

## IMPLEMENTASI EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA N 1, 2 DAN 3 BENGKULU TENGAH

**Deri Hanggara**

Penjas fkip unib, e-mail:Hanggaraderi22@gmail.com

**Syafrial**

Universitas Bengkulu

**Bogy Restu Ilahi**

Universitas Bengkulu

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan latihan bola voli di SMA N Bengkulu Tengah. Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimana penerapan latihan, sarana dan prasarana serta pengetahuan tentang bola voli dan ekstrakurikuler di SMA N Bengkulu Tengah. Sumber data penelitian ini adalah pelatih ekstrakurikuler dan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan observasi, wawancara, angket dan dokumentasi. Analisis data dengan keabsahan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah SMA N Bengkulu Tengah, sampel yang diteliti mencakup 3 SMA yaitu SMA 1 Bengkulu Tengah, SMA 2 Bengkulu Tengah dan SMA 3 Bengkulu Tengah. Dari data yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa, 1) penerapan latihan di SMA N Bengkulu Tengah dijalankan dengan baik dan tepat dengan persentase 82,35%, 2) sarana dan prasarana bola voli di SMA N Bengkulu Tengah cukup memadai dengan persentase 82,2%, dan 3) pengetahuan para siswa terhadap bola dan ekstrakurikuler sangat baik dengan persentase 82,3%.

**Kata kunci:** Penerapan latihan, pengetahuan ekstrakurikuler bola voli dan sarana dan prasarana bola voli.

### **Abstract**

*This study aims to determine the implementation of volleyball practice in SMA N Bengkulu Tengah. The problems studied in this research is how the implementation of training, facilities and infrastructure and knowledge of volleyball and extracurricular in SMA N Bengkulu Tengah. The source of this research data is the extracurricular trainer and the students who follow the extracurricular activities. Technique of collecting data by using observation, interview, questionnaire and documentation. Data analysis with data validity, data reduction, data presentation, and conclusions. The population in this research is SMA N Bengkulu Tengah, the sample studied includes 3 SMA, SMA 1*

*Bengkulu Tengah, SMA 2 Bengkulu Tengah and SMA 3 Bengkulu Tengah. From the data obtained it can be concluded that, 1) the implementation of the practice in SMA N Bengkulu is run well and exactly with the percentage 82.35%, 2) volley ball facilities and infrastructure in SMA N Bengkulu Tengah enough menyahas with percentage 82.2% , And 3) students' knowledge of the ball and extracurricular is very good with 82.3% percentage.*

**Keywords:** *Implementation of exercises, extracurricular volleyball and volcanic tools and infrastructure.*

## PENDAHULUAN

Bola Voli merupakan cabang olahraga yang cara bermainnya dengan melewatkan bola di atas net, dengan maksud dan tujuannya dapat menjatuhkan bola ke dalam petak lapangan lawan dan untuk mencari kemenangan dalam bermain. Permainan bola dimain oleh dua regu yang saling berlawanan, yang mana setiap regunya berjumlah 6(orang). Menurut Suryosubroto (2009: 290) kegiatan ekstrakurikuler dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu:

1. Kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat atau berkelanjutan, yaitu jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan secara terus-menerus selama satu periode tertentu. Untuk menyelesaikan satu program kegiatan ekstrakurikuler ini biasanya diperlukan waktu yang lama.
2. Kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat periodik atau sesaat, yaitu kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan waktu-waktu tertentu saja.

Sementara itu menurut Dadang dalam Kompri (2015: 227) tujuan dari ekstrakurikuler secara khusus, yaitu :

- a. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik.
- b. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Melalui kegiatan ekstrakurikuler siswa dapat menambah wawasan mengenai mata pelajaran yang erat kaitannya dengan pelajaran di ruang kelas dan biasanya yang membimbing siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler adalah guru bidang studi yang bersangkutan. Melalui kegiatan ekstrakurikuler juga siswa dapat menyalurkan bakat, minat dan potensi yang siswa miliki. Bola Voli adalah olahraga yang unik karena olahraga ini merupakan permainan kesalahan yang memiliki tujuan mendapatkan bola untuk dipukul ke daerah lapangan lawan atau memaksa lawan membuat kesalahan dalam menangani bola (Lestari, 2008:22). Dalam permainan bola voli mempunyai teknik-teknik yang harus dikuasai. Oleh karena itu, menurut Ahmadi (2007: 20) dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-

teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing, blok, dan smas.

#### METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif kualitatif. Peneliti menggunakan penelitian deskriptif dengan tujuan untuk mengungkapkan atau menyelidiki suatu keadaan yang sebenarnya. Menurut Arikunto (2006: 11) Metode penelitian kualitatif dinamakan sebagai metode baru. Karena popularitasnya belum lama, dinamakan metode postpositivistik karena berlandaskan pada filsafat postpositivisme. Metode ini disebut juga sebagai metode artistic, karena proses penelitian yang bersifat seni(kurang berpola), dan disebut sebagai metode interpretive karena data hasil penelitiannya lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan. Dalam penelitian ini, peneliti menyediakan satu angket dengan menggunakan angket skala likert. Menurut Sugiyono (2011: 93) skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan *persepsi* seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena. Dengan skala likert, maka variable yang di ukur akan dijabarkan menjadi indikator variable. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Jawaban dalam skala Likert terdapat lima alternatif yaitu (1) sangat setuju, (2) setuju, (3) ragu-ragu, (4) tidak setuju (5) sangat tidak setuju.

