

**PELAKSANAAN KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI OLAHRAGA  
BOLAVOLI MINI DI SD NEGERI GUGUS I KOTO ANAU  
KECAMATAN LEMBANG JAYA KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Pada  
Fakultas Ilmu KeolahragaanUniversitas Negeri Padang



**Oleh :**

**ERLINA  
NIM. 91112**

**PROGRAM STUDI PENJASKESREK  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2009**

## **HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**Judul** : Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok

**Nama** : Erlina

**BP/Nim** : 2007/91112

**Program** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2009

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Erianti  
NIP. 131 756 409

Dra.Pitnawati, M.Pd  
NIP. 131 416 002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Hendri Neldi, M.Kes  
NIP. 131 668 605

## **HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji  
Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang**

Judul : Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok

Nama : Erlina

Bp/Nim : 2007/91112

Program : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

**Padang, Februari 2009**

### **Tim Penguji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	<b>Dra. Erianti</b>	_____
2. Sekretaris	<b>Dra. Pitnawati, M.Pd</b>	_____
3. Anggota	<b>Drs. Hendri Neldi, M.Kes</b>	_____
4. Anggota	<b>Drs. Deswandi, M.Kes</b>	_____
5. Angota	<b>Drs. Nirwandi, M.Pd</b>	_____

## **ABSTRAK**

### **ERLINA, 2009 : PELAKSANAAN KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI OLAHRAGA BOLAVOLI MINI DI SD NEGERI GUGUS I KOTO ANAU KECAMATAN LEMBANG JAYA**

Penelitian ini berawal dari kenyataan di sekolah bahwa pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini kurang terlaksana dengan baik sebagaimana mestinya. Banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini tersebut antara lain motivasi siswa, guru pembimbing, sarana dan prasarana.Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui sejauhmana motivasi siswa, peranan guru pembimbing,dan keberadaan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif* yang bertujuan untuk mendeskripsikan keadaan pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I yang berjumlah 30 orang. Penarikan sampel yang digunakan yaitu dengan teknik total sampling. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Jenis data yang digunakan adalah data primer berupa angket yang diberikan kepada semua siswa.

Dari hasil penelitian, ditemukan tingkat capaian variabel motivasi siswa adalah sebesar 63,63 % dan berada pada klasifikasi kurang artinya bahwa motivasi siswa dalam pelaksanaan pengembangan diri olahraga bolavoli mini tersebut belumlah memiliki motivasi yang tinggi seperti yang diharapkan. Untuk variabel guru pembimbing tingkat capaiannya ditemukan sebesar 71,60% dan berada pada klasifikasi cukup. Artinya peranan guru pembimbing cukup berperan dalam menjalankan tugasnya sebagai pembimbing. Sedangkan variabel sarana dan prasarana ditemukan tingkat capaian sebesar 73,00 dan berada pada klasifikasi cukup artinya sarana dan prasarana cukup menunjang dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.

**Kata kunci : Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini**

## **KATA PENGANTAR**

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Dra. Erianti dan Dra. Pitnawati, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, Drs. Deswandi, M.Kes, dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kepala Sekolah Dasar Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
7. Buat Suami dan anak tercinta yang telah memberikan dorongan, semangat baik secara moril dan materil kepada penulis dalam rangka menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis doakan semoga semua amal dan kebaikan yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT, dan penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin  
Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2009

**Penulis**

## DAFTAR ISI

**HALAMAN JUDUL**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**ABSTRAK.....** ..... i

**KATA PENGANTAR.....** ..... ii

**DAFTAR ISI.....** ..... iv

**DAFTAR TABEL.....** ..... vi

**DAFTAR GAMBAR.....** ..... vii

**DAFTAR LAMPIRAN.....** ..... viii

**BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Identifikasi Masalah..... 6

C. Pembatasan Masalah..... 6

D. Rumusan Masalah..... 7

E. Tujuan Penelitian..... 7

F. Kegunaan Penelitian ..... 8

**BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Kajian Teori

1. Hakekat Permainan Bolavoli Mini..... 10

2. Hakekat Pengembangan Diri..... 10

3. Hakekat Motivasi..... 11

4. Guru Pembimbing..... 19

5. Sarana dan Prasarana..... 26

B. Kerangka Konseptual ..... 29

C. Pertanyaan Penelitian ..... 29

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel	
1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	32
D. Jenis dan Sumber Data	
1. Jenis Data.....	32
2. Sumber Data.....	33
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data.....	34

### **BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian	
1. Deskripsi Motivasi Siswa.....	36
2. Deskripsi Guru Pembimbing.....	40
3. Deskripsi Sarana dan Prasarana.....	44
B. Pembahasan.....	47

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	56
B. Saran.....	57

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi.....	31
2. Analisis Deskriptif Motivasi Siswa.....	36
3. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa.....	37
4. Distribusi Motivasi Siswa.....	38
5. Analisis Deskriptif Guru Pembimbing.....	40
6. Distribusi Frekuensi Guru Pembimbing.....	41
7. Distribusi Guru Pembimbing.....	42
8. Analisis Deskriptif Sarana dan Prasarana.....	44
9. Distribusi Frekuensi Sarana dan Prasarana.....	45
10. Distribusi Sarana dan Prasarana.....	46

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Halaman
1. Lapangan Bolavoli Mini.....	28
2. Kerangka Konseptual.....	29
3. Grafik Tingkat Capain Motivasi.....	40
4. Grafik Tingkat Capaian Guru Pembimbing.....	44
5. Grafik Tingkat Capaian Sarana dan Prasarana.....	47

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Penelitian.....	58
2. Format Pengisian Angket.....	59
3. Kuesioner Penelitian.....	60
4. Rekap Data Angket Penelitian.....	62
5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Angket Penelitian....	64
6. Surat Izin Penelitian.....	71

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Unsur yang sangat penting dalam kehidupan manusia salah satunya adalah pendidikan, tanpa adanya pendidikan maka manusia akan terus berada dalam lingkungan kebodohan dan keterbelakangan. Pendidikan yang dimaksud disini adalah dinyatakan dalam Undang-Undang Pendidikan Republik Indonesia No 20 (2003:2) tentang Sitem Pendidikan Nasional yakni sebagai berikut :

“Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengembangan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Berdasarkan kutipan yang telah dikemukakan di atas, jelaslah bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana dalam rangka untuk pengembangan diri, kecerdasan, kepribadian dan keterampilan yang berlandasan pada kekuatan spiritual keagamaan, yang mencakup di dalamnya akhlak yang mulia. Hal ini diwujudkan dalam suasana pembelajaran pada anak didik dalam upaya pengembangan potensi dirinya, sehingga mereka berguna bagi dirinya sendiri, orang lain, masyarakat, bangsa dan Negara.

Pendidikan tersebut diselenggarakan sudah diatur sedemikian rupa menurut jalur, jenjang dan jenisnya, diantara jenjang pendidikan formal yang ada yaitu pendidikan dasar. Maksud dari pendidikan

dasar ini merupakan jenjang pendidikan yang melandasi jenjang pendidikan menengah, berbentuk Sekolah Dasar. Dalam kurikulum pendidikan dasar, salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan pada peserta didik adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar (SD) dilaksanakan di antaranya melalui kegiatan pengembangan diri. Diknas (2006:3) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan pengembangan diri adalah :

“Kegiatan yang bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, minat, setiap peserta didik dan sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri dibawah bimbingan konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler”.

Dari uraian di atas, dapat diambil suatu kesimpulan bahwa kegiatan pengembangan diri tersebut dapat dilaksanakan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Sedangkan tujuan dari kegiatan pengembangan diri ini yaitu memberi kesempatan pada anak didik untuk mengembangkan potensi dirinya, terutama bagi anak-anak yang memiliki bakat, minat yang disesuaikan dengan kondisi sekolah dan dibimbing oleh guru atau tenaga kependidikan.

Kegiatan pengembangan diri dapat dilakukan antara lain melalui kegiatan pelayanan konseling yang berhubungan dengan masalah-masalah pribadi, kehidupan sosial, belajar dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler seperti kepramukaan, kelompok seni-budaya,

kelompok tim olahraga dan sebagainya. Untuk pengembangan diri kelompok olahraga dapat dilaksanakan melalui kegiatan ekstrakurikuler, dengan tujuan dapat menjadi wadah bagi siswa yang berbakat dan menggemari cabang olahraga tertentu.

Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2007:3) tujuan dari pengembangan diri melalui pembinaan olahraga yang dapat dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Dasar (SD) adalah :

“1) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak siswa Sekolah Dasar dalam bidang olahraga sebagai bagian dari pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan melalui persaingan yang sehat dan sportif, 2) Meningkatkan motivasi, minat, bakat dan kecintaan siswa terhadap olahraga sejak usia dini, 3) Meningkatkan kesegaran jasmani dan pembentukan kondisi fisik siswa Sekolah Dasar yang kuat, 4) Melahirkan bibit-bibit olahragawan potensial yang dapat dibanggakan di masa depan”.

Berpedoman pada kutipan di atas, maka jelaslah bahwa kegiatan pengembangan diri olahraga tersebut banyak sekali manfaatnya. Antara lain adalah dapat melahirkan bibit-bibit olahragawan, meningkatkan kesegaran jasmani siswa dan meningkatkan motivasi, bakat, minat serta dapat membentuk kondisi fisik, sekaligus memperkaya gerak siswa. Hal ini merupakan suatu kebanggaan bagi kita semua apabila kegiatan tersebut dapat dilakukan dengan baik.

Di antara kelompok tim olahraga di dalam kegiatan pengembangan diri yaitu olahraga permainan bolavoli, untuk Sekolah Dasar (SD) dinamakan permainan bolavoli mini. Kegiatan

pengembangan diri bolavoli mini di Sekolah Dasar (SD) ini memiliki organisasi yaitu organisasi gugus Sekolah Dasar. Gugus merupakan gabungan dari beberapa sekolah, satu gugus tersebut terdiri dari dua bagian yaitu sekolah dasar inti dan sekolah dasar imbas.

Sekolah Dasar inti disini adalah sekolah yang dipilih atau ditunjuk sebagai tempat dilaksanakan pembinaan atau pusat latihan, sedangkan sekolah imbas yaitu sekolah yang menjadi anggota gugus tersebut. Masing-masing sekolah saling berkoordinasi dalam pengembangan dan pembinaan olahraga seperti olahraga bolavoli mini. Sebagai pelindung kegiatan ini adalah “kepala Cabang Dinas Pendidikan Kecamatan (Kacabdin) dan penanggung jawab kepala sekolah serta ketua guru pendidikan jasmani yang ditunjuk (Diknas,2002:68)”.

Olahraga permainan bolavoli mini merupakan cabang olahraga permainan yang bersifat kelompok, satu kelompok atau regu terdiri dari 4 orang pemain inti dan satu orang pemain cadangan. Diknas (2007:135) menyatakan “permainan bolavoli mini termasuk cabang olahraga yang dipertandingkan di tingkat nasional, peraturan yang dipakai adalah peraturan permainan Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI)”. Di samping itu permainan bolavoli mini menyajikan suatu bentuk permainan, yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak yang berusia 9 - 13 tahun.

Berpedoman uraian pada halaman sebelumnya, maka hal ini tentunya berlaku juga dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di Sekolah Dasar Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok. Gugus I ini merupakan gabungan dari beberapa Sekolah Dasar yaitu SD Negeri 09 Koto Anau, SD Negeri 01 Koto Anau, SD Negeri 14 Koto Anau, SD Negeri 19 Koto Anau. Sedangkan sekolah yang terpilih untuk tempat pusat latihan atau sekolah inti adalah di SD Negeri 09 Koto Anau.

Berdasarkan observasi dan pengamatan penulis dilapangan, serta pernyataan dari beberapa orang guru pendidikan jasmani dan insan olahraga dilingkungan sekolah-sekolah yang berada di Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok, pelaksanaan kegiatan pengembangan diri bolavoli mini kurang berjalan dengan baik.

Di dalam pelaksanaan kegiataan pengembangan diri bolavoli mini di Sekolah Dasar (SD) bisa berjalan dengan baik tentunya didukung oleh banyak faktor, begitu juga dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini. Di antara faktor-faktor tersebut yaitu organisasi, pengetahuan dan kemampuan guru pendidikan jasmani, motivasi siswa, kondisi fisik, sarana dan prasarana, minat dan bakat, dukungan pihak sekolah dan orang tua murid, sosial ekonomi, status gizi, program latihan dan sebagainya.

Dengan demikian penulis ingin mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kurang terlaksananya kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian dengan judul "Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Motivasi siswa
2. Sarana dan prasarana
3. Guru pembimbing
4. Program latihan
5. Minat dan bakat siswa
6. Kondisi fisik
7. Dukungan sekolah
8. Dukungan orang tua murid
9. Sosial ekonomi
10. Gizi siswa
11. Lingkungan

### C. Pembatasan Masalah

Karena keterbatas dana, waktu dan referensi yang penulis miliki serta berdasarkan pengamatan penulis sementara di lapangan, maka faktor-faktor yang paling dominant dalam pembatasan masalah hanya meliputi:

1. Motivasi siswa
2. Guru pembimbing
3. Sarana dan prasarana

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dapat dirumuskan masalah yaitu:

1. Bagaimana motivasi siswa di dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
2. Bagaimana peranan guru pembimbing dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
3. Sejauhmana ketersediaan sarana dan prasarana di dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.

### E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
2. Peranan guru pembimbing dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
3. Ketersediaan sarana dan prasarana pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi :

1. Penulis sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah dan pedoman dalam melaksanakan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok.
3. Pengurus PBVSI Sumatera Barat dalam pengembangan dan pembinaan atlet bolavoli mini berprestasi.
4. Bahan masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan yang sama secara lebih mendalam.

5. Sebagai sumbangan bahan bacaan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIS**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakekat Permainan Bolavoli Mini**

Permainan bolavoli mini adalah permainan beregu yang dimainkan oleh 4 orang anak dalam satu regu dengan 2 orang pemain cadangan. Permainan ini juga merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan mulai dari antar Gugus ditingkat Kecamatan sampai ketingkat Nasional.

Tujuan dari permainan bolavoli mini menurut PBVSI (2005:57) adalah “menjatuhkan bola secepat mungkin di lapangan lawan lewat atas net. Sedangkan yang dimaksud dengan memvoli disini adalah memantulkan bola di udara sebelum jatuh di tanah atau di lantai”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli mini ini hampir sama tujuan dan maksudnya dengan permainan bolavoli orang dewasa. Hanya saja permainan bolavoli mini disesuaikan dengan karakteristik anak sekolah dasar.

Selanjutnya Diknas (2002:68) menjelaskan bahwa untuk peraturan pertandingan permainan bolavoli mini ditetapkan yakni:

- 1) Ukuran lapangan; panjangnya 12 meter dan lebar 6 meter, tanpa garis serang, daerah sajian adalah seluruh daerah dibelakang garis akhir dengan, 2) jaring/net; dengan ketinggian net 2,10 meter untuk putra dan 2,00 meter untuk putri, lebar jaring 1 meter, panjang net 7 meter, 3) Sedangkan untuk bola dipergunakan yaitu bola ukuran nomor 4, dengan garis tengah 22 - 24 cm dan berat 220-240 gram”.

Berdasarkan kutipan yang telah dikemukakan pada halaman sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa peraturan pertandingan disesuaikan dengan tingkat umur anak-anak sekolah dasar terutama anak yang berusia 9 tahun sampai dengan 13 tahun. Hal ini tergambar dari ketinggian net, ukuran lapangan dan ukuran bola serta berat bola yang dipergunakan dalam pertandingan.

## **2. Hakekat Pengembangan Diri**

Pengembangan diri merupakan penyaluran dan pemupukan bakat atau potensi perorangan melalui kegiatan tambahan yang intensif sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah/madrasah. Di dalam kegiatan pengembangan diri ini juga merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik, salah satunya yaitu pengembangan diri dalam cabang olahraga bolavoli mini.

Untuk lebih jelasnya Diknas (2006:3) mengemukakan bahwa Pengembangan diri adalah “Kegiatan yang bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, minat, setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah”. Dengan demikian di dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri tersebut kepala sekolah sebagai penanggung jawab dan sebagai ketua di dalam pembinaan kegiatan tersebut adalah guru penjaskes.

Berpedoman pada pendapat yang dikemukakan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa: kegiatan pengembangan diri ini merupakan kegiatan yang memberikan kesempatan pada siswa untuk mengekspresikan diri sesuai dengan bakat, minat, peserta didik dan juga kegiatan pengembangan diri ini harus disesuaikan dengan keadaan sekolah masing-masing.

Dalam penelitian ini kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini ini, dilaksanakan pada setiap hari sabtu dalam jam pelajaran wajib dan hari rabu sore sebagai tambahan latihan. Maksud dan tujuan dari kegiatan pengembangan diri ini adalah memberikan kesempatan pada anak didik untuk mengembangkan potensi dirinya, terutama bagi anak-anak yang memiliki bakat dan minat yang disesuaikan dengan kondisi sekolah dan dibimbing oleh guru atau tenaga kependidikan.

### **3. Hakekat Motivasi**

Motivasi berasal dari kata motif yang artinya sebagai daya upaya penggerak yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Hal senada juga dikemukakan oleh Alek (1999:247) mengatakan “Motif adalah suatu rangsangan, dorongan atau pembangkit tenaga bagi terjadinya suatu tingkah laku”. Sementara Sardiman (2007:73) mengatakan bahwa “Motif sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan”.

Di sisi lain Katin (1988:218) berpendapat bahwa "motif merupakan sesuatu yang menjadi penggerak seseorang untuk melakukan suatu kegiatan pekerjaan yang pada dasarnya bersumber pertama-tama dari berbagai macam kebutuhan pokok individu, dengan demikian permasalahan motif sangat erat kaitannya dengan motivasi".

Dari beberapa batasan tentang motif yang sudah diuraikan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi mengawali terjadinya perubahan dan perkembangan energi di dalam *system neurophysiological* yang ada pada organisme manusia. Di samping itu motivasi muncul karena adanya feeling, afeksi seseorang dan dapat dikatakan motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia. Semua ini didorong karena adanya tujuan, kebutuhan atau keinginan.

Menurut Soemanto (1990:189) "motivasi adalah kondisi-kondisi atau keadaan yang mengaktifkan atau memberi dorongan kepada seseorang untuk bertingkah laku dalam mencapai tujuan yang ditimbulkan oleh motivasi tersebut". Sementara Amti (1992:78) mengatakan "motivasi yaitu usaha yang disadari untuk menggerakkan, mengarahkan dan menjaga tingkah laku seseorang agar ia terdorong untuk bertindak melakukan sesuatu, sehingga mencapai hasil/tujuan tertentu".

Fungsi motivasi adalah mendorong manusia atau seseorang untuk berbuat, menentukan arah perbuatan, untuk mencapai tujuan dan menyeleksi perbuatan yaitu perbuatan mana yang akan dikerjakan. Dengan demikian dapat dikatakan peranan motivasi dalam belajar adalah sebagai penggerak kegiatan belajar, memperluas tujuan belajar dan menentukan ketekunan belajar. Sehingga terlihatlah ciri-ciri seseorang yang memiliki motivasi antara lain : tekun dalam menyelesaikan tugas, ulet menghadapi kesulitan, menunjukkan semangat dan berminat terhadap bermacam-macam masalah dan lain-lain.

Menurut Dimyati (2006:86) Motivasi dapat diklasifikasikan atas dua jenis yaitu :

"1)motivasi primer, adalah motivasi yang didasarkan pada motif-motif dasar. Motif-motif dasar tersebut umumnya berasal dari segi biologis atau jasmani manusia, 2) motivasi sekunder, adalah motivasi yang dipelajari yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Misalnya bekerja dengan baik maka ia memperoleh gaji berupa uang, hal ini merupakan motivasi sekunder".

Pendapat yang senada tentang klasifikasi motivasi juga dikemukakan oleh Setyobroto (2002:24) yaitu terdiri dari: "motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik".

a) Motivasi intrinsik

Motivasi instrinsik yaitu motivasi yang munculnya dari dalam diri sendiri atau dapat juga dikatakan seorang siswa terlibat dalam suatu kegiatan bila menurutnya bermanfaat dan

atas keinginan sendiri dia mengikuti kegiatan tersebut. Menurut Sardiman (2007:89) motivasi intrinsik adalah “motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu”.

Sementara Prayitno (1989:101) mengatakan motivasi intrinsik yaitu “motivasi yang timbul dalam diri sendiri yang semata-mata demi berlangsungnya tindakan yang sebaik-baiknya dengan hasil yang maksimal”. Dengan demikian motivasi intrinsik dapat dicontohkan misalnya seorang siswa itu melakukan belajar ataupun latihan, karena ingin betul-betul mendapatkan pengetahuan, nilai ataupun keterampilan agar dapat berubah tingkah lakunya secara konstruktif, tidak karena tujuan lain.

b) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang keberadaannya karena pengaruh dari luar, bukan merupakan perasaan atau keinginan sendiri, contohnya seseorang siswa ikut latihan bolavoli mini dalam kegiatan ekstrakurikuler hanya karena diajak teman atau dorongan dari orang tua yang menginginkan anaknya berprestasi. Seperti yang dikemukakan oleh Hendri (1985:101) motivasi ekstrinsik adalah “dorongan yang berasal

dari luar individu yang menyebabkan individu tersebut berpartisipasi dalam suatu kegiatan”.

Sementara Prayitno (1973:127) mengatakan bahwa pengertian motivasi ekstrinsik yaitu “motif-motif yang muncul berkat adanya tarikan-tarikan dari luar yang sebenarnya tidak mempunyai hubungan langsung dengan tindakan dan hasil yang ditimbulkan oleh motif-motif tersebut”. Dengan demikian dapat pula dicontohkan seseorang itu mau belajar karena besok ada ujian dengan harapan mendapatkan nilai yang baik, sehingga dapat puji dari orang lain.

Di dalam kegiatan belajar mengajar atau latihan peranan motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik atau motivasi primer dan motivasi sekunder, jelaslah sangat penting dan diperlukan. Ada beberapa bentuk dan cara untuk menumbuhkan motivasi dalam kegiatan belajar di sekolah yang dikemukakan oleh Sardiman (2007:92) yaitu:

- “1) Memberikan angka sebagai simbol dari nilai kegiatan belajar karena angka-angka yang baik para siswa merupakan motivasi yang sangat kuat,
- 2) Hadiah, dapat juga dikatakan motivasi,
- 3) Saingan/kompetisi dapat digunakan sebagai alat motivasi untuk mendorong belajar siswa,
- 4) Memberikan ulangan, para siswa akan menjadi lebih giat belajar kalau mengetahui akan ada ulangan,
- 5) Mengetahui hasil, dengan mengetahui hasil pekerjaan akan mendorong siswa untuk lebih giat belajar,
- 6) Pujian , ada siswa yang sukses yang berhasil menyelesaikan tugas dengan baik, perlu mendapat pujian,
- 7) Hukuman sebagai reinforcement yang negative tetapi kalau diberikan

secara tepat dan bijak akan biasa menjadi alat motivasi, 8) minat dan tujuan yang di akui”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa banyak upaya dan usaha yang dapat dilakukan oleh guru pembimbing/pembina dalam proses pengajaran atau proses pelatihan untuk mencapai suatu tujuan. Begitu juga di dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga, khususnya cabang olahraga permainan bolavoli mini di Sekolah Dasar Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya. Misalnya saja memberikan pujian bagi siswa-siswi yang rajin dan tepat waktu dalam mengikuti latihan dan memberikan teguran atau hukuman bagi siswa yang terlambat atau sering tidak hadir. Di samping itu perlu adanya mengadakan kompetisi dengan sekolah lain untuk mengukur atau mengevaluasi tingkat keberhasilan yang dicapai siswa dan memberikan hadiah agar lebih bersemangat dan rajin dalam berlatih.

Kemudian bagi siswa-siswi yang berbakat, diberi pengertian dan kesempatan untuk lebih dapat mengembangkan bakatnya kejelur yang tinggi yaitu olahraga prestasi. Salah satu tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengembangan diri adalah agar dapat menjaring anak-anak yang memiliki bakat dan minat dalam suatu cabang olahraga, diantaranya adalah cabang olahraga permainan bolavoli mini, yang merupakan cabang olahraga beregu dan

diperlombakan mulai dari tingkat kecamatan, kabupaten/kota, provinsi dan ditingkat Nasional.

Menurut Dimyati (2006:97) unsur-unsur yang dapat mempengaruhi motivasi dalam kegiatan belajar dan latihan adalah : “a) Cita-cita atau aspirasi siswa, b) kemampuan siswa, c) kondisi siswa, d) kondisi lingkungan siswa, e) unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran, f)upaya guru dalam membelajarkan siswa”. Cita-cita atau aspirasi siswa merupakan bagian dari motivasi yang timbulnya dibarengi perkembangan akal, moral, kemauan, bahasa dan nilai-nilai kehidupan serta perkembangan kepribadian.

Kemampuan siswa, keinginan seorang anak perlu dibarengi dengan kemampuan atau kecakapan yang dicapainya, contoh: keinginan untuk belajar Keterampilan olahraga khususnya olahraga permainan bolavoli mini. Sedangkan kondisi siswa dan kondisi lingkungan siswa meliputi kondisi jasmani dan rohani yang mempengaruhi motivasi belajar, lingkungan siswa biasa berupa keadaan alam, lingkungan tempat tinggal, pergaulan dalam masyarakat dan lain-lain.

Untuk unsur-unsur dinamis dalam belajar dan pembelajaran misalnya saja siswa memiliki perasaan, perhatian, kemauan, ingatan, dan pikiran. Selanjutnya upaya guru dalam membelajarkan siswa terjadi di sekolah dan diluar sekolah misalnya,

menyelenggarakan tertib belajar dan membina disiplin dalam setiap kesempatan. Sementara Hendri dalam Kurnia (2004:17) mengatakan dalam pendidikan jasmani ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi motivasi yang tidak dapat diabaikan yakni sebagai berikut:

"1) Sehat fisik dan mental, kesehatan fisik merupakan kesatuan yang meningkatkan motivasi berkembang, 2) lingkungan yang sehat dan menyenangkan, suhu yang normal, udara yang sehat, sinar matahari yang cukup, keadaan sekitar menarik, 3) Fasilitas lapangan dan alat-alat yang baik untuk latihan, lapangan yang rata dan peralatan yang memadai akan memperkuat motivasi, 4) Olahraga yang disesuaikan, 5) program pendidikan jasmani yang menuntut efektifitas, permainan yang menarik akan memberikan motivasi yang tinggi, 6) metode mengajar, pemilihan metode mengajar yang sesuai akan membantu meningkatkan motivasi dalam proses belajar dan latihan".

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa dalam meningkatkan motivasi dalam proses belajar dan latihan olahraga yang harus diperhatikan antara lain : fisik dan mental yang sehat, pemilihan metode yang tepat, sesuai dengan bakat dan fasilitas yang bersih, nyaman dan bersih serta peralatan yang memadai. Di samping itu hal lain yang harus diperhatikan juga masalah lingkungan tempat belajar dan latihan, misalnya saja lapangan tempat belajar dan berlatih kegiatan pengembangan diri bolavoli mini, bersih dan menyenangkan.

Selanjutnya program latihan yang dijalankan dapat membuat siswa lebih kreatif dan bersemangat dalam melakukannya. Faktor-

faktor lain yang mendukung di dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri ini antara lain : sarana dan prasarana, dukungan orang tua, dukungan dari kepala sekolah dan peranan guru pembimbing (guru penjaskes).

#### **4. Guru Pembimbing**

Faktor guru pembimbing merupakan komponen yang sangat berperan dalam pengembangan dan pembinaan olahraga di sekolah. Maksud guru pembimbing olahraga disini adalah guru pendidikan jasmani (penjas), dialah yang bertanggung jawab dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri cabang-cabang olahraga di sekolah seperti cabang olahraga permainan sepak bola mini, basket mini, sepak takraw mini, bulu tangkis mini dan permainan bola voli mini serta lain-lain sebagainya.

Maju mundurnya suatu pengembangan diri dalam suatu cabang olahraga di sekolah, salah satu faktor penentunya adalah kemampuan dan pengalaman yang dimiliki oleh guru pendidikan jasmani sebagai guru pembimbing. Kita sama-sama menyadari dan mengetahui bahwa tugas utama guru penjas sebagai guru pembimbing yaitu melaksanakan kegiatan pengembangan diri, khususnya dibidang olahraga, dalam usaha dan upaya mengembangkan potensi, bakat dan minat peserta didik untuk memiliki keterampilan pada cabang olahraga yang diminatinya.

Suharno (1982:6) menjelaskan bahwa untuk menjadi seorang pelatih/pembimbing dalam kegiatan olahraga harus memiliki ciri-ciri yakni sebagai berikut :

“1)Pengetahuan yang luas dan ilmiah, 2)karakter dan kepribadian yang baik untuk dicontoh para atlet asuhan, 3)Pengalaman yang cukup jadi pemain, organisator dan sebagai pendidik, 4)Baik dalam skill cabang olahraga yang diikutinya, 5)mempunyai sifat *human relation* yang baik terhadap sesama, 6)Jujur, bertanggung jawab dan dapat dipercaya, 7)dapat mudah bekerjasama baik dengan atlet, maupun dengan atasanya, 8)pendidikan pelatih sesuai dengan cabang olahraganya, 9)Memiliki kesehatan yang baik dan sifat humoris sebagai selingan kerja serius serta mempunyai daya kreatif tinggi, mudah menerima kritikan, berkemauan keras dan disiplin tinggi”.

Berdasarkan pada kutipan yang telah dikemukakan di atas, maka jelaslah bahwa untuk menjadi seorang pelatih atau pembimbing dalam kegiatan olahraga harus memiliki kriteria dan ciri-ciri. Seperti mempunyai pengetahuan, pengalaman yang luas dan ilmiah serta berbadan sehat. Di samping itu juga harus jujur, bertanggung jawab, dapat dipercaya dan bekerjasama baik dengan atlet maupun atasanya dan memiliki *skill* dalam cabang olahraga tertentu, mempunyai keinginan yang tinggi untuk berkarya dan berdisiplin tinggi serta mempunyai sifat humoris.

Selanjutnya untuk menjadi pembimbing dalam kegiatan olahraga usia dini di Sekolah Dasar (SD) harus memiliki standar seperti yang dinyatakan oleh Depertemen Pendidikan Nasional (2002:27) yaitu :

"a) Pendidikan, lulusan SLTA dan lulus pelatih olahraga yang diadakan instansi atau lembaga keolahragaan, b) Pengalaman, mengajar pendidikan jasmani minimal 3 tahun, aktif dalam kegiatan olahraga ekstrakurikuler di sekolah, dan aktif dalam kegiatan olahraga di masyarakat sebagai pelatih serta minat terhadap kegiatan olahraga, c) Pelaksana, guru pendidikan jasmani, guru kelas yang ditugaskan menajar pendidikan jasmani dan guru mata pelajaran lain yang berminat terhadap olahraga".

Berpedoman pada kutipan di atas tentang standar pembimbing usia dini di sekolah dasar, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa yang berhak untuk membimbing kegiatan olahraga usia dini adalah guru pendidikan jasmani (penjas), guru kelas dan guru lainnya yang sudah ditunjuk oleh dinas atau instansi terkait. Di samping itu mereka semua sudah mengajar minimal selama 3 tahun dan mempunyai minat serta keinginan yang tinggi terhadap olahraga, baik di sekolah maupun di masyarakat.

Suharno (1982:4) mengatakan tugas guru pendidikan jasmani (penjas) dalam membimbing siswa di sekolah dasar antara lain: "1) Mencari bibit yang berbakat (*talent scating*), 2) Membuat program latihan, 3) Menilai (mengevaluasi) hasil pertandingan". Di samping itu guru penjas harus benar-benar tanggap dalam merancang, mengarahkan dan membimbing anak didiknya dalam melaksanakan kegiatan pengembangan diri khususnya dalam bidang olahraga.

Selanjutnya guru penjas sebagai pembimbing dalam kegiatan olahraga, khususnya cabang olahraga bolavoli mini harus disiplin, menunjukkan perilaku yang baik, memiliki semangat, kebersamaan, kekompakan dan mampu memberikan dorongan serta motivasi kepada anak didiknya. Di samping itu juga mempunyai keinginan untuk mencari berbagai pengalaman dari suatu kegiatan pertandingan yang berkaitan dengan olahraga yang dibinanya, misalnya mengadakan uji coba kemampuan penguasaan teknik dengan daerah-daerah lain.

Agar pelaksanaan suatu kegiatan sesuai dengan yang diinginkan, maka guru pembimbing terlebih dahulu membuat suatu program latihan, hal ini tentunya merupakan sebagai petunjuk dalam memberikan latihan yang berisikan cara-cara yang ditempuh dalam mencapai tujuan. Suharno (1982:51) menjelaskan arti dari program latihan yaitu "suatu petunjuk yang mengikat untuk perkembangan kondisi latihan dimana semua itu menghendaki aturan-aturan secara tertulis untuk mencapai suatu tujuan.

Dari kutipan di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa program latihan merupakan suatu petunjuk atau pedoman untuk melaksanakan kegiatan yang diinginkan. Lebih jauh Suharno (1982:51) mengungkapkan bahwa peranan dari program latihan yaitu "1) sebagai pimpinan kegiatan latihan yang terorganisir dalam mencapai prestasi maksimal, 2) untuk menghilangkan atau

menghindarkan faktor-faktor kebetulan dalam mencapai prestasi maksimal, 3) mempercepat tercapainya tujuan umum prestasi maksimal”.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini tujuan akan dapat dicapai apabila dilaksanakan program latihan yang sistematis, terarah dan terencana dengan baik. Hal ini juga dapat memperlancar proses kegiatan yang akan dilaksanakan, sehingga akan dapat membantu dan memudahkan pekerjaannya sebagai seorang guru pembimbing. Dalam program latihan tersebut mencakup berbagai materi yang akan diterapkan kepada atlet atau siswa yang dilatih.

Diknas (2002:33) menjelaskan ada beberapa prinsip latihan yang perlu diperhatikan dalam pengembangan diri cabang olahraga di Sekolah Dasar yaitu :

“1) Latihan harus didasarkan pada prinsip beban latihan, 2) latihan harus didasarkan pada prinsip individualisasi, 3) latihan harus didasarkan pada prinsip perkembangan multilateral (menyeluruh), 4) kualitas atau mutu latihan harus dipehatikan baik pada waktu melatih teknik, keterampilan gerak, taktik, maupun fisik, 5) latihan harus diciptakan bervariasi sehingga tidak menimbulkan kebosanan pada anak, 6) usahakan menciptakan suasana keceriaan, 7) latihan dilakukan sedikitnya tiga kali dalam seminggu masing-masing dalam waktu 2-3 jam dan dilakukan secara itensif, 8) beban latihan harus mampu memberikan pengaruh positif terhadap atlet/siswa yang dilatih”.

Dari kutipan di atas jelaslah bahwa di dalam membuat suatu program latihan terlebih dahulu harus mempertimbangkan faktor-

faktor atau prinsip-prinsip misalnya beban latihan yang diberikan disesuaikan dengan perkembangan multilateral (menyeluruh), latihan-latihan diberikan secara bervariasi sehingga tidak membosankan anak dan menimbulkan keceriaan pada anak serta latihan dilakukan secara intensif sedikitnya tiga kali dalam seminggu, yang dapat memberikan pengaruh positif terhadap atlet/siswa.

Sementara Suharsono dalam Ridwan (2008:15) menjelaskan langkah-langkah untuk membuat program latihan adalah sebagai berikut :

- “1) Mengidentifikasi dan menganalisa semua masalah atau keadaan yang berhubungan dengan penentuan tujuan yang ingin dicapai, 2) membuat rumusan program latihan, 3) penjabaran secara rinci program latihan terutama target-target latihan, 4) melaksanakan program latihan dengan disiplin dan konsekuensi, 5) koreksi dan revisi program latihan yang dilaksanakan, 6) mengevaluasi untuk mengontrol apakah program latihan itu berhasil atau belum dalam mencapai tujuan”.

Dari kutipan di atas, jelaslah bahwa dalam membuat program latihan perlu langkah-langkah yang berhubungan dengan identifikasi, analisa, rumusan permasalahan dalam menentukan tujuan yang diinginkan dari sebuah program latihan. Di samping itu dalam melaksanakan program latihan harus dijabarkan secara rinci, disiplin, konsekuensi dan adanya semacam koreksi dan revisi, serta dilanjutkan dengan evaluasi sebagai kontrol apakah program

latihan berjalan dengan baik dan tujuan bisa tercapai seperti yang diinginkan.

Dengan demikian dapat diartikan bila dikaitkan dengan seorang pembimbing yang akan menjalankan program latihan dilapangan, tentunya harus betul-betul memahami dan mengerti serta mampu membuat program latihan sesuai dengan target-target atau tujuan yang hendak dicapai dari suatu latihan. Di samping itu seorang pembimbing harus mempunyai disiplin, tanggung jawab dan mampu mengukur tingkat keberhasilannya dalam membimbing anak didiknya dalam pelaksanaan kegiatan yang akan dilaksanakan.

Untuk mencapai bimbingan yang baik tentunya tidaklah mudah karena di samping memerlukan waktu yang cukup lama, seorang pembimbing juga harus mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti yang dikemukakan oleh Suharno (1982:52) yaitu :

“Program latihan dikatakan baik apabila rencana tersebut dibuat telah mempertimbangkan faktor-faktor penentu untuk mencapai tujuan, faktor tersebut antara lain; bakat, atau matei atlet, kemampuan atlet saat itu, umur atlet, umur latihan, sarana dan prasarana, dana, lingkungan atlet, tenaga pelatih dan waktu yang tersedia”.

Berpedoman pada pendapat yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa dalam mencapai tujuan pembimbingan dengan baik sangat banyak sekali pertimbangan sebagai faktor penentu. Misalnya saja dari segi faktor

kemampuan, bakat, umur atlet yang kita bimbing, sarana prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan, dana dan waktu yang tersedia serta lingkungan dan lain-lain sebagainya.

## 5. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor yang ikut mendukung berjalannya dengan baik suatu kegiatan olahraga, bahkan dapat dikatakan sarana dan prasarana merupakan syarat yang mutlak diadakan dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri cabang olahraga. Tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai, baik dari segi kualitas maupun kuantitas sulit sekali untuk mencapai apa yang kita inginkan dari suatu pembinaan dan pengembangan olahraga.

Suharsono (1982:3) mengatakan “Sesuai dengan kemajuan teknologi di zaman modern ini, perlu peningkatan kualitas sarana dan alat-alat olahraga yang diikutinya”. Sarana adalah semua alat olahraga yang dapat dipindah-pindahkan seperti bola, net, raket dan lain-lain. Sedangkan yang dimaksud dengan prasarana yaitu fasilitas olahraga yang tidak dapat dipindah-pindahkan misalnya lapangan, gedung olahraga, kolam renang dan sebagainya.

Sementara dalam Undang-Undang Republik Indonesia No.3 (2005:3) dalam Bab 1 Pasal 1 ayat 21 dijelaskan bahwa sarana adalah “Peralatan dan perlengkapan yang akan digunakan untuk kegiatan olahraga”. Sedangkan pada pasal 1 ayat 20 dijelaskan

yang dimaksud dengan prasarana yaitu “Tempat atau ruang termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga atau penyelenggaraan keolahragaan”.

Berdasarkan beberapa batasan uraian tentang pengertian sarana dan prasarana yang telah dijelaskan di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa setiap cabang olahraga membutuhkan sarana dan prasarana sesuai dengan cabang olahraga yang dibina. Demikian juga halnya dengan pelaksanaan dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini yang dilaksanakan di gugus-gugus sekolah dasar di seluruh wilayah Indonesia.

Olahraga permainan bolavoli mini merupakan cabang olahraga permainan yang bersifat kelompok, satu kelompok atau regu terdiri dari 4 orang pemain inti dan satu orang pemain cadangan. Diknas (2007:135) menyatakan “permainan bolavoli mini termasuk cabang olahraga yang dipertandingkan di tingkat Nasional, peraturan yang dipakai adalah peraturan permainan Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI)”. Di samping itu permainan bolavoli mini menyajikan suatu bentuk permainan, yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak-anak berusia 9 -13 tahun.

Sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bolavoli mini juga dijelaskan secara rinci sesuai dengan peraturan pertandingan menurut Diknas (2002:68) yaitu sebagai berikut:

"1) Ukuran lapangan; panjangnya 12 meter dan lebar 6 meter, tanpa garis serang, daerah sajian adalah seluruh daerah dibelakang garis akhir dengan, 2) jaring/net; dengan ketinggian net 2,10 meter untuk putra dan 2,00 meter untuk putri, lebar jaring 1 meter, panjang net 7 meter, 3) Sedangkan untuk bola dipergunakan yaitu bola ukuran nomor 4, dengan garis tengah 22 - 24 cm dan berat 220-240 gram".

Untuk lebih jelasnya prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini dapat dilihat pada gambar 1 berikut ini :

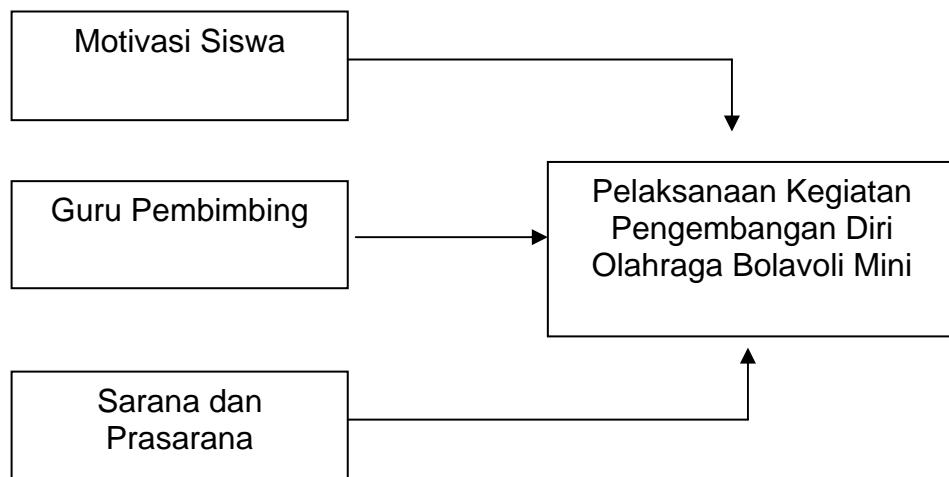


Gambar 1. Lapangan Bolavoli Mini

## B. Kerangka Konseptual

Sesuai dengan kajian teori yang telah diuraikan bagian terdahulu bahwa siswa, guru pembimbing, sarana dan prasarana, saling mempengaruhi demi tercapainya Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Olahraga Bolavoli Mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok". Supaya lebih

jelasnya kerangka konseptual dapat dijelaskan pada gambar 2 berikut ini :



Gambar 2. Kerangka Konseptual

### C. Pertanyaan Penelitian

Di dalam penelitian ini diajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Sejauhmanakah motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus 1 Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok ?
2. Sejauhmanakah peranan guru pembimbing dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus 1 Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok ?
3. Bagaimanakah keberadaan sarana dan prasarana dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus 1 Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok ?

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat capaian motivasi siswa di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri yaitu sebesar 63,63% dan berada pada klasifikasi kurang. Artinya bahwa siswa dalam mengikuti kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini kurang memiliki motivasi.
2. Tingkat capain guru pembimbing di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok di dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini yaitu sebesar 71,60% dan berada pada klasifikasi cukup. Artinya bahwa peranan guru pembimbing dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini cukup.
3. Tingkat capaian sarana dan prasarana yang ada di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok sebesar 73,00% dan berada pada klasifikasi cukup. Artinya bahwa

dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini tersebut, sarana dan prasarana yang tersedia cukup memadai.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka ada beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Memberikan pengertian dan pemahaman kepada siswa oleh guru penjas sebagai pembimbing kegiatan olahraga, tentang manfaat dari kegiatan pengembangan diri olahraga bolavoli mini khususnya di Sekolah Dasar Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok. Hal ini merupakan salah satu cara untuk meningkatkan motivasi siswa
2. Diharapkan kepada guru pembimbing untuk dapat lebih meningkatkan peranannya dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri, khususnya pada cabang olahraga bolavoli mini. Misalnya saja dalam menyediakan waktu, fikiran, tenaga dalam proses latihan.
3. Diharapkan kepada Kepala sekolah yang ada di SD Negeri Gugus I Koto Anau Kecamatan Lembang Jaya Kabupaten Solok, diharapkan agar memberikan dukungan penuh dan lebih memperhatikan keberadaan sarana dan prasarana yang ada di sekolah demi kelancaran pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alek, 1999. Kamus Ilmiah Populer Internasional. Surabaya: Alfa
- Amti, Erman, dkk. 1992. Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Depdikbud
- Arikunto, Suharsimi. 1989. Manajemen Penelitian. Jakarta: Proyek Pengembangan Tenaga Kependidikan
- Depdiknas, 2002. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan SD, Jakarta.
- Depdiknas, 2006. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta
- Dimyati, 2006 Belajar dan Pembelajaran, Jakarta : Rineke Cipta
- Erianti, 2004. Buku Ajar Bolavoli. Padang: FIK UNP
- Katin, Kahar, 1988. Kumpulan Kuliah Manajemen. Padang: UNAND
- Kurnia, Leni, 2004. Motif Peserta Kegiatan Senam Pagi di Universitas Negeri Padang. Skripsi. Padang : FIK UNP
- PBVSI, 2005. Peraturan Permainan Bolavoli. Jakarta: PBVSI
- Prayitno, 1989. Motivasi Belajar. Jakarta P2LPTK
- Ridwan, 2008. Pembinaan Olahraga Bolavoli Mini di Sekolah Dasar Negeri Gugus II Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar. Skripsi. Padang: FIK UNP
- Sardiman, 2007. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar, Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Setyobroto, 2002. Psikologi Olahraga. Jakarta: Percetakan Universitas Negeri Jakarta
- Sudjana, Nana, 1989. Metode Statistik. Bandung : Transito
- Suharno HP, 1982. Ilmu Coaching Umum,Yogyakarta : FPOK IKIP
- Suhasono, 1988. Coaching Aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta: P2 IPTK Depdikbud
- Sumanto, Wasti. 1990. Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan.Jakarta: Rineke Cipta