

**PELAKSANAAN KEGIATAN EKSTRAKULIKULER OLAHRAGA BOLA  
VOLI MINI DI SEKOLAH DASAR NEGERI 29 RANTAU BATU PASAR  
KECAMATAN LINGGO SARI BAGANTI**

**SKRIPSI**

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



**OLEH**

**IRFAN NURZAL  
NIM: 1203309**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2016**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bolavoli  
Mini di Sekolah Dasar Negeri 29 Rantau Batu Pasar  
Kecamatan Linggo Sari Baganti

Nama : Irfan Nurzal

NIM : 1203309

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2016

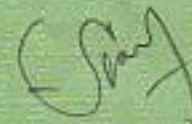
Disetujui :

Pembimbing I



Drs. Zulman, M.Pd  
NIP. 19581216 198403 1 002

Pembimbing II



Dra. Erianti, M.Pd  
NIP. 19620705 198711 2 001

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan M.Kes  
NIP. 19611230 198803 1 003

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Irfan Nurzal  
NIM : 1203309/2012

*Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

**Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bolavoli Mini  
di Sekolah Dasar Negeri 29 Rantau Batu Pasar  
Kecamatan Linggo Sari Baganti**

Padang, Agustus 2016

### Tim Penguji:

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Drs. Zulman, M.Pd

1. 

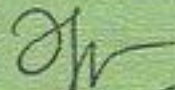
2. Sekretaris : Dra. Erianti, M.Pd

2. \_\_\_\_\_

3. Anggota : Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd

3. \_\_\_\_\_

4. Anggota : Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO

4. 

5. Anggota : Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd

5. 

## SURAT PERNYATAAN

Karya Saya: Pelaksanaan Kegiatan Charakultivasi Keluarga Bekerja  
Masa Di Kota Padang, Kurang Dulu Pada Kesempatan Kerja  
(Nur Nurza)

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini benar karya saya sendiri, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau di terbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah lazim.

Padang, Agustus 2016

Menyatakan  
**BATERAI  
TEMPEL**  
BB71EADF64571700  
**6000**  
RUMAH KEMAH  
Nurza

## ABSTRAK

### **Irfan Nurzal : Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bolavoli Mini Di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti**

Berdasarkan observasi penulis di lapangan masalah dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Ke. Linggo Sari Baganti belum berjalan sebagaimana mestinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di Sekolah Dasar Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti.

Jenis penelitian adalah *deskriptive*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini yang berjumlah 30 orang, terdiri dari 23 orang putra dan 7 orang putri. Sampel diambil dengan *total sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah 30 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan menyebarkan angket kepada siswa yang terpilih menjadi sampel. Data dianalisis dengan tingkat capaian responden.

Hasil penelitian menyatakan bahwa: (1) variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 69%, berada pada kategori “Cukup”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa sarana dan prasarana yang cukup tersedia. (2) variabel motivasi siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 71%, berada pada kategori “Cukup”. Dengan demikian diartikan bahwa siswa cukup memiliki motivasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini. (3) variabel kemampuan guru penjas sebagai pelatih diperoleh tingkat capaian sebesar 64%, berada pada klasifikasi “Kurang”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa guru penjasorkes kurang memiliki kemampuan sebagai pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini. **Selanjutnya tingkat capaian secara keseluruhan tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di Sekolah Dasar Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti adalah sebesar**

.....

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Bolavoli Mini Di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. H. Syafrizar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Zarwan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Drs. H. Zulman, M.Pd selaku pembimbing I dan Dra. Erianti, M.Pd selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd, Drs. H. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO dan Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Kepala SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kec. Linggo Sari Baganti yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melibatkan siswanya dalam pengambilan data penelitian.
6. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Kedua orang tuaku yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis di dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Agustus 2016

**Penulis**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Kegunaan Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Bolavoli Mini .....	9
2. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler.....	11
3. Sarana dan Prasarana Permainan Bolavoli Mini .....	13
4. Motivasi Siswa .....	16
5. Kemampuan Guru Penjas Sebagai Pelatih .....	32
B. Kerangka Konseptual .....	35
C. Pertanyaan Penelitian .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi dan Sampel .....	37
D. Jenis dan Sumber Data .....	38
Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	39
Teknik Analisis Data.....	40

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Deskripsi.....	41
Variabel Sarana Prasarana.....	41
Variabel Motivasi Siswa.....	44
Variabel Guru Sebagai Pelatih Bolavoli Mini.....	46
Hasil Penelitian dan Pembahasan.....	50

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan.....	58
Saran.....	58

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
-----------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	38
2. Distribusi Hasil Data Sarana dan Prasarana.....	42
3. Frekuensi Jawaban Sarana dan prasarana .....	43
4. Distribusi Hasil Data Motivasi siswa.....	44
5. Frekuensi Jawaban Motivasi siswa .....	46
6. Distribusi Hasil Data Kemampuan Guru Sebagai Pelatih Bolavoli.....	47
7. Frekuensi Jawaban Kemampuan Guru Sebagai Pelatih.....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	36
2. Histogram Variabel Sarana dan Prasarana.....	42
3. Histogram Variabel Motivasi siswa.....	45
4. Histogram Variabel Kemampuan Guru Sebagai Pelatih .....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Instrument Penelitian .....	62
2. Format Pengisian Angket.....	63
3. Angket Penelitian.....	64
4. Rekap dan Pengolahan Data Variabel Sarana Prasarana .....	67
5. Rekap dan Pengolahan Data Variabel Motivasi Siswa.....	68
6. Rekap dan Pengolahan Data Variabel Kemampuan Guru Penjas .....	69
7. Surat Izin Penelitian Dari SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti .....	70
8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	71
9. Dokumentasi Penelitian .....	72

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan dijalankan 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. Dalam pendidikan formal belajar menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Bahkan pemerintah telah menetapkan tujuan pendidikan nasional yang dituangkan dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 halaman 8 tentang sistem pendidikan nasional yang bertujuan sebagai berikut:

“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 bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan di atas jelaslah bahwa pendidikan yang dilaksanakan di sekolah 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 melaksanakan pendidikan kepada peserta didik. Diantara pendidikan yang ada di Sekolah Dasar adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang wajib diajarkan pada peserta didik. Sesuai dalam kurikulum penjasorkes

tersebut dilaksanakan dalam bentuk kegiatan intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler penting untuk dilaksanakan di sekolah, karena kegiatan ekstrakurikuler tujuannya adalah untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik atau siswa untuk mengekspresikan minat dan bakatnya. Selanjutnya dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang dikeluarkan Depdiknas (2004) menjelaskan bahwa:

“Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan oleh guru, pengembangan diri bertujuan memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler jika dijalankan dengan baik sangat besar pengaruhnya terhadap dunia pendidikan sekolah. Dengan begitu sekolah hendaknya melaksanakan program ini secara seimbang dan juga memperhatikan kondisi lingkungan. Mengingat betapa besarnya manfaat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, apabila kegiatan dapat dilaksanakan dengan baik pada anak didik untuk mencapai prestasi yang maksimal, untuk itulah diharapkan pihak sekolah dapat mengembangkan pelaksanaan ekstrakurikuler ini dan dapat membinanya secara baik.

Pembinaan ini harus dilakukan dengan memperhatikan potensi, dan minat dari peserta didik secara menyeluruh, hal ini sesuai dengan yang tercantum pada UU No. 3 Th 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 25 ayat 4 yang menyebutkan bahwa: ”Pembinaan dan pengembangan

olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler.” Dari sekian banyak mata pelajaran yang melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler, diantaranya adalah kegiatan ekstrakurikuler pada mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Kegiatan ekstrakurikuler pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ini dibagi dalam kelompok cabang olahraga, dan salah satunya kegiatan ekstrakurikuler mata pelajaran penjas Pada cabang olahraga bolavoli mini. Kegiatan ekstrakurikuler mata pelajaran pendidikan jasmani cabang olahraga bolavoli mini sangat digemari oleh anak didik.

Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini bertujuan untuk meningkatkan prestasi yang diarahkan terciptanya atlet bolavoli mini yang berkualitas. Untuk meningkatkan kualitas siswa sebagai atlet secara maksimal ada beberapa hal yang harus dimengerti dan dipahami seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1995:4) yaitu ”1) Perlu diupayakan pembinaan atilt sejak usia dini, 2) Adanya latihan-latihan yang teratur dan latihannya bertahap dengan terprogram, 3) Sistem kompetisi yang teratur sesuai dengan tingkat dan frekeunsinya baik secara vertikal maupun horizontal, 4) Menyediakan sarana dan prasaran olahraga”.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa untuk mencapai mutu dan prestasi maksimal tentunya harus melalui suatu proses dalam pembinaan atlet, harus dilakukan sejak usia dini, terlaksananya latihan-latihan yang teratur dan latihannya bertahap dengan terprogram . Di samping itu diperlukan kompetisi

yang teratur sesuai dengan tingkat dan frekuensinya baik secara vertikal maupun horizontal, dan tersedianya sarana dan prasarana yang memadai. Selanjutnya faktor lain seperti lingkungan yang nyaman tempat berlatih, kemampuan guru penjas sebagai pelatih, dukungan pihak sekolah dan dukungan orang tua.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti, dan informasi dari guru penjas, sekolah ini telah melakukan pembinaan kegiatan ekstrakurikuler cabang olahraga diantaranya olahraga bolavoli mini. Guru penjas sebagai pembimbing kegiatan atau sebagai pelatih bolavoli mini, dan kegiatan latihan dilakukan 3 kali dalam satu minggu yaitu pada hari selasa, Kamis dan Sabtu sore. Latihan dilakukan di lapangan bolavoli mini yang berada di lingkungan sekolah dan diikuti oleh siswa dan siswi yang mempunyai minat dan bakat terhadap bolavoli mini.

Sesuai dengan informasi yang penulis peroleh dari guru penjas, memang siswa yang ikut dalam pembinaan ekstrakurikuler cabang olahraga bolavoli mini belum memiliki prestasi, meskipun sudah beberapa kali mengikuti kompetisi pada pertandingan antar gugus ditingkat kecamatan namun belum pernah meraih kemenangan mewakili gugus di tingkat Kecamatan Linggo Sari Baganti. Memang tidak mudah bagi siswa untuk mencapai suatu prestasi olahraga bolavoli mini, karena banyak faktor yang dapat mempengaruhinya. Diantara faktor tersebut adalah kemampuan guru penjas sebagai pelatih, sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk melaksanakan kegiatan latihan,

kompetisi yang diikuti, program latihan harus terprogram dengan baik, lingkungan tempat berlatih, dukungan sekolah dan dukungan orang tua.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis pada kesempatan ini ingin melakukan suatu penelitian tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti, karena belum ada penelitian di sekolah ini yang berkaitan dengan pelaksanaan ekstrakurikuler bolavoli mini di sekolah ini. Selanjutnya belum diketahui faktor apa yang mempengaruhi pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini tersebut. Di samping itu penulis ingin mendapatkan data yang akurat tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada di atas maka cukup banyak faktor yang berpengaruh terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti, antara lain sebagai berikut :

1. Kemampuan guru penjas sebagai pelatih
2. Motivasi siswa dalam mengikuti pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola boli mini
3. Sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan ekstrakurikuler
4. Program latihan
5. Lingkungan tempat berlatih
6. Kompetisi yang diikuti

7. Dukungan dari sekolah untuk kegiatan ekstrakurikuler
8. Dukungan orang tua terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler
9. Dukungan masyarakat terhadap prestasi olahraga di sekolah

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah tidak mungkin bagi penulis untuk meneliti secara menyeluruh, berhubungan karena keterbatasan kemampuan dalam penyelesaian penulisan selanjutnya serta hal-hal yang dianggap penulis lebih menonjol, maka penulis membatasi masalah ini pada tiga variabel yaitu:

1. Sarana dan prasarana
2. Motivasi siswa
3. Kemampuan guru penjas sebagai pelatih
4. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana ketersediaan sarana prasarana dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti?
2. Bagaimana motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti?

3. Bagaimana kemampuan guru penjas sebagai pelatih dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti?
4. Bagaimana pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Keadaan sarana prasarana dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti.
2. Motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti.
3. Kemampuan guru penjas sebagai pelatih dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti?
4. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti ?

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

Berdasarkan tujuan penelitian, maka hasil penelitian diharapkan berguna bagi :

1. Penulis salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Kepala Sekolah sebagai masukan dalam pembinaan dan pengembangan olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler dan juga merupakan sebagai penunjang kegiatan intrakurikuler mata pelajaran penjasorkes.
3. Guru penjas sebagai pelatih bolavoli mini sebagai masukan pengetahuan dan wawasan dalam melatih kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini.
4. Depdiknas Kabupaten Pesisir Selatan tentang pembinaan dan pengembangan olahraga di Sekolah.
5. Penelitian selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan yang sama secara mendalam.
6. Pembaca di Perpustakaan FIK UNP sebagai sumbangan khasanah ilmu pengembangan ilmu pengetahuan dalam cabang olahraga permainan bolavoli mini.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berpedoman pada temuan hasil penelitian studi tentang pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran sesuai dengan variabel yang diteliti yakni sebagai berikut:

#### **A. Kesimpulan**

1. Variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 69%, berada pada kategori “CUKUP”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa sarana dan prasarana yang cukup tersedia.
2. Variabel motivasi siswa diperoleh tingkat capaian sebesar 71%, berada pada kategori “CUKUP”. Dengan demikian diartikan bahwa siswa cukup memiliki motivasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini.
3. Variabel kemampuan guru penjas sebagai pelatih diperoleh tingkat capaian sebesar 64%, berada pada klasifikasi “Kurang”. Dengan demikian dapat diartikan bahwa guru penjasorkes kurang memiliki kemampuan sebagai pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini.
4. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini di SD Negeri 29 Rantau Batu Pasar Kecamatan Linggo Sari Baganti diperoleh tingkat capaian sebesar 68% berada pada kategori “Cukup”. Artinya kegiatan ekstrakurikuler bolavoli mini belum berjalan dengan baik.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka saran-saran yang dapat ditujukan kepada:

1. Guru penjasorkes, agar lebih meningkatkan kemampuan dalam melatih bolavoli mini dengan cara mengikuti pelatihan dan seminar olahraga, serta menambah pengetahuan tentang ilmu kepelatihan. Di samping itu sebaiknya guru penjas membuat program latihan sebagai petunjuk dalam melatih sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai.
2. Siswa agar lebih kreatif dan tekun dalam belajar keterampilan teknik bolavoli mini, sehingga prestasi dapat ditingkatkan.
3. Pihak Sekolah agar dapat memberikan tambahan kelengkapan sarana dan prasarana yang diperlukan dalam proses latihan dan belajar olahraga bolavoli mini, serta memberikan dukungan pada guru penjas sebagai pelatih, dan siswa dengan memberikan kesempatan ikut dalam pertandingan yang sudah diagendakan oleh Dinas Pendidikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, (2009). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Bolla. (1993). *Coaching dan aspek-aspek dalam olahraga*. Jakarta: DIKTI.
- Depdikbud. (2003). UU 1945, P4, GBHN, Tap-Tap MPR 2003, *Bahan Penataran dan Bahan Referensi Panataran*. Jakarta : Tamita Utama.
- Depdiknas. (2004). *Pedoman Pelaksanaan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdiknas.
- Erianti. (2004). *Buku Ajar Bola Voli*. Padang. FIK UNP Padang
- Hamalik, Oemar. (2012). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamzah. (2012). *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek–Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta : Akademi Presindo.
- M. Ngalim, Purwanto. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- PBVS I (2005). *Pengetahuan Penunjang Perbolavolian di Indonesia*. Jakarta: Sekretariat PBVS I.
- (1995). *Jenis-Jenis Permainan Bolavoli*. Jakarta. Sekretariat Umum.
- Prayitno. Elida. (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta : P2LPTK.
- Rafnur. (2009). *Pelaksanaan Ekstrakurikuler Sepakbola di SD Negeri Gugus I Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman*. Padang: FIK UNP.
- Riduwan. (2012). *Skala Pengukuran Variabel- Variabel Penelitian*. Bandung : Alfa Beta.
- Riduwan. 2012. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Santoso, (1984), *Supervisi Pendidikan Olahraga VI* : Jakarta.
- Sardiman. (2012). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengejar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sarwono. (1983). *Kepemimpinan dan Motivasi*. Jakarta: Gholia Indonesia