Dalam skala likert penghitungan nilainya menggunakan rumus  $P=f/n \times 100\%$  yang mana P adalah persentase, f adalah frekuensi jawaban seluruh responden, n adalah nilai ideal dan 100% adalah merupakan bilangan tetap. Sementara itu untuk mencari nilai ideal(n) menggunakan rumus  $n= \text{nilai skala jawaban} \times \text{jumlah responden}$  (Sugiyono, 2011:95).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil sebagai berikut:

SMA N 1 Benteng

#### 1. Pengetahuan Tentang Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan total nilai jawaban sebanyak 1037 dari 14 soal tentang pengetahuan ekstrakurikuler dan bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 1037 tersebut dibagi 14 dan didapatkan hasil 74,07.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{74,07}{90} \times 100 = 82,3\%$$

#### 2. Penerapan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA N Benteng

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 371 dari 5 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 371 tersebut dibagi 5 dan didapatkan hasil 82,35.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{82,35}{90} \times 100 = 82,35\%$$

#### 3. Sarana dan Prasarana Bola Voli di SMA N Bengkulu Tengah

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan

hasil sebanyak 444 dari 6 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 444 tersebut dibagi 6 dan didapatkan hasil 74.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{74}{90} \times 100 = 82,2\%$$

#### SMA 2 Benteng

##### 1. Pengetahuan Tentang Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 1011 dari 14 soal tentang pengetahuan ekstrakurikuler dan bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 1011 tersebut dibagi 14 dan didapatkan hasil 72,21.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{72,21}{90} \times 100 = 80,23\%$$

##### 2. Penerapan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA N 2 Benteng

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti sebanyak 364 dari 5 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 364 tersebut dibagi 5 dan didapatkan hasil 72,8.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{72,8}{90} \times 100 = 80,88\%$$

##### 3. Sarana dan Prasarana Bola Voli SMA N 2 Bengkulu Tengah

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 452 dari 6 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 452 tersebut dibagi 6 dan didapatkan hasil 75,33.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{75,33}{90} \times 100 = 83,7\%$$

#### SMA 3 Benteng

##### 1. Pengetahuan Tentang Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 621 dari 14 soal tentang pengetahuan ekstrakurikuler dan bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 621 tersebut dibagi 14 dan didapatkan hasil 44,35.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{44,35}{55} \times 100 = 80,63\%$$

##### 2. Penerapan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMA N 3 Benteng

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 223 dari 5 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 223 tersebut dibagi 5 dan didapatkan hasil 44,6.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{44,6}{55} \times 100 = 81,09\%$$

##### 3. Sarana dan Prasarana Bola Voli SMA 3 Bengkulu Tengah

Berdasarkan angket yang telah dibagikan oleh peneliti didapatkan hasil sebanyak 260 dari 6 soal penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli yang terdapat dalam 25 soal yang telah dibagikan oleh peneliti. Oleh karena itu, total jawaban 260 tersebut dibagi 6 dan didapatkan hasil 43,33.

$$P = \frac{f}{n} \times 100 = \frac{43,33}{55} \times 100 = 78,78\%$$

#### Pembahasan

##### 1. Analisis Penerapan Latihan Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan salah satu pendapat pelatih ekstrakurikuler bola di SMA yakni Pelatih Ekstrakurikuler SMA Negeri 03 Bengkulu Tengah yaitu

pendapat dari Wisri yang diungkapkan pada tanggal 05 Mei 2017:

“Aspek yang paling penting dalam menerapkan metode latihan adalah pelatih dan anak-anak yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli itu sendiri. Dengan kata lain adalah penerapan yang bervariasi yang diberikan pelatih ekstrakurikuler bola voli terhadap anak didiknya dapat secara tidak langsung membuat anak-anak didik tersebut menjadi bersemangat dalam melakukan metode latihan tersebut.”

## 2. Analisis Sarana dan Prasarana Bola Voli

Ketersediaan sarana dan prasarana bola voli pada SMA 1 Bengkulu Tengah yang mana terdapat 7 bola voli dengan 18 peserta ekstrakurikuler bola voli. Pada sarana net memiliki 2 net dari 18 peserta ekstrakurikuler bola voli. Sedangkan pada prasarana berupa lapangan SMA 1 Bengkulu Tengah memiliki 2 lapangan dari 18 peserta ekstrakurikuler bola voli. Pada SMA N 2 Bengkulu Tengah sarana dan prasarana yang tersedia terdapat 7 bola voli dengan 18 peserta ekstrakurikuler bola voli. Pada sarana net memiliki 1 net dari 18 peserta ekstrakurikuler. Sedangkan pada prasarana berupa lapangan SMA 2 Bengkulu Tengah memiliki 1 lapangan dari 18 peserta ekstrakurikuler bola voli. Sedangkan ketersediaan sarana dan prasarana di SMA 3 Bengkulu Tengah yang mana terdapat 2 bola voli dengan 11 peserta ekstrakurikuler bola voli. Pada sarana

net memiliki 1 net dari 11 peserta ekstrakurikuler bola voli. Sedangkan pada prasarana berupa lapangan SMA 1 Bengkulu Tengah memiliki 1 lapangan dari 11 peserta ekstrakurikuler bola voli.

## 3. Analisis Pengetahuan Bola Voli dan Ekstrakurikuler

Berdasarkan observasi, angket dan diperkuat dengan wawancara diperoleh data bahwa pengetahuan tentang bola voli dan ekstrakurikuler di SMA N Bengkulu Tengah tergolong cukup baik. Hal tersebut didapatkan dari 13 soal tentang pengetahuan bola voli dan ekstrakurikuler yang saya ajukan kepada para siswa dan dapat diperkuat dengan wawancara.

Pernyataan diatas diperkuat oleh pelatih bola voli di SMA N 2 Bengkulu Tengah Nusran Efendi yang menyatakan pada tanggal 28 April 2017:

“Pengetahuan tentang bola voli di SMA Bengkulu Tengah bisa dikatakan cukup baik lantaran di SMA Bengkulu Tengah sekarang telah menggunakan kurikulum 2013 yang mana di kurikulum 2013 tersebut jam olahraga menjadi 3 jam yang mana pembagiannya menjadi satu jam untuk materi dan 2 untuk praktek. Selain itu, saya juga menjalin hubungan yang baik dengan guru olahraga yang bersangkutan. Oleh karena itu saya yakin bahwa pengetahuan para siswa tentang pengetahuan bola voli dan ekstrakurikuler cukup baik.”

**PENUTUP****Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- Penerapan latihan ekstrakurikuler bola voli di SMA N Bengkulu Tengah dijalankan dengan sangat baik yang mana data tersebut didapatkan dari pengajuan angket kepada para siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan persentase untuk SMA N 1 Benteng 82,35%, SMA N 2 Benteng 80,88 % dan SMA 3 Benteng 81,09%. Pelatih-pelatih ekstrakurikuler bola voli di SMA Bengkulu Tengah tidak mempunyai lisensi kepelatihan bola voli yang resmi melainkan mantan atau pemain bola voli yang masih aktif bermain di wilayah kota Bengkulu maupun sekitarnya sementara itu dari pengajuan angket didapatkan persentase sebesar.
- Sarana dan prasarana bola di SMA Bengkulu Tengah dapat dikategorikan sangat baik yang mana data tersebut didapatkan dari pengajuan angket kepada para siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan persentase untuk SMA N 1 Benteng 82,22%, SMA N 2 Benteng 83,7 % dan SMA 3 Benteng 78,78%.
- Pengetahuan tentang bola voli dan ekstrakurikuler di SMA N Bengkulu tengah tergolong sangat baik hal itu dapat dilihat dari hasil observasi, angket, dan wawancara. Sementara itu hasil persentase dari pengajuan angket sangat baik dengan persentase untuk SMA N 1 Benteng

82,35%, SMA N 2 Benteng 80,23 % dan SMA 3 Benteng 80,63%

**Saran**

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Diharapkan adanya perhatian khusus yang diberikan pihak sekolah kepada para pelatih ekstrakurikuler agar pelatih tersebut bersemangat untuk memberikan latihan yang baik serta dapat memberikan motivasi kepada para siswa untuk mau mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.
2. Pada Proses pembelajaran diharapkan agar pelatih datang tepat pada waktunya agar bisa memaksimalkan waktu dengan sangat baik.
3. Diharapkan kesadaran bagi para siswa agar mau mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah selain bisa membanggakan sekolah akan tetapi lewat kegiatan ekstrakurikuler kita bisa menyalurkan hobi dan bakat kita dengan baik dan terarah.
4. Diperlukan penelitian yang intensif tentang implementasi ekstrakurikuler bola voli di SMA N Bengkulu Tengah.
5. Perlunya kesadaran dari pihak sekolah untuk mengadakan kegiatan ekstrakurikuler.

Hasil Penelitian ini diharapkan agar dapat dijadikan sebagai rujukan bagi lembaga yang terkait untuk menyusun kebijakan yang lebih di masa yang akan datang.

**DAFTAR PUSTAKA**

- B. Suryosubroto. (2009). Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: RinekaCipta.
- Edwan, Ari, dan Bogy. 2017. *“Pengaruh Metode Latihan Plyometric Terhadap Kemampuan Jumping Smash Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMPN 1 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang”* Jurnal Kinestetik, Vol. 1 (1).
- Kompri. (2015). Manajemen Pendidikan. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Novi Lestari. (2008). Melatih Bola Voli Remaja. Klaten: PT Citra Aji Parama
- Nuril Ahmadi. (2007). Panduan Olahraga Bola Voli. Surakarta: Era PustakaUtama.
- Suharsimi Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta.