

**KEGIATAN EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI MINI DI SD NEGERI 11
LUHAK NAN DUO KABUPATEN PASAMAN BARAT**

Skripsi

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh
YATI OKTARIA EKA PUTRI
NIM. 08459

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADAN
2011**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Peguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

Judul : Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli Mini di SD Negeri 11 Luhak
Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat
Nama : Yati Oktaria Eka Putri
NIM : 08459
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2011

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua	: Drs. Syafrizar, M.Pd	1. _____
2. Sekretaris	: Drs. Syahril Bakhtiar, M.Pd	2. _____
3. Anggota	: Drs. Nirwandi, M.Pd	3. _____
4. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd	4. _____
5. Anggota	: Drs. Edwarsyah, M. Kes	5. _____

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

KEGIATAN EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI MINI DI SDN 11 LUHAK
NAN DUO KABUPATEN PASAMAN BARAT

NAMA : YATI OKTARIA EKA PUTRI
BP/NIM : 2008/O8459
JURUSAN : PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS : ILMU KEOLAAHRAGAAN

Padang, Februari2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs.SYAFRIZAR,M.Pd
NIP. 19600919 198703 1 003

Drs.SYAHRIAL BAKHTIAR,M.Pd
NIP.19621012 198602 1 002

Ketua Jurusan PO

Drs.HENDRI NELDI,M.Kes. AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kemampuan
hambanya (Al-Baqarah : 286)

Tanpa terasa akhirnya datang juga menghampiri insan yang selalu
mendambakannya susah tuk menjinakkan badai penghalang cita-cita. Tapi
itulah hidup yang penuh dengan perjuangan, butuh kesabaran dan
keberanian untuk meraih seluruh asa yang ku pendam menuju sukses penuh
gemilang.

Tiada ungkapan yang lebih bermakna kecuali ucapan terima kasih
yang tulus dan ikhlas, berasal dari lubuk hati yang paling dalam atas
waktu dan kesediaan dalam menjalani hidup yang penuh liku-liku yaitu
buat Mama yang paling kusayang Papa dan seluruh keluarga yang tidak
bias ku sebutkan namanya satu persatu, adik-adik ku yang ku sayangi
Yugo, Ayu, Bambang, Cici.

Thanks for best friends eel n keluarga, ni Wil, ni Elsa, Santi, Busra,
seluruh keluarga besar SD Negeri 11 Luhak Nan Duo dan SD Negeri 08 Sasak
Ranah Pasisie untuk dukungan kesabaran dan waktunya dalam membantu
menyelesaikan skripsi ini

Semoga Allah menuntun dan melindungi kita semua dalam setiap
langkah kita Amin yarobbalamin.....

ABSTRAK

Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli mini SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

OLEH : YATI OKTARIA EKA PUTRI. /2010

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: Minat siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat terhadap permainan bola voli mini. Jenis penelitian ini Deskriptif yaitu mengungkap tentang minat siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat terhadap permainan bola voli mini. Waktu penelitian dimulai pada bulan Desember, tempat penelitian adalah SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV – VI tahun ajaran 2010/2011. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *Purpusive Sampling* yaitu sebanyak 30 orang. Alat yang di gunakan dalam mengumpulkan data adalah angket tertutup yang di sebarakan pada responden. Data di olah dengan tehnik distribusi frekuensi.

Hasil yang di peroleh dalam dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :
1) pengetahuan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo masuk dalam kategori sangat baik dimana 29 orang (90,0%) responden menyatakan setuju dan sangat setuju, 2) Dorongan siswa terhadap permainan bola voli di SDN 11 Luhak Nan Duo dalam kategori baik di mana 25 orang (74,6%) responden menyatakan sangat setuju dan setuju, 3) manfaat yang di rasakan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo terhadap permainan bola voli mini masuk dalam kategori sangat baik di mana 24 orang (80,0%) responden menyatakan sangat setuju dan setuju.

Kata Kunci : Ekstrakurikuler Bolavoli

KATA PENGANTAR

i

Puji dan syukur penulis aturkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang diberikan kepada penulis, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “ *Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli Mini di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.*”

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada jurusan Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada :

1. Drs. Syahrial Bakhtiar, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Hendri Neldi, M.kes.AIFO sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
3. Drs. Syafrizar, M.Pd sebagai pembimbing I, dan Bapak Drs. Syahrial Bakhtiar, M.Pd selaku pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak – bapak tim penguji yang telah memberikan saran dan arahan demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

5. Bapak dan ibu staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Bapak dan ibu staf administrasi, ibu yang berada di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang maksimal
7. Kepala UPTPD SD Luhak Nan Duo yang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. Kepala Sekolah SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat yang telah memberi izin penelitian di sekolah tersebut.
9. Teristimewa Papa dan Mama tercinta yang telah memberikan kasih sayang serta dukungan moril dan materil.
10. Seluruh rekan-rekan seperjuangan mahasiswa FIK UNP.
11. Bapak /Ibu Staf pengajar SDN 11 Luhak Nan Duo.
12. Seluruh Siswa SDN 11 Luhak Nan Duo.
13. Buat sahabat yang tidak bisa disebutkan nama satu persatu dan adik-adik ku tersayang yang telah memberi dorongan kepada penulis.

