

BAB II

ANALISIS KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA

A. Deskripsi Teori

1. Permainan Bola Voli

a. Sejarah Permainan Bola voli

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895. Ia adalah seorang Pembina pendidikan jasmani di *Young Men Christian Association (YMCA)* di kota *Holyoke, Massachusetts*, Amerika Serikat pada tanggal 9 Februari 1895. William G. Morgan dilahirkan di *Lockport, New York* pada tahun 1870, dan meninggal pada tahun 1942. YMCA adalah sebuah organisasi yang didedikasikan untuk mengajarkan ajaran-ajaran pokok umat Kristen kepada para pemuda. organisasi ini didirikan pada tanggal 6 Juni 1884 di *London*, Inggris oleh George William. Setelah bertemu dengan James Naismith (seorang pencipta olahraga bola basket), Morgan menciptakan sebuah olahraga baru yang bernama *Mintonette*. Olahraga permainan *Mintonette* sebenarnya merupakan sebuah permainan yang diciptakan dengan mengkombinasikan beberapa jenis permainan. Permainan *Mintonette* diciptakan dengan mengadopsi empat macam karakter olahraga permainan menjadi satu, yaitu bola basket, *baseball*, tenis, dan yang terakhir adalah bola tangan (*handball*).

Perubahan nama *mintonette* menjadi *volleyball* (bola voli) terjadi pada tahun 1896, pada demonstrasi pertandingan pertamanya di *International YMCA Training School*. Pada awal tahun 1896 tersebut, Dr. Luther Halsey Gulick mengundang dan meminta untuk mempertunjukkan permainan baru yang telah diciptakan di stadion kampus yang baru. Pada sebuah konferensi yang bertempat di kampus YMCA, *Springfield* tersebut juga dihadiri oleh seluruh guru pendidikan jasmani. Dalam kesempatan tersebut, Morgan membawa

dua tim yang pada masing-masing tim beranggotakan lima orang. Kedua tim tersebut diketuai oleh seorang mayor dan kepala pasukan pemadam kebakaran *Holyoke*.

Dalam kesempatan tersebut, Morgan juga menjelaskan bahwa permainan tersebut adalah permainan yang dapat dimainkan di dalam maupun diluar ruangan dengan sangat leluasa. Dan menurut penjelasannya pada saat itu, permainan ini juga dapat dimainkan oleh banyak pemain. Tidak ada batasan jumlah pemain yang menjadi standar dalam permainan tersebut, sedangkan sasaran dari permainan ini adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi, dari satu wilayah ke wilayah lain (wilayah lawan). Demonstrasi pertandingan yang diabdikan oleh kedua tim, serta penjelasan yang telah disampaikan oleh Morgan pun telah membawa sebuah perubahan pada *Mintonette*. Perubahan pertama yang terjadi pada permainan tersebut terjadi pada namanya. Atas saran Profesor Alfred T. Halstead yang juga menyaksikan dan memperhatikan permainan *Mintonette* serta penjelasan Morgan, nama *Mintonette* pun diubah menjadi *volleyball* (bola voli). Nama *volleyball* dipilih berdasarkan gerakan-gerakan utama yang terdapat pada permainan tersebut, yaitu gerakan memukul bola sebelum bola tersebut jatuh ke tanah (*volley*).

William G. Morgan kemudian melanjutkan idenya untuk mengembangkan permainan tersebut agar mencapai cabang olahraga yang dipertandingkan. Tahun 1922 *YMCA* berhasil mengadakan kejuaraan nasional bola voli di Negara Amerika Serikat. Pada saat perang dunia I, tentara-tentara sekutu menyebarkan permainan ini ke negara-negara Asia dan Eropa terutama negara Jepang, Cina, India, Filipina, Perancis, Rusia, Estonia, Latvia, cecoslovakia, Rumania, Yugoslavia dan Jerman. Dalam perang dunia II, permainan ini tersebar luas diseluruh dunia terutama di Eropa dan Asia. Setelah perang dunia II, prestasi dan popularitas bola voli di USA menurun, sedangkan di

negara-negara lain terutama Eropa Timur dan Asia berkembang sangat cepat. Pada turnamen bola voli pertama yang diadakan pada tahun 1947 di Polandia, pesertanya cukup banyak maka pada tahun 1948 didirikan *I.V.B.F (International Volley Ball Federation)* yang beranggota 15 negara.

b. Perkembangan Bola Voli di Indonesia

Permainan bola voli di Indonesia sudah dikenal sejak lama, dikenalkan oleh kompeni Belanda pada masa penjajahan sehingga dikenal juga dengan sebutan voli kompeni. Pada tahun 1928, bola voli pertama kalinya dimainkan di Indonesia. Pada masa itu, voli hanya dimainkan oleh orang Belanda dan para bangsawan. Awalnya para kompeni dari Belanda ini mendatangkan guru-guru pendidikan jasmani untuk memberikan pelatihan kepada para tentara Belanda. Kemudian, mereka memainkannya antar sesama mereka saja. Seiring dengan perkembangannya, warga pribumi pun diajak untuk bermain bersama dalam permainan bola voli ini. Permainan dilakukan bersama di lapangan terbuka dengan dibatasi jaring (net) di tengah lapangan permainan.

PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) diresmikan sebagai induk organisasi bola voli nasional oleh Komite Olimpiade Indonesia pada 1955 tepatnya pada bulan Maret. Peresmian ini berdampak baik bagi wajah bola voli Indonesia di kancah dunia ditandai dengan diperolehnya pengesahan sementara dari induk organisasi bola voli internasional atau *IVBF (International Volley ball Federatiaon)*. Selang empat tahun diresmikannya PBVSI, pada Oktober tahun 1959 PBVSI remi dalam keanggotaan IVBF. PBVSI dengan 63 negara lain tercatat sebagai anggota dari IVBF pada tahun tersebut.

PBVSI kemudian mulai aktif mengembangkan kegiatan-kegiatan yang menyangkut olahraga bola voli baik di dalam maupun di luar negeri. Perkembangan permainan bola voli sangat menonjol saat

menjelang Asian Games IV 1962 dan GANEFO I 1963 di Jakarta, baik untuk tim putra maupun putrinya. Berbagai ajang tersebut makin menguatkan gairah pervolian di Indonesia. Dampaknya, berbagai klub dan sarana lapangan bola voli sangat mudah dijumpai di berbagai pelosok tanah air. Permainan bola voli ini ternyata diterima di hati masyarakat Indonesia seperti olahraga lain yang terkenal baik di Indonesia, yakni sepak bola dan bulu tangkis.

c. Peraturan Permainan Bola Voli

Olahraga bola voli memiliki banyak aturan main dan seperti jenis permainan olahraga lainnya, agar permainan bola voli dapat berjalan dengan lancar, maka diperlukan suatu aturan-aturan yang mengikat bagi pemain agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan dalam pertandingan. Berikut peraturan permainan bola voli:

a. Peraturan Sistem Pertandingan menurut Teguh Sutanto (2016:94) sebagai berikut:

1. Sistem pertandingan menggunakan sistem setengah kompetisi yang terdiri dari 8 tim dan akan dibagi kedalam 2 (dua) grup, masing-masing grup terdiri dari 4 (empat) tim.
2. Setiap tim terdiri dari 10 pemain meliputi 6 pemain inti dan 4 pemain cadangan.
3. Pergantian pemain inti dan cadangan pada saat pertandingan berlangsung tidak dibatasi.
4. Pertandingan tidak akan di tunda apabila salah satu atau lebih dari satu anggota tim sedang bermain untuk cabang olahraga yang lain.
5. Jumlah pemain minimum yang boleh bermain dilapangan adalah sebanyak 4 orang. Apabila dilapangan terdapat kurang dari 4 orang, maka tim yang bersangkutan di anggap kalah.
6. Setiap pertandingan berlangsung selama tiga babak (*best of three*), kecuali pada dua babak sudah dipastikan pemenangnya maka babak ke tiga tidak perlu dilaksanakan.

7. Sistem hitungan yang digunakan adalah 25 *rally point*. Bila angka kedua tim seri (24-24) maka pertandingan akan ditambah 2 poin. Tim yang pertama kali unggul dengan selisih 2 poin akan memenangkan pertandingan.
 8. Kemenangan dalam pertandingan penyisihan mendapat nilai 1. Apabila ada dua tim atau lebih mendapatkan nilai sama, maka penentuan juara grup dan *runner up* akan dilihat dari kualitas angka pada tiap-tiap set yang dimainkan.
 9. Tidak boleh melempar ataupun menangkap bola. Bola voli harus dipantulkan.
 10. Setiap satu pemain tidak boleh melakukan *double* (dua kali mengenai bola) dan jumlah pukulan maksimal 3 kali di daerah sendiri kemudian diseberangkan ke daerah lawan.
 11. Bola yang keluar dari lapangan belum dihitung sebagai *out* sebelum menyentuh permukaan lapangan.
 12. Seluruh pemain harus berada didalam lapangan pada saat servis dilakukan.
 13. Setiap tim diwajibkan ditukar sisi lapangan pada saat setiap babak berakhir. Dan apabila dilakukan babak penentuan (set ke 3) maka tim yang memiliki nilai terendah boleh meminta bertukar lapangan saat setelah tim lawan mencapai angka 13.
 14. *Time out* dilakukan hanya sekali dalam setiap babak dan berlangsung hanya selama 1 menit.
- b. Kelengkapan Pemain menurut Muhammad Suhairi dan Utami Dewi (2020:15) sebagai berikut:
1. Pemain Bola Voli hendaknya harus mengenakan pakaian olahraga dengan nomor punggung dan dada, memakai celana pendek dan memakai sepatu olahraga.
 2. Kapten tim harus mempunyai strip di kaos berukuran sekitar 8 cm x 2 cm di bawah nomor bagian depan.

3. Desain kaos, celana, serta kaos kaki harus seragam kecuali untuk pemain libero.
 4. Kaos seragam harus bernomor antara 1 sampai 20.
 5. Nomor harus tercetak di bagian dan belakang kaos.
 6. Dilarang menggunakan kaos dengan desain beda kecuali untuk libero, serta harus ada nomornya.
- c. Pelanggaran dalam Permainan Bola Voli menurut Muhammad Suhairi dan Utami Dewi (2020:15) sebagai berikut:
1. Pemain dengan sengaja atau tidak sengaja menyentuh jaring net dengan tangan.
 2. Pemain tidak dinyatakan pelanggaran jika anggota tubuhnya selain tangan menyentuh net dengan tidak disengaja. Misalnya waktu *blocking* dada atau punggung menyentuh net secara tidak sengaja.
 3. Berbicara kasar atau mengumpat terhadap wasit atau juri.
 4. Menegur wasit dan pembantu wasit.
 5. Menerima petunjuk dan arahan dari luar lapangan selama pertandingan.
 6. Pemain mempengaruhi wasit.
 7. Meninggalkan lapangan pemain tidak izin.
 8. Tidak boleh melempar ataupun menangkap bola. Bola Voli harus di pantulkan tanpa mengenai dasar lapangan. Tidak boleh melakukan double (dua kali mengenai bola) dengan sengaja dan jumlah pukulan maksimal 3 kali di daerah sendiri lalu diseberangkan ke daerah lawan.
 9. Pemain dengan tidak sengaja melakukan passing double pada saat *service* pertama di perbolehkan dengan lanjutan bola tetap di mainkan tiga kali, jadi setelah bola passing *double* oleh pemain harus langsung di passingkan atau smash ke lawan.

d. Peraturan Libero, menurut Muhammad Suhairi dan Utami Dewi (2020:15) sebagai berikut:

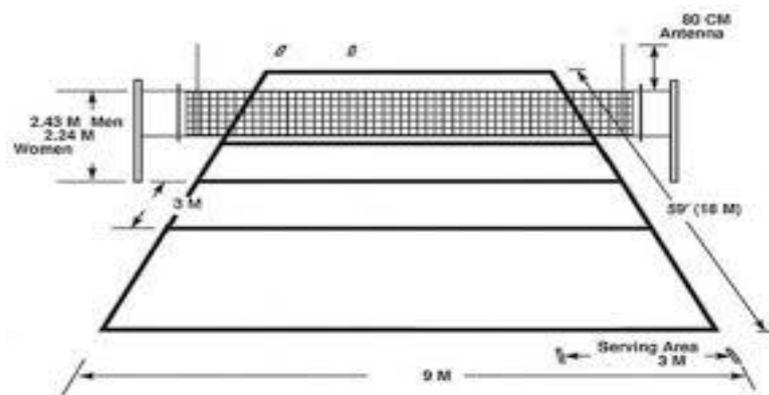
1. Pemain libero harus terdaftar sebelumnya ketika permainan akan dimulai.
2. Ketika pertandingan berjalan hanya diperbolehkan ada 1 libero di lapangan.
3. Pemain libero harus menggunakan seragam dengan desain yang berbeda dari pemain lainnya.
4. Pemain libero tidak diperbolehkan melakukan *attack hit* ketika berada di posisi manapun selama posisi bola lebih tinggi dari net.
5. Pemain libero tidak diperbolehkan melakukan *service*.
6. Pergantian pemain oleh pemain libero tidak dihitung sebagai pergantian pemain.
7. Pemain libero hanya dapat digantikan oleh pemain yang sesuai posisinya atau oleh pemain libero cadangan.
8. Pada setiap awal set pemain libero tidak diperbolehkan memasuki lapangan pertandingan sebelum wasit 2 mengecek susunan pemain dan pemain awal yang digantikan oleh libero tersebut.
9. Pergantian pemain libero dilakukan ketika bola mati dan sebelum peluit servis ditiup oleh wasit.
10. Pergantian pemain libero setelah peluit servis tetap diperkenankan namun ketika rally telah selesai kapten tim akan diperingatkan oleh wasit dan jika tetap terulang maka akan diberikan sanksi.

d. Sarana dan Prasarana Bola Voli

1) Lapangan dan Ukuran Bola Voli

Lapangan merupakan bagian dari prasarana yang harus ada jika ingin bermain bola voli, tidak ada lapangan secara otomatis tidak bisa bermain voli dengan bebas. Lapangan tempat pertandingan

dimainkan bervariasi tergantung pada tingkat usia anda, jumlah pemain di lapangan, garis yang sudah tersedia di lantai lapangan, permukaan lapangan, dan jenis lapangan di dalam gedung (*indoor*) atau di luar gedung (*outdoor*). Lapangan permainan bola voli berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 18 m dan lebar 9 m, semua garis batas lapangan, garis tengah, garis daerah serang adalah 3 m (daerah depan). Garis batas itu di beri tanda batas dengan menggunakan tali, kayu, cat/kapur, kertas yang lebarnya tidak lebih dari 5 cm.



Gambar 2.1 Lapangan bola voli
Sumber: Suhairi M. dan Dewi Utami, (2020:10)

2) Jaring (Net)

Jaring untuk permainan bola voli berukuran tidak lebih dari 9,5 meter dan lebar tidak lebih dari 1 meter dengan petak-petak atau mata jaring berukuran 10 cm, tinggi net untuk putra 2,43 meter dan untuk putri 2,24 meter, lebar pita putih atas tepian selebar 5 cm.

3) Antena Net

Antena ialah tongkat yang lentur dengan panjang 1,80 meter dan diameter 10 mm, antena terbuat dari *fiber glass* atau bahan sejenisnya. Dua antena masing-masing di pasang pada sisi luar setiap pita samping. Tepat di atas perpotongan garis samping dan garis tengah. Tinggi setiap antena di atas net adalah 80 cm dan terdapat garis-garis yang warnanya kontras sepanjang 10 cm, lebih

baik warna merah dan putih. Antena di anggap sebagai bagian dari net dan batas-batas samping lintasan bola.

4) Bola

Bola harus bulat terbuat dari kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintesis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis. Warna bola harus satu warna atau kombinasi dari beberapa warna. Bahan kulit sintesis dan kombinasi warna pada bola di pergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar FIVB.



Gambar 2.2 Bola voli

Sumber: Suhairi M. dan Dewi Utami, (2020:11)

Keterangan :

Diameter : 180 mm – 200 mm

Keliling lingkaran : 65 cm – 67 cm

Berat : 260 – 280 gram

Tekanan dalam bola voli : 0,30 – 0,324 kg/cm² (4,264 – 4,61psi)

(294,3 – 318,82 mbar atau hPa)

5) Pemain

Setiap tim bola voli harus terdiri dari 10 pemain, meliputi 6 pemain inti yang bermain di lapangan dan 4 pemain cadangan. Pemain inti dan pemain cadangan saat pertandingan berlangsung, dalam melakukan pergantian tidak di batasi.

e. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

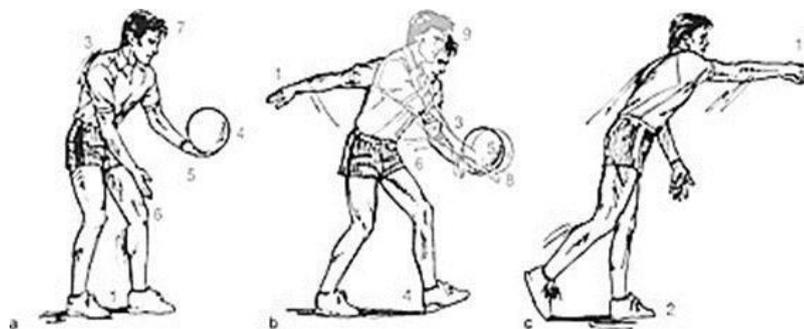
Menurut Mikanda Rahmani (2014:115) “Dalam cabang olahraga bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, di antaranya *service, passing, smash, dan blocking*”. Berikut ini teknik dasar bola voli yaitu:

1) Servis

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan di daerah sebelah kanan belakang dari garis belakang lapangan permainan (daerah servis) melampaui net ke daerah lawan. Pukulan *service* dilakukan pada permukaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Pukulan *service* dapat berupa serangan bila bola dipukul dengan keras dan terarah atau (*Jump Servis*). Servis yang keras juga dapat berbentuk serangan yang pertama dalam permainan bola voli. Servis sendiri pada dasarnya terbagi menjadi 3 jenis, ada servis atas, servis bawah, dan servis menyamping. Berikut teknik dasar servis atas, servis bawah dan servis menyamping:

a. Servis Bawah

Servis bawah adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka atau menggenggam, dimana pukulan ini dilakukan dengan cara bola sedikit dilambungkan kemudian dipukul dibagian bawah pusar perut, kemudian pukul kearah daerah lawan hingga menyebrang net.



Gambar 2.3. Tahapan melakukan servis bola voli
Sumber : Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E. (2020:10)

1) Cara Melakukan Servis Bawah

Teknik servis bawah dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut:

- a. Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
- b. Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
- c. Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan ke arah bola.
- d. Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

b. Servis Atas

Servis atas adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka dan rapat, serta bola dipukul menggunakan telapak tangan. Bola yang dipukul pun harus dilambungkan dengan tinggi diatas kepala dan dipukul sebelum melewati kepala. Berikut dapat diilustrasikan dalam bentuk gambar tahapan-tahapan servis atas bola voli.



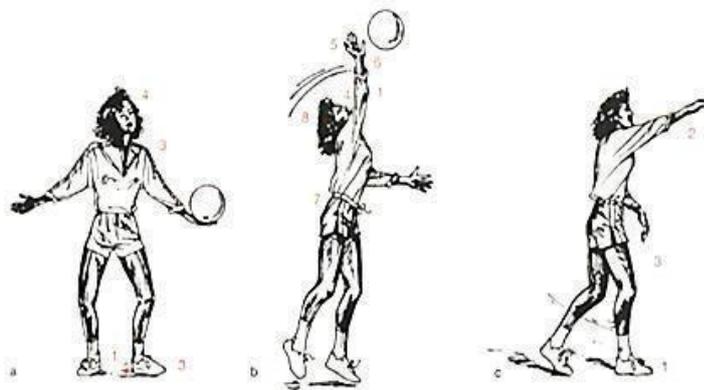
Gambar 2.4. Tahapan melakukan servis atas bola voli
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E. (2020:12)

1) Cara Melakukan Servis Atas

Teknik servis atas dalam permainan bola voli sebagai berikut:

- a. Berdiri dengan tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
 - b. Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
 - c. Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan lewat atas ke arah bola.
 - d. Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.
- c. Servis Menyamping

Servis menyamping adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan ayunan tangan yang sedikit menggenggam serta dalam posisi badan yang berdiri menyamping dengan net. Berikut dapat diilustrasikan dalam bentuk gambar tahapan-tahapan melakukan servis menyamping bola voli.



Gambar 2.5. Tahapan melakukan servis menyamping
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:13)

1) Cara Melakukan Servis Menyamping

Teknik servis menyamping dalam permainan bola voli sebagai berikut:

- a. Berdiri dengan posisi badan hadap kesamping, tangan sambil memegang bola menggunakan satu tangan.
- b. Kemudian tempatkan kaki salah satu saja yang letaknya berlawanan dengan tangan yang digunakan untuk memukul.
- c. Lambungkan bola hingga ke atas sampai melewati kepala, kemudian pukul dengan mengayunkan tangan secara horizontal ke arah bola.
- d. Selanjutnya langkahkan kaki belakang ke depan lalu luruskan tangan pemukul dengan mengikuti arah bola.

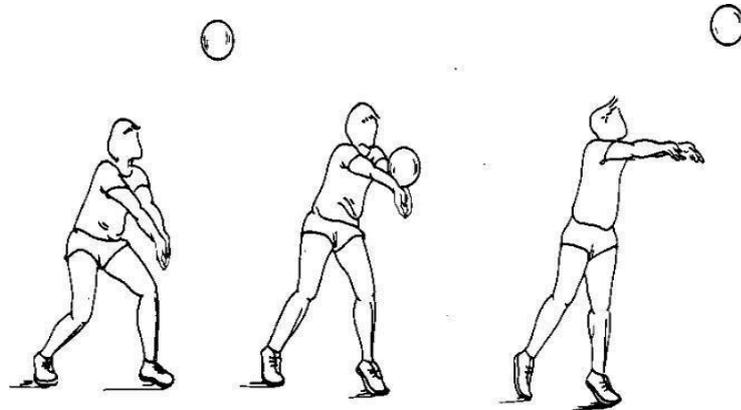
2) *Passing*

Passing merupakan usaha atau upaya seseorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan, yang tujuannya adalah untuk memperoleh bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan di lapangan sendiri. Dalam perkembangannya permainan bola voli membutuhkan *passing* yang akurat dan terampil agar didapatkan suatu kerjasama yang bagus untuk memenangkan suatu pertandingan Nuril Ahmadi (2007:22). Berikut teknik dasar *passing* bawah dan *passing* atas:

a. *Passing* Bawah

Passing bawah bola voli merupakan suatu gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim. Teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli merupakan teknik yang sangat penting dan wajib dikuasai oleh para pemain bola voli. Beberapa fungsi utama *passing* bawah adalah untuk menerima

bola pertama dari lawan, untuk mengumpan bola kepada teman satu tim, serta untuk menahan serangan/*smash* dari tim lawan.

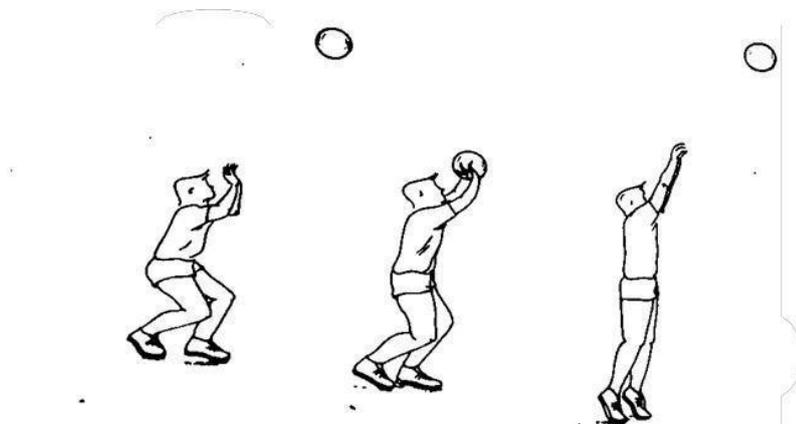


Gambar 2.6. Tahapan melakukan passing bawah bola voli
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:15)

1. Cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:
 - a. Berdiri seimbang dengan kedua kaki dibuka selebar
 - b. bahu dan lutut sedikit ditekuk, serta badan agak condong ke depan.
 - c. Kedua lengan dirapatkan dan lurus ke depan bawah.
 - d. Ayunkan kedua lengan secara bersama-sama lurus ke atas depan bersamaan dengan meluruskan kedua lutut.
 - e. Perkenaan pada kedua tangan.
 - f. Sikap akhir adanya gerak lanjut dari lengan yang diikuti anggota tubuh lainnya.

b. Passing Atas

Passing atas merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai para pemain bola voli. Menguasai passing atas yang baik, khususnya bagi seorang tosser (setter) sangat menentukan keberhasilan regu untuk memperoleh kemenangan dalam pertandingan bola voli. Passing atas yang