servis adalah sentuhan pertama dengan bola yang dilakukan oleh pemain (Fett, et al., 2021: 3). Servis berkembang menjadi sebuah teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan poin (Aviles, et al., 2019: 16; Sors, et al., 2018: 2). Pukulan servis berperan besar untuk memperoleh point, maka pukulan servis harus meyakinkan, terarah, keras, dan menyulitkan lawan.

Teknik *passing* dalam permainan bola voli terbagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas (Barlian & Anpolu, 2021: 72). *Passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk memberikan umpan kepada teman satu tim. Penyusunan serangan dimulai dari penerimaan bola pertama dari servis baik menggunakan *passing* bawah ataupun *passing* atas tergantung dari arah datangnya bola.

Selanjutnya teknik *smash* adalah salah satu cara mendapatkan poin melalui pukulan keras dan akurat. Dearing (2019: 44) menyatakan serangan dalam permainan bola voli disebut *smash*. *Smash* adalah pukulan yang biasanya mematikan karena bola sulit dikembalikan dan bagaimana memainkan bola secara efisien dan efektif di dalam aturan permainan untuk mencapai hasil yang optimal (Bujang & Haqiyah, 2019: 32).

Teknik dasar bola voli yang terakhir adalah teknik *blocking* (bendungan).

Teknik *blocking* adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bola voli (Dearing, 2019: 69). Teknik *block* merupakan teknik yang sulit dan memiliki tingkat keberhasilan rendah karena banyak faktor yang mempengaruhi (Xu, 2020: 3). *Block* mempunyai keberhasilan yang sangat kecil karena bola *smash* yang akan di-*block* arahnya dikendalikan oleh lawan (lawan selalu berusaha menghindari *block*).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli merupakan suatu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas dalam permainan untuk mencapai hasil yang optimal. Menguasai teknik dasar permainan bola voli merupakan faktor penting agar mampu bermain bola voli dengan baik. Menguasai teknik dasar bola voli akan menunjang kemampuan dan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid berbasis GPAI adalah “Rendah”. Hal ini dikarenakan beberapa faktor, diantaranya kurangnya motivasi, percaya diri, dan metode pembelajaran yang kurang bervariasi (monoton). Sehingga menjadi tugas guru ataupun pelatih esktrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid untuk bisa meningkatkan tingkat kemampuan bermain bola voli peserta esktrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid sebagian besar hasilnya masuk dalam kategori “Rendah”. Hasil dari penilaian yaitu kategori “Sangat Rendah” sebesar 41,67% (10 peserta didik), “Rendah” sebesar 50,00% (12 peserta didik), “Tinggi” 8,33% (2 peserta didik), dan “Sangat Tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian ini memiliki implikasi, yaitu:

1. Bagi peserta didik untuk bisa mempertahankan dan meningkatkan kemampuan bermain bola voli, sehingga ketika bermain dalam pertandingan dapat menunjukkan kemampuan yang maksimal dengan didukung kemampuan bermain bola voli yang baik.
2. Pelatih dan peserta didik dapat mengetahui kemampuan bermain bola voli, sehingga bagi pelatih dan peserta didik untuk lebih menjaga dan mempertahankan kemampuan bermain bola voli peserta didik menjadi lebih baik.
3. Evaluasi pelaksanaan kegiatan pelatihan permainan bola voli melalui tes pengukuran di sekolah tidak sebagai acuan bahan yang akan diajarkan. Juga perlu dilakukan evaluasi melalui tes pengukuran untuk materi permainan bola voli.

C. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai tingkat kemampuan bermain bola voli peserta ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 1 Mungkid, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada Pihak Sekolah

Melihat hasil penelitian tingkat kemampuan bermain bola voli, hendaknya sekolah memberi motivasi pada peserta didik untuk mengembangkan setiap potensi yang dimiliki.

2. Bagi Guru Penjaskes atau Pelatih Ekstrakurikuler Bola Voli

Dapat dijadikan masukan dan evaluasi proses latihan yang terpadu dan sesuai prosedur latihan yang benar.

3. Bagi Peserta Didik

Dapat dijadikan sebagai tolok ukur tingkat kemampuan bermain bola voli, sehingga peserta didik dapat lebih meningkatkan latihannya agar menjadi lebih baik lagi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis agar lebih luas lagi, dengan meningkatkan kuantitas dan kualitasnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan secara maksimal, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada, yaitu sebagai berikut.

1. Sebelum terlaksana pengambilan data peneliti tidak memperhatikan kondisi fisik subjek penelitian. Hal itu dikarenakan peneliti tidak mampu mengontrol aktivitas yang dilakukan subjek sebelum pengambilan data.
2. Peneliti sulit mengetahui kesungguhan peserta didik dalam penelitian tingkat kemampuan bermain bola voli.
3. Ketika pengambilan data pada penelitian ini peserta didik masih susah untuk diarahkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z., Aminudin, R., Sumarsono, R. N., & Mahardika, D. B. (2019). Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiswa PJKR Semester II di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019. *Jurnal Ilmiah Penjas*, 5 (2), 48-60.
- Ahmadi, Nuril. (2007). Panduan Olahraga Bola Voli. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Aji, B. S., & Winarno, M. E. (2016). Pengembangan Instrumen Penilaian Pengetahuan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Kelas VIII Semester Gasal. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 1(7), 1449-1463.
- Arfianto, D. (2010). Survei Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA/SMK/MA Se Kecamatan Sukorejo Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2010/2011. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Beutelstahl, D. (2015). Belajar Bermain Bola Voli. Bandung: Pionir Jaya.
- Fathoni, A. F. (2017). Pengembangan Rubrik Penilaian Kemampuan Mata Pelajaran PJOK Materi Bola Besar dan Kecil Kelas VII Semester Genap. [Tesis, tidak diterbitkan]. Malang: Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Fikri, M. A., Hidayat, D., Achmad, I. Z., & Gani, R. A. (2021). Tingkat Kemampuan Dasar Permainan Bola Voli pada Peserta Ekstrakulikuler Bola Voli. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7 (8), 141-147.
- Herlintang, H. (2019). Tingkat Kemampuan Dasar *Passing* Bawah Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Gamping Sleman Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jamil, Y., Nugraheni, W., & Bachtiar. (2022). Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bola Voli pada Siswa Peserta Ekstrakulikuler Bola Voli. *Jurnal Educatio*, 8 (4), 1309-1317.
- Juniarta, A. T., & Winarno, M. E. (2016). Pengembangan Instrumen Penilaian Pengetahuan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Kelas XI Semester Gasal. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 1(8), 1659-1664.
- Lutviantara, D. (2015). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Bola Voli Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sanden Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2014/2015. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Memmert, D., & Harvey, S. (2008). *The Game Performance Assessment Instrument (GPAI): Some Concerns and Solutions for Further Development. Journal of Teaching in Physical Education*, 27(2), 220-240.

- Naibul. (2017). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Bolavoli Peserta Didik Kelas VIII SMP Diponegoro Depok Sleman Tahun Pelajaran 2017/2018. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prasetyadi, V, B. (2020). Tingkat Kemampuan Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra di SMP Negeri 1 Borobudur Kabupaten Magelang. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prastio, D, S. (2015). Tingkat Kemampuan Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 4 Gamping Kapupaten Sleman Tahun Pelajaran 2014/2015. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pratama, C. R. (2022). Pengembangan Penilaian Hasil Belajar PJOK Materi Bola Voli di SMP Berbasis *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI). [Tesis, tidak diterbitkan]. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahman, A.N. (2018). Tingkat Kemampuan Dasar Passing Bolavoli Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di SMK N 1 Gombong Tahun Ajaran 2018/2019. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Raihanati, E. & Wahyudi, A. (2021). Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Bolavoli Pemain Pra Junior di Kabupaten Kudus Tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2 (1), 222-229.
- Rasyono & Setiawan, I. B. (2020). Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Voli Pada Jurusan Olahraga dan Kepelatihan Universitas Jambi. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 2 (3), 143-152.
- Suhadi, Sujarwo. (2009). *Volleyball for All* (Bolavoli untuk semua). Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tri Umboro (2009). Tingkat Kemampuan Bermain Bola voli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wahyudi, R., Mudzakir, D.O., & Ginanjar, A. (2020). Survei Kemampuan Bermain Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler. *Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga*, 1 (1), 11-17.
- Wardhana, S. J. (2022). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Bola Voli Siswa dan Siswi yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA Negeri 2 Kota Tangerang Selatan Tahun Ajaran 2021/2022. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wibowo, I, C, W. (2015). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 3 Sleman Tahun Ajaran 2015/2016. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yusuf, A.Muri. (2016). Metode Penelitian Kuallitatif, Kuantitatif dan Penelitian Gabungan. Jakarta: PRENADAMEDIA GROUP.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Hani Afifan Rizky
 NIM : 19601291 110
 Program Studi : Pendidikan Jasman, Kesehatan & Rekreasi
 Pembimbing : Dr. Yudhanto, S.Pd, J.S MPd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	3 Agustus 2023	Pertemuan Persama untuk Membahas Judul	<i>[Signature]</i>
2	8 Agustus 2023	Membahas Bab 1	<i>[Signature]</i>
3	21 Agustus 2023	Membahas Bab 2	<i>[Signature]</i>
4	1 September 2023	Membahas Bab 3	<i>[Signature]</i>
5	7 September 2023	Persiapan ambil data	<i>[Signature]</i>
6	22 September 2023	Membahas hasil ambil dat	<i>[Signature]</i>
7	25 September 2023	Membahas bab 4	<i>[Signature]</i>
8	2 November 2023	Finishing bab 4 - 5	<i>[Signature]</i>
9	2 Desember 2023	Pengecekan SKRIPSI bab 1 - 5	<i>[Signature]</i>
10	8 Januari 2024	Persiapan Sidang	<i>[Signature]</i>

Ketua Departemen POR,



Dr. Ngatman, M.Pd.
NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

about:blank



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/109/UN34.16/PT.01.04/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

7 September 2023

Vth. : Kepala SMP Negeri I Mungkid
Jl. Magelang - Yogyakarta, Jetak, Mungkid, Kec. Mungkid, Kabupaten Magelang, Jawa
Tengah 56512

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	:	Husni Arfan Rizky
NIM	:	19601241110
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	Tingkat Ketrampilan Bermain Bola Voli Perserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri I Mungkid
Waktu Penelitian	:	11 - 29 September 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin
dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,



Prof. Dr. Guntur, M.Pd.
NIP 19810926 200604 1 001

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

SMP NEGERI 1 MUNGKID
Jalan Raya Blabak Magelang Desa Mungkid
Telp. (0292) 732168, 732169, 732170

Website : smpn1mungkid.sch.id Email : smpn1.mungkid@yahoo.com

Nomor : 421/488/04.20.SMP/2023 15 September 2023
Lampiran : -
Hal : Pemberian Izin Penelitian

Yth
Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
di Yogyakarta

Berdasarkan surat dari Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Nomor B/109/UN34.16/PT.01.04/2023 tanggal 7 September 2023 perihal permohonan ijin penelitian untuk mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS).

Kepala SMP Negeri 1 Mungkid memberikan ijin kepada : .

Nama : HUSNI ARFAN RIZKY
NIM : 19601241110
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi – S1
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Mungkid dengan waktu
penelitian tanggal 11 s.d 29 September 2023

Demikian surat ijin ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 3. Rubrik Penilaian Tingkat Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Mungkid Berbasis GPAI

No	Item Pertanyaan	SS	S	TS	STS
<i>Decision Making</i>					
1	Peserta didik mampu memberikan bola ke teman yang berada diruang kosong supaya lebih memudahkan dalam melakukan penyerangan				
2	Peserta didik mampu mengambil keputusan yang tepat untuk menyeberangkan bola ke daerah lawan yang kosong				
3	Peserta didik mampu mengambil keputusan yang tepat untuk menutup serangan dari lawan				
4	Peserta didik mampu menerima servis dengan berbagai/salah satu gerak dasar supaya bola tidak jatuh pada lapangan sendiri				
5	Peserta didik mampu menerima <i>smash</i> dengan berbagai/salah satu gerak dasar supaya bola tidak jatuh pada lapangan sendiri				
<i>Skill Execution</i>					
6	Peserta didik mampu menerima/ <i>receive</i> servis dengan <i>passing</i> bawah dengan baik				
7	Peserta didik mengumpam bola secara akurat dengan menggunakan gerak dasar <i>passing</i> bawah kepada teman lainnya				
8	Peserta didik mampu menerima <i>smash</i> lawan menggunakan <i>passing</i> bawah dengan baik				
9	Peserta didik mengumpam bola secara akurat dengan menggunakan gerak dasar <i>passing</i> atas kepada teman lainnya				
10	Peserta didik mampu melakukan pukulan keras dan tepat sasaran ke dalam pertahanan lawan				

11	Peserta didik mampu melakukan gerak dasar <i>blocking</i> pada saat pemain lawan melakukan <i>spike</i>				
<i>Support</i>					
12	Peserta didik selalu memperhatikan servis lawan saat menerima bola pertama				
13	Peserta didik selalu siap saat akan menerima bola kedua maupun ketiga				
14	Peserta didik memberikan dukungan berupa teriakan kepada teman yang menerima bola				
15	Pemain terdekat selalu medekat ke teman yang sedang menerima bola				
<i>Guard/Mark</i>					
16	Dalam posisi bertahan ketika bola berada di sisi lawan peserta didik yang berada di depan dalam posisi mengawasi pergerakan <i>spiker</i> lawan dan bersiap untuk melakukan <i>blocking</i> serangan lawan				
17	Dalam posisi bertahan peserta didik yang berada di posisi belakang siap meng- <i>cover</i> teman yang sedang melakukan <i>blocking</i>				
18	Peserta didik yang berada di posisi belakang selalu siap untuk bertahan apabila lawan melakukan <i>spike</i> keras				
<i>Base</i>					
19	Pada saat servis pertama yang dilakukan lawan peserta didik menempati posisi rotasi masing-masing				
20	Dalam situasi menyerang peserta didik yang berada di posisi belakang meng- <i>cover</i> <i>spiker</i>				

	yang berusaha melewatkana bola ke daerah lawan kemudian bersiap menerima kembali jika hasil <i>spike</i> mampu dibendung lawan				
--	--	--	--	--	--

Keterangan:

SS = Sangat Sesuai = 4

S = Sesuai = 3

TS = Tidak Sesuai = 2

STS = Sangat Tidak Sesuai = 1

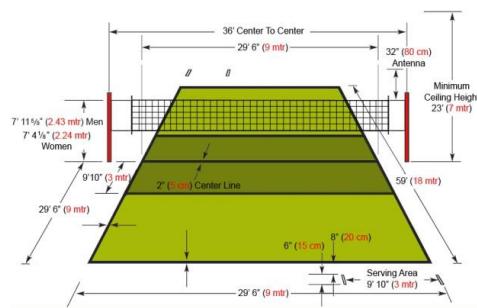
Jumlah= 80

Lampiran 4. Fasilitas dan Perlengkapan Bola Voli

Adapun fasilitas perlengkapan bola voli yang digunakan sebagai berikut:

a. Lapangan bola voli

Lapangan bola voli berjarak 18 meter dari garis akhir ke garis akhir dan 9 meter dari sideline ke endline. Garis tengah (di bawah net) membagi pengadilan menjadi dua. Garis serangan masing-masing tim adalah tiga meter dari garis tengah. Lapangan bola voli disajikan pada gambar sebagai berikut:

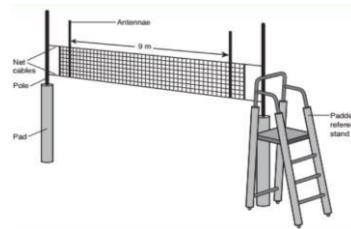


Gambar 10. Lapangan Bola Voli

(Sumber: Hidayat, dkk., 2018: 297)

b. Jaring/net

Jaring adalah alat yang digunakan untuk membatasi area dalam lapangan bola voli. Ketentuan lebar net 1 m dan panjang 9,50 m, terdiri atas rajutan lubang-lubang 10 cm berbentuk persegi berwarna hitam. Lubang-lubang pada net bervariasi, ada yang terdiri dari 10 lubang ke bawah atau 9 lubang ke bawah, tetapi untuk standar internasional menggunakan 10 lubang ke bawah, perbedaan jumlah lubang berpengaruh pada lebar net. Net bola voli dapat dilihat pada gambar sebagai berikut.

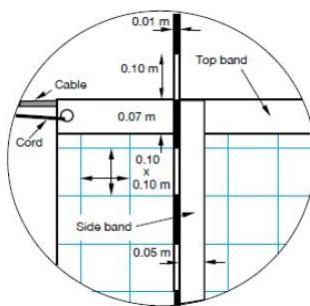


Gambar 11. Net Bola Voli

(Sumber: Dearing, 2019: vi)

c. Tiang dan Antena

Antena diletakkan dengan arah berlawanan pada sisi net. Dua buah antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan ditempatkan berlawanan dari net. Antena dibuat dari bahan fiber glass ukuran panjang 180 cm garis tengah 1 cm. Antena itu harus berwarna kontras. Tinggi antena di atas net adalah 80 cm dan diberi garis-garis yang berwarna kontras sepanjang 10 cm, bisa berwarna hitam putih, merah putih atau hitam kuning (FIVB, 2013: 61). Antena bola voli dapat dilihat pada gamabar sebagai berikut.



Gambar 12. Tiang dan Antena Permainan Bola Voli

(Sumber: FIVB, 2013: 61)

d. Bola voli

Bola yang dipergunakan dalam pertandingan resmi haruslah mempunyai kriteria yang memenuhi syarat dan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Bola berbentuk bulat yang terbuat dari bahan kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis serta

memiliki warna yang cerah dan mempunyai kombinasi warna. Bola memiliki keliling lingkaran 65- 67 cm dengan berat 200-280 gr, tekanan dalam dari bola adalah 294,3-318,82 hpa. Bola voli dapat dilihat pada gambar sebagai berikut.



Gambar 13. Bola Voli

(Sumber: FIVB, 2013: 62)

Selanjutnya tahapan-tahapan dalam pelaksanaan penilaian permainan bola voli berbasis *Games Performance Assessmen Instrumen* (GPAI) sebagai berikut:

- a. Langkah pertama yang harus dilakukan guru atau pelatih adalah memahami penilaian berbasis GPAI, dan memahami pengembangan instrumen penilaian dari kisi-kisi, instrumen, dan pedoman penilaian.
- b. Dalam melakukan penelitian guru atau pelatih menjelaskan terlebih dahulu tujuan penelitian dan indikator yang akan dicapai, sehingga penilaian akan berlangsung dengan efisien dan peserta didik aktif dalam penilaian berlangsung.
- c. Selama penelitian berlangsung, guru atau pelatih melakukan pengamatan kepada peserta didik untuk melakukan penilaian.
- d. Berdasarkan hasil pengamatan, guru atau pelatih memberikan skor dan menganalisis penilaian yang telah dilakukan.

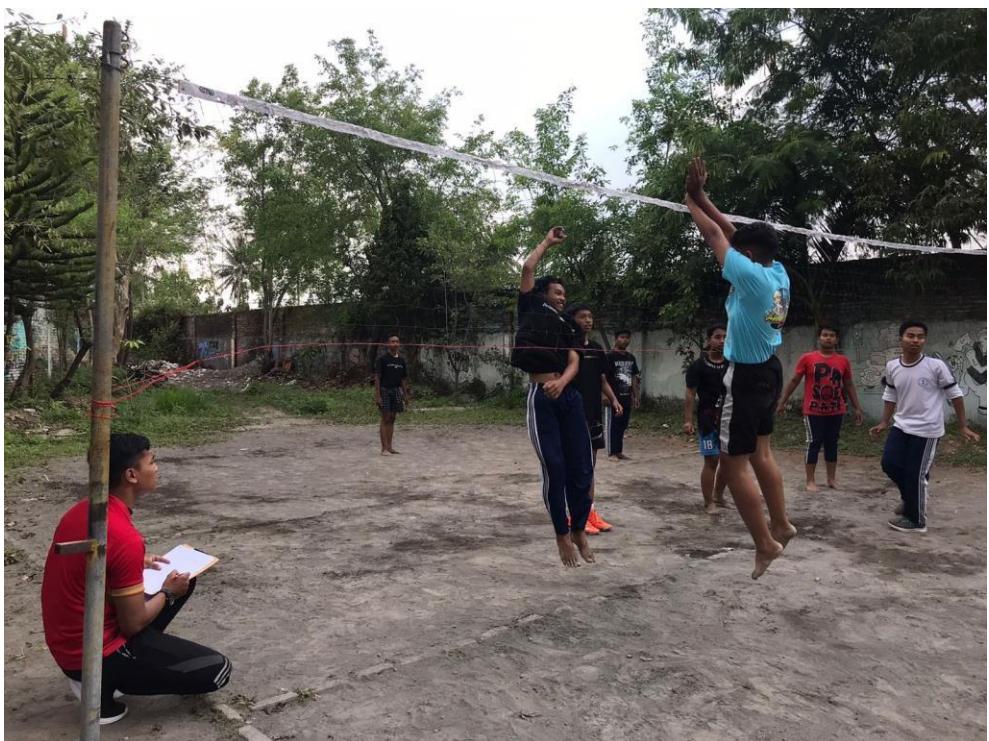
Hasil analisis skor penilaian hasil belajar berbasis GPAI digunakan sebagai alat evaluasi guru atau pelatih, sehingga akan terciptanya pembaharuan dan perbaikan oleh guru atau pelatih untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian

a. Pengarahan Kepada Peserta Ekstrakurikuler



b. Penilaian Terhadap Kemampuan Bermain Bola Voli Peserta Ekstrakurikuler



c. Foto Bersama Pelatih dan Peserta Ekstrakurikuler