Penulis menyadari proposal ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak guna penyempurnaannya.

Padang, Februari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEPTUAL	
A. Kerangka Teori	7
1. Permainan bola voli.....	7
2. Minat	11
3. Ekstrakurikuler olahraga bola voli	15
B. Kerangka Konseptual	21
C. Pertanyaan penelitian	21

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	22
B. Tempat dan waktu penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Jenis dan Sumber Data	23
E. Teknik Analisa Data.....	25

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Proposal data.....	27
B. Pembahasan.....	38

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	41
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA	43
----------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Populasi penelitian di SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat	23
2. Jumlah Sampel penelitian di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.....	23
3. Pengetahuan dan Pengalaman siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat Terhadap Permainan Bolavoli.....	28
4. Dorongan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Bola voli mini.....	31
5. Manfaat yang di rasakan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli Mini	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Konseptual	21

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Pengetahuan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bola voli mini.....	30
2. Dorongan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler olahraga Bola Voli mini	33
3. Manfaat yang dirasakan siswa SDN 11 Luhak Nan Duo terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bola voli mini.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Kisi – kisi Angket	44
2. Petunjuk pengisian Angket	45
3. Angket Penelitian.....	46
4. Data Penelitian	49

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan manusia, tanpa adanya pendidikan maka manusia akan terus berada dalam kebodohan dan keterbelakangan. Kemajuan yang dicapai suatu bangsa tergantung dari mutu pendidikan bangsa tersebut. Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang di jalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut.

Pendidikan yang dilaksanakan sekolah harus dapat berperan dalam masyarakat yang sedang berkembang pada saat ini, yaitu manusia yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, terampil serta sehat jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yang dituangkan dalam undang-undang RI No 20 tahun (2003:7).

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokrasi serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah pendidikan yang dilaksanakan disekolah adalah sebagai alat untuk meningkatkan kualitas manusia itu sendiri. Mengembangkan aspek tingkah laku peserta didik untuk mendapatkan sesuai

dengan yang diharapkan, maka sekolah turut bertanggung jawab. Selain itu sebuah prestasi yang membanggakan dapat diraih ditingkat daerah maupun tingkat nasional yang juga dilakukan melalui lembaga-lembaga pendidikan sebagai pusat pendidikan. Maka dalam melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga yang dilaksanakan melalui tahap olahraga perlu adanya pemantauan, pemanduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.

Dalam hal ini salah satunya adalah melalui jalur pendidikan untuk pembinaan dan pengembangan olahraga, sehingga terwujudnya sesuatu yang diinginkan yaitu suatu prestasi. Serta hal ini juga didukung dengan sarana dan prasarana yang memadai. Oleh karena itu untuk menimbulkan budaya olahraga guna meningkatkan manusia Indonesia, sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup dimulai semenjak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan dimasyarakat. Untuk itu pengembangan olahraga perlu dikembangkan dan disebarluaskan diseluruh pelosok tanah air dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat.

Perkembangan olahraga bola voli di Indonesia dari masa kemasa menunjukkan hasil yang membaik. Hal ini dilihat dari semakin berkembangnya olahraga bola voli tersebut. Semua itu terlihat bahwa olahraga bola voli telah mendapat posisi tersendiri di hati masyarakat Indonesia. Hal ini terlihat sudah seringnya diadakan kejuaraan bola voli baik ditingkat daerah maupun ditingkat nasional. Semua ini disebabkan karena olahraga bola voli sudah berkembang dan merakyat serta dapat menyentuh keseluruhan lapisan masyarakat Indonesia.

Sekolah-sekolah juga telah melakukan pembinaan olahrag bola voli. Hal ini merupakan salah satu cara untuk pembinaan bola voli mini yang dilakukan pada sekolah dasar yang dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler mengenal olahraga bola voli di usia dini. Salah satunya terdapat di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

Sebagai salah satu lembaga yang mempunyai peranan dalam hal mencerdaskan anak bangsa dan untuk mengurangi masyarakat dari buta aksara. SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat juga berperan dalam hal pengembangan olahraga bola voli melalui kegiatan ekstrakurikuler agar para siswanya mempunyai jasmani yang sehat dan juga prestasi dalam olahraga. Maka dari itu para siswa akan mempunyai keterampilan yang baik denan adanya kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli disekolah. Disamping itu olahraga dapat mengarahkan siswa-siswa terhindar dari hal-hal yang negatif diluar kegiatan formal sekolah.

Pada umumnya berpandangan bahwa kegiatan-kegiatan dalam kelas yang termasuk kurikulum, sedangkan kegiatan luar kelas adalah kegiatan ekstrakurikuler. Pandangan ini berdasarkan pertimbangan dari segi edukatif yang diberikan oleh kurikulum itu. Penganut pandangan ini tetap menyadari bahwa kegiatan-kegiatan pengembangan diri merupakan bagian khusus dalam program pendidikan sekolah.

Dengan demikian kegiatan ekstrakurikuler bila voli di SDN 11 Luhan Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat dalam usaha peningkatan prestasi telah melakukan berbagai hal. Baik yang berkaitan dengan pelatih atau guru, sarana dan prasaran

serta program latihan. Seperti yang dikemukakan oleh Syafruddin (1999:22), bahwa: “ada 2 faktor yang mempengaruhi dalam meraih prestasi yaitu faktor internal dan faktor eksternal”.

Faktor internal adalah faktor pendorong dari dalam diri individu seperti kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental atlet. Sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh rangsangan dari luar diri atlet atau siswa itu sendiri seperti, sarana dan prasarana, pelatih atau guru, keluarga, gizi atau makanan.

Masing-masing faktor yang dikemukakan tersebut mempunyai peranan tersendiri untuk usaha siswa dalam olahraga pengembangan diri. Peranan orang tua dalam mendukung anaknya agar mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sangat besar sekali pengaruhnya, karena dengan adanya dukungan dari kedua orang tua membuat anak bertambah minatnya dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri. Maka dengan demikian kegiatan pengembangan diri berjalan dengan baik sebagai mana mestinya. Namun kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli mini yang dilaksanakan di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat belum terlaksana secara maksimal. Hal ini disebabkan antara lain adalah : kurangnya minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kurangnya motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kurangnya pengetahuan guru penjas mengenai olahraga bola voli, kurangnya dukungan kepala sekolah terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli, kurangnya sarana dan prasarana, kurangnya dukungan orang tua terhadap kegiatan ekstrakurikuler bola voli, kurangnya dukungan masyarakat terhadap kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Berdasarkan kenyataan di atas, penulis ingin melakukan penelitian tentang kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola voli mini di SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Pasaman Barat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang di kemukakan pada bagian terdahulu maka masalah yang dapat diidentifikasi di antaranya adalah :

1. Minat siswa
2. Motivasi siswa
3. Sarana dan prasarana
4. Dukungan kepala sekolah
5. Pengetahuan guru
6. Dukungan orang tua
7. Dukungan masyarakat

C. Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan masalah, waktu dan tenaga yang peneliti miliki, maka peneliti membatasi penelitian ini pada lingkup “ tentang minat siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli mini”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah identifikasi masalah dan pembatasan masalah pada bagian terdahulu, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimanakah minat siswa SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat terhadap permainan bola voli.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap minat siswa SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat terhadap permainan bola voli.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk :

1. Sebagai syarat bagi peneliti untuk menadaptkan gelar sarjana pendidikan di jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FIK UNP Padang.
2. Sebagai masukan bagi guru/pelatih dalam membina olahraga permainan bola voli di Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
3. Sebagai bahan bacaan dipustaka FIK UNP Padang
4. Sebagai pedoman bagi mahasiswa FIK untuk melakukan penelitian berikutnya.

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori

1. Permainan Bola Voli.

Erianti (2004 : 17) menyatakan bahwa : “Permainan bolavoli merupakan permainan yang di mainkan sebanyak enam orang dalam satu regu, setiap regu berusaha bermain sebaik mungkin dan dapat menyerang, mematikan bola kearah lawan serta bertahan di daerah lapangan sendiri”. Sementara M. Yunus dalam Erianti (2004 : 5) mengatakan “permainan bolavoli adalah memasukkan bola kearah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net atau berusaha memenangkan permainan dan mematikan bola di daerah lawan”.

Dari kutipan di atas dapat di simpulkan bahwa tujuan dari permainan bola voli adalah bagaimana caranya agar bola dapat melewati net dan masuk ke daerah lawan serta bola jatuh menyentuh lantai. Setiap tim dapat menaikkannya tiga kali sentuhan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok) (Erianti, 2004 : 16).

Dalam kegiatan pembinaan ini banyak permasalahan-permasalahan yang muncul dan harus di tangani dengan tuntas, diantara aspek-aspek tersebut adalah :

a. Atlit

Cabang olahraga bola voli mini, faktor atlit merupakan unsur yang paling dominan dalam menentukan keberhasilan untuk mencapai prestasi, oleh karena itu para pemain yang akan mengikuti kegiatan pembinaan pada dasarnya

harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Syarat untuk menjadi pemain bola voli adalah : umur pemain, fisik, mental, dan teknis.

Kriteria-kriteria yang harus di perhatikan dalam memilih pemain ideal untuk di bina sebagai berikut :

“a) Segi anatomisnya : tinggi badan, proporsi dan macam otot perlu diteliti secara cermat,b) Segi fisiologis : jantung, paru-paru, peredaran darah, pencernaan makanan, susunan syaraf, dan hal ini yang harus di periksa oleh dokter,c) Kemampuan gerak dan kecepatan gerak : kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, koordinasi dan lain sebagainya,d) Segi mental : kejiwaan, kepribadian, temperamen, dan ketaqwaan, e) Kesehatan : kesehatan fisik, mental, f) segi sosial ekonomi : latar belakang, ekonomi (Suyharsono, 1986 : 33).

Berdasarkan kriteria yang di kemukakan di atas dengan melalui latihan yang berkesinambungan, pada saat tertentu akan muncul pemain bola voli yang ideal, memiliki tehnik yang baik, fisik yang baik, sesuai yang di harapkan. Berdasarkan penelitian Kapustin (1993) mengatakan bahwa “umur yang tepat untuk memilih bibit pemain adalah umur 8-12 tahun. Hal ini mengingat untuk mendapatkan pemain yang ideal atau berprestasi memakan waktu pembinaan selama 6-10 tahun. Berikut menurut Moeloek dan Negoro (1984 :25) menyatakan bahwa “bila ingin mencapai prestasi tinggi dalam bidang olahraga perlu dilakukan latihan semenjak usia muda”. Karena hal ini mempengaruhi daya tahan, kekuatan, kelincahan dan koordinasi gerak.

Selanjutnya menurut Suharto (1988 : 20) menyatakan bahwa “umur muda mempunyai karakteristik mudah dilatih, berkemungkinan berkembang banyak, usia muda masih dapat menerima perubahan baru”. Kemudian Edward (1976 : 136) mengemukakan bahwa “ kapasitas dan kemungkinan dapat dilatih

nya organisme manusia tergantung pada situasi biologis, sosial serta usia. “jadi untuk mencapai situasi biologis, sosial, serta usia. Jadi untuk mencapai prestasi yang optimal bagi seorang pemain bola voli hanya dapat dilakukan pada batas-batas tertentu.

Kemudian Bempa (1984 : 35) menjelaskan tentang umur ideal pemain berdasarkan cabang olahraga yaitu cabang olahraga bola voli untuk latihan pemula pada usia 11-12 tahun, usia lanjutan 14-15 tahun dan usia penanpilan puncak pada umur 20-25 tahun.

Berdasarkan penjelasan Bempa mengenai umur ideal seorang pemain bola voli, maka jelaslah bagi kita bahwa faktor usia sangat penting untuk memulai latihan pada suatu cabang olahraga, karena tujuan latihan tersebut untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan pemain itu sendiri.

Syarat-syarat menjadi pemain bola voli yang baik menurut Yunus (1992 : 11) adalah :

“1) Fisik, merupakan syarat utama agar seorang anak mampu menerima beban latihan yang di berikan, 2) Tidak memiliki cacat fisik yang dapat mengganggu proses keterampilan, 3) Mempunyai potensi untuk mencapai postur tubuh yang tinggi yang sekurang-kurangnya 160 cm untuk putri dan putra 165 cm, 4) Memiliki potensi unsur kondisi fisik yang tinggi, 5) Secara fisiologis serabut otot putih lebih banyak dari serabut otot merah.”

Dari penjelasan di atas bahwa pembinaan pemain hendaknya berdasarkan kepada persyaratan yang telah di tentukan yaitu, tinggi badan, usia juga perlu mendapat perhatian. Disamping memilih postur tubuh, tinggi dan kondisi fisik yang baik juga harus mempunyai minat dan kemauan yang keras dalam latihan.

b. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan salah satu penunjang yang sangat penting dalam olahraga. Menurut UU RI No 3 Tahun 2005 : Sarana dan prasarana adalah sebagaimana tercantum dalam bab I pasal ayat 21 menyatakan sarana adalah peralatan dan perlengkapan yang akan di gunakan untuk kegiatan olahraga, sedangkan pasal I ayat 20 menyatakan prasarana adalah tempat atau ruang termasuk lingkungan yang di gunakan untuk kegiatan olahraga atau penyelenggaraan keolahragaan. Di samping itu sarana dan prasarana merupakan syarat yang mutlak dalam pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga.

Kemudian sarana dan prasana yang di perlukan tersebut hendaknya memadai dan memenuhi syarat, baik dari segi jumlah maupun dari segi mutu alat yang di pakai sesuai dengan pendapat yang di kemukakan oleh Suharno (1982 : 3) sebagai berikut : “Sesuai dengan kemajuan zaman modern ini, perlu peningkatan kualitas sarana an alat-alat olahraga yang di ikutinya, sarana dan alat olahraga yang memenuhi syarat mempunyai andil cukup besar dalam pencapaian prestasi maksimal olahraga.

Dari kutipan diatas dapat di tarik suatu kesimpulan, tanpa penyediaan sarana dan prasarana yang memadai, baik dari segi kualitas maupun kuantitas dalam kegiatan pembinaan olahraga bola voli mini, mustahil rencana akan berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Penyediaan sarana dan prasarana yang memadai dan memenuhi syarat sangat di perlukan sebagai penunjang pelaksanaan kegiatan pembinaan tersebut.

Sarana dan prasarana yang paling utama dalam kegiatan pembinaan olahraga mini di antaranya adalah lapangan, bola, net, kostum dan alat-alat penunjang latihan lainnya. Kesemua yang di pergunakan itu hendaknya sesuai dengan ketentuan yang telah di tetapkan oleh PBVSI.

“Fasilitas dan alat perlengkapan : a). Lapangan, lapangan bola voli berbentuk empat ersegi panjang yang ukuran panjangnya 12 m dan lebarnya 6 m, b). Net/jaring, ditengah lapangan di beri batas dengan net yang ukuran panjangnya 6,50 m dan lebar 90-100 cm. Tinggi net bola voli untuk putra adalah 2,10 m dan tinggi net untuk putrid 2,00 m. c). Bola terbuat dari kulit yang lunak, lentur dan sintesisi serta berwarna terang atau kombinasi warna dengan ukuran bola nomor 4”.

2. Minat

Dalam kamus umum bahasa Indonesia (1998), minat adalah keinginan, perhatian, kesukaan atau kecenderungan hati kepada sesuatu. Seseorang yang beminat terhadap suatu objek tidak dapat dihalangi oleh orang lain akan berusaha untuk mendapatkannya, selain itu minat merupakan suatu aspek psikis manusia dalam memandang seorang atau tidak senang terhadap peristiwa atau objek tertentu, biasanya objek tertentu menyenangkan akan menimbulkan minat dan akhirnya manusia berusaha untuk mendekatinya. Hal ini ditegaskan oleh Yusuf (1986:37) : "Minat merupakan sikap individu dalam hubungannya dengan objek-objek tertentu atau dapat juga dikatakan bahwa minat ini menunjukkan suatu juga dikatakan bahwa minat ini menunjukkan suatu jenis pengalaman perasaan yang dihubungkan dengan objek atau tindakan".

Dengan adanya dorongan untuk melibatkan diri terhadap suatu objek. Kemudian objek tersebut dapat memberikan perasaan senang terhadap seseorang dan kemungkinan besar minat yang dapat mengarahkan perbuatan yang lebih

baik. Minat seseorang terhadap objek akan kelihatan melalui cara seseorang berbuat, mengamati dan melakukan kegiatan yang berhubungan dengan objek tertentu. Hal ini sesuai dengan pendapat Winkel (2003:8) mengatakan bahwa : "Minat adalah kecenderungan yang menetapkan dalam subjek untuk merasa tertarik pada bidang dan hal tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu".

Selanjutnya Shadely dalam Ramanto (2000:10) mengemukakan bahwa: "Seseorang yang meminati sesuatu, maka ia dengan kesadaran jiwa akan menerima yang datang dari luar diri, akan memberikan keinginan, perhatian pada sesuatu yang diminatinya tersebut sehingga kegiatan yang dilakukan menjadi terarah". Dengan memberikan perhatian yang lebih besar, baik berupa sikap maupun tingkah laku kepada yang diminatinya maka hasil yang didapatkan juga akan lebih besar.

Berdasarkan beberapa pendapat yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa minat merupakan rasa suka terhadap suatu objek, perasaan ini timbul tanpa ada paksaan dari luar dan merasa bahwa objek tersebut lebih dari yang lainnya, sehingga seseorang sulit untuk berpaling dari objek tersebut. Minat seseorang tidak akan timbul dengan sendirinya karena minat didorong oleh beberapa faktor-faktor yang mendasari timbulnya minat dijelaskan oleh Crow and Crow dalam Putra (2003:10) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi minat adalah:

1. Faktor dorongan yakni faktor yang berhubungan dengan dorongan fisik yang dapat merangsang individu untuk memperhatikan dirinya

2. Faktor motif sosial merupakan faktor yang dapat membangkitkan minat membangkitkan minat untuk melakukan yang diinginkan untuk memenuhi kebutuhan sosial.
3. Faktor emosional yaitu faktor emosi dan perasaan.

Mudjiran (1997:54) juga menjelaskan bahwa "Mengarahkan perbuatan kepada sesuatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan”.

Beberapa pengertian minat yang telah diuraikan di atas bila dikaitkan dengan olahraga permainan bolavoli di SDN 11 Luhak Nan Duo, maka akan jelas bagi kita bahwa siswa yang tertarik dan senang melakukan kegiatan olahraga tersebut. Selanjutnya Subartin dalam Putra (2003: 1) menjelaskan ada dua cara untuk membangkitkan minat pada siswa "(1) memberikan rangsangan misalnya; a. Menonton film, b. Anak diberi bermacam-macam bacaan, c. Memberikan pujian dan dorongan pada anak”, jelaslah bahwa minat tidak dibawa sejak lahir dan masih ada usaha-usaha untuk membangkitkan dan menumbuhkan minat pada anak seseorang,

Minat seseorang juga dipengaruhi beberapa faktor diantaranya yaitu intelegensi, jenis kelamin, teman sebaya, lingkungan tempat tinggal, keluarga, Hal ini sesuai dengan Prayitno (1983:29) " bahwa yang berpengaruh terhadap minat adalah faktor sosial, kognitif, perbedaan jenis kelamin, kebudayaan dan lingkungan sosial",

Berdasarkan kutipan di atas jelas, bahwa minat untuk melakukan kegiatan olahraga timbul dengan adanya dorongan untuk memperhatikan diri sendiri kesehatan, prestasi dan lain-lain. Dorongan untuk memenuhi kebutuhan sosial seperti ingin diperhatikan orang lain. Dorongan emosional seperti timbul rasa senang dan rasa puas.

Seseorang yang tidak berminat terhadap sesuatu maka ia mengalami kebosanan terhadap sesuatu hal lebih banyak berasal dari dalam diri untuk menghilangkan rasa bosan, seseorang hendaknya menumbuhkan dan meningkatkan minat terhadap olahraga permainan bolavoli. Sebaliknya dari rasa bosan adalah rasa senang dan kegembiraan, seseorang yang menaruh minat yang besar dalam olahraga permainan bolavoli, maka ia akan merasa senang dan gembira dalam belajar dan berlatih. dalam permainan bolavoli. Begitu juga dalam kesungguhan seseorang yang belajar dan berlatih permainan bolavoli harus mempunyai kesungguhan untuk melakukannya berlatih dalam permainan bolavoli tanpa kesungguhan akan memperoleh hasil yang tidak memuaskan.

Berdasarkan pendapat di atas, maka diharapkan kepada guru atau pelatih yang mengajarkan permainan bolavoli mini hendaknya memotivasi siswanya yang memiliki minat relative kurang agar dapat mengikuti aktivitas belajar atau berlatih khususnya pada permainan bolavoli mini. Hal ini dimaksudkan agar faktor keberhasilan dapat dicapai baik keterampilan siswa maupun segi pelaksanaan proses pembelajaran. Keberhasilan itu tidak mungkin akan tercapai bila kegiatan yang dilaksanakan setengah jadi, atau kurang berminat untuk mengikuti ekstrakurikuler permainan bolavoli mini, sebaiknya guru atau pelatih bisa mengusahakan untuk mengubah pendapat siswa terhadap permainan bolavoli mini serta memberi pujian dan dorongan agar siswa berminat terhadap permainan bolavoli untuk berlatih.

3. Ekstrakurikuler Olahraga Bola Voli

Permainan Bolavoli sekarang sudah berkembang dengan pesat, baik di dunia maupun di Indonesia sendiri. Hal ini merupakan modal dasar bagi PBVSI khususnya dan Pembina bolavoli pada umumnya untuk terus mengembangkan serta meningkatkan mutu perbolavolian Nasional Indonesia.

Salah satu usaha untuk ini adalah merupakan tehnik-tehnik dasar bola voli sedini mungkin kepada anak-anak usia 9 – 13 tahun melalui voli mini. Karena kepada anak-anak akan lebih mudah dan cepat menyerap tehnik dasar bolavoli di bandingkan dengan orang dewasa. Di samping itu pemain bolavoli memerlukan waktu pembinaan yang cukup lama dari awal sampai menjadi pemain yang baik di perlukan waktu antara 6 - 8 tahun.

Dengan demikian bilamana pembinaan mulai usia voli mini maka di harapkan padda usia antara 17 – 21 tahun mencapai puncak prestasi, sehingga seorang pemain akan cukup lama mempertahankan prestasinya. Hal ini rupanya sudah disadari baik oleh pers Pembina maupun oleh anak-anak.

Di bawah ini adalah beberapa tehnik dasar dalam pembinaan bolavoli yaitu:

a). Servis tangan bawah

1.1. Sikap persiapan :

- Berdiri di petak servis dengan kaki kiri agak ke depan dari pada kaki kanan.
- Bola dipegang tangan kiri distabilkan dengan tangan kanan.
- Pandangan ke bola dan penuh konsentrasi.

1.2. Sikap saat perkenaan :

- Lambungkan bola ke atas 10 cm, kira-kira setinggi pinggang, tangan kanan diayun dari arah belakang ke depan atas untuk memukul bola.
- Perkenaan pada bagian bawah bola dengan cara seperti menyenduk bola dengan ayunan lengan kanan.
- Bola berjalan dengan back spin.

1.3. Sikap akhir :

- Setelah memukul bola, kemudian diikuti langkah kaki kanan ke depan, pandangan ke arah jalannya bola, terus masuk ke lapangan mengambil sikap siap normal untuk bermain.

b) Servis tangan atas

1.1. Sikap persiapan :

- Berdiri dengan kaki kiri di depan kaki kanan selebar bahu.
- Bahu tepat menghadap net.
- Pandangan mata pada bola.
- Tangan kiri menyangga bola, tangan kanan memegang bagian atas bola.
- Telapak tangan di buka.

1.2. Sikap saat perkenaan :

- Bola dilambungkan di depan atas tangan pemukul.
- Lengan pemukul diayunkan ke belakang dengan siku di angkat ke atas.
- Perkenaan bola pada telapak tangan di bagian belakang atas bola.

1.3. Sikap akhir :

- Berat badan berpindah ke kaki depan .
- Ada gerak lanjutan pada pergelangan tangan.

c) Pas bawah

1.1. Sikap persiapan :

- Kedua tangan dijadikan satu.
- Posisi kaki depan belakang selebar bahu. Lutut ditekuk.
- Kedua tangan sejajar paha.
- Pinggang lurus.
- Pandangan ke arah bola.

1.2. Sikap saat perkenaan :

- Kedua ibu jari sejajar.
- Salah satu tangan menggenggam tangan yang lain.
- Menerima bola tepat di depan badan.
- Lutut di luruskan.
- Kedua tangan di ayunkan.
- Siku tidak di tekuk.
- Gerak pinggul kedepan atas.
- Melihat bola saat perkenaan

1.3. Sikap akhir :

- Kedua tangan tetap jadi satu.
- Tangan mengikuti lintasan bola menuju sasaran.

- Berat badan berpindah ke kaki depan, pandangan mata mengikuti bola menuju sasaran.

d) Pas atas

1.1. Sikap persiapan :

- Posisi kaki depan belakang selebar bahu.
- Lutut dan pinggul sedikit ditekuk.
- Bahu menghadap sasaran.
- Kedua tangan di depan atas dahi.
- Telapak tangan membentuk setengah lingkaran.
- Pandangan mata di antara kedua telapak tangan.

1.2. Sikap saat perkenaan :

- Perkenaan bola pada bagian bawah belakang bola.
- Perkenaan bola pada seluruh ujung jari-jari kedua tangan.
- Kedua siku dan lutut diluruskan bersama-sama.
- Arah kedua tangan menuju sasaran.

1.3. Sikap akhir :

- Kedua tangan mengikuti lintasan bola.
- Berat badan di pindahkan ke arah sasaran bola.
- Bergerak mengikuti lintasan bola.

e) Smes normal

1.1. Sikap persiapan :

- Berdiri 2,5 – 4 m dari net.
- Kedua kaki selebar bahu, salah satu kaki di depan, lutut ditekuk.
- Berat badan berada pada kaki depan.
- Badan rilek condong ke depan.
- Pandangan dipusatkan pada pengumpan dan situasi di depannya.

1.2. Sikap saat perkenaan:

- Awalan dimulai ketika bola berada pada tiang tertinggi.
- Melakukan awalan dengan beberapa langkah. Langkah terakhir relative lebih panjang dari langkah sebelumnya.
- Ayunan lengan ke belakang setinggi pinggang. Kedua tangan di ayunkan ke atas ke arah bola.
- Perkenaan bola di depan atas dahi setinggi mungkin atau setinggi railing tangan.
- Perkenaan bola pada telapak tangan.
- Perkenaan bola pada bagian belakang atas.
- Pergelangan tangan aktif dilecutkan.

1.3. Sikap akhir :

- Gerak tangan mengikuti bola.
- Mendarat dengan kedua telapak kaki bagian depan.
- Lutut di tekuk.

f) Blok tunggal**1.1. Sikap persiapan:**

- Berdiri 25 – 35 cm dari garis tengah. Kaki selebar bahu, lutut sedikit ditekuk.
- Berat badan berada pada salah satu kaki yang berlawanan dengan arah bola.
- Punggung lurus dengan sedikit condong ke net.
- Tangan setinggi bahu, jari-jari di buka.
- Mata melihat smasher lawan.
- Posisi badan tepat berada di depan smasher.

1.2. Sikap saat perkenaan:

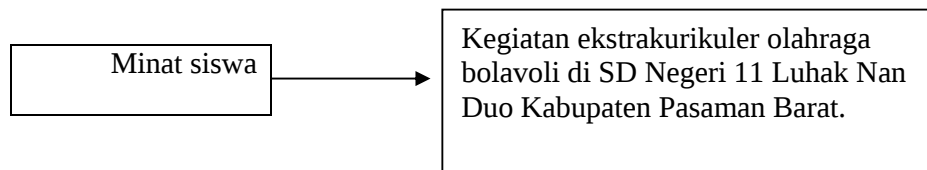
- Segera meloncat setelah smasher meloncat. Hal ini di tentukan tinggi rendah dan jauh dekatnya bola dari net.
- Tangan diluruskan ke arah lawan, posisi tangan lebih penting dan tingginya raihan.
- Penglihatan di pusatkan pada smasher, tetapi jangan sampai kehilangan pandangan pada bola.
- Garis tengah badan harus tepat berhadapan dengan tangan pemukul smasher.
- Usahakan selalu ada jarak antara tangan dengan net.
- Usahakan sudut pantulan bola ke tengah lapangan lawan.

1.3. Sikap akhir :

- Mendarat dengan dua kaki, lutut di tekuk. Sikap

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan masalah yang di angkat, maka sebagai landasan berfikir dalam penelitian ini dapat di gambarkan skema di bawah ini :



C. Pertanyaan Penelitian

Untuk mengungkap hasil penelitian ini maka di gunakan pertanyaan penelitian sebagai berikut: Bagaimana minat siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler di SD Negeri 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan pada Bab IV sebelumnya, maka dalam penelitian ini dapat diambil beberapa kesimpulan. Antara lain:

1. Pengetahuan dan Pengalaman Siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli mini masuk dalam kategori sangat baik, dimana 27 orang (90,0%) responden menyatakan sangat setuju dan setuju mempunyai pengetahuan dan pengalaman tentang permainan bolavoli, dan 2 orang (6,6%) responden menyatakan ragu-ragu, 1 orang (3,3 %) responden menyatakan tidak setuju dan tidak seorangpun responden menyatakan sangat tidak setuju mempunyai pengetahuan dan pengalaman tentang permainan bolavoli di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat.
2. Perhatian dan rasa senang siswa terhadap permainan bolavoli di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat masuk dalam kategori sangat baik, dimana 25 orang (58,6%) responden menyatakan sangat setuju dan setuju memiliki perhatian dan rasa senang terhadap permainan bolavoli di SDN 11 Luhak Nan Duo, 2 orang (6,6%) responden menyatakan ragu-ragu, 2 orang (6,6%) responden menyatakan tidak setuju, dan 1 orang (3,3%) responden menyatakan sangat tidak setuju tentang perhatian dan rasa senang yang dimilikinya terhadap permainan bolavoli.

3. Manfaat yang dirasakan Siswa SDN 11 Luhak Nan Duo Terhadap Permainan Bolavoli masuk dalam kategori baik, dimana 24 orang (80,0%) responden menyatakan sangat setuju dan setuju merasakan manfaat dengan adanya permainan bolavoli, dan 3 orang (10,0%) responden menyatakan ragu-ragu, 2 orang (6,6%) responden menyatakan tidak setuju dan 1 orang (3,3%) responden menyatakan sangat tidak setuju bahwa dengan adanya permainan bolavoli ini memiliki manfaat bagi para siswa di SDN Luhak Nan Duo kabupaten Pasaman.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penulis dapat memberikan saran yaitu:

1. Diharapkan kepada guru olahraga di SDN 11 Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat hendaknya memberikan dorongan agar siswanya lebih berprestasi di bidang olahraga permainan bolavoli.
2. Diharapkan pada pengurus PBVSI Kabupaten Pasaman Barat agar dapat memberikan pembinaan pada olahraga permainan bolavoli.
3. Diharapkan kepada mahasiswa agar dapat mengaplikasikan ilmu yang didapatnya demi kemajuan perkembangan olahraga permainan bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman. (1983). *Minat Siswa SMKN 1 Solok untuk Melanjutkan Pendidikan ke Perguruan Tinggi dan Memasuki Dunia Kerja*. Padang : IKIP Padang.
- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)* Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- DEPDIKBUD. (1998). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta. Balai Pustaka.
- _____, (1993). *Garis-garis Besar Program Pengajaran SLTP Penjaskes*, Jakarta : Depdikbud
- Erianti (2004). *Bolavoli Pendidikan Olahraga FIK UNP*
- Erizon, Nelki. (1991). *Minat Berwiraswasta Mahasiswa FFTK IKIP Padang*. Padang. IKIP Padang.
- Mudjirin, dkk (1997). *Selebaran Kuliah MKDK Psikologi Pendidikan*. Jakarta; Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP.
- Prayitno, Elida (1983). *Psikologi kepribadian*. FIP IKIP Padang.
- Ramanto, Muzni. (2000). *Minat Mahasiswa IKIP Padang Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler*. Padeang : FBSS UNP Padang.
- Suwinto, Wasti (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta.dan Kesehatan.
- Syrifuddin, Aip dan Muhadi. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud.
- Undang-undang RI No.20 (2003). *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdikbud.
- Yusuf, A. Muri. (1996). *Teori belajar*. IKIP Padang. 1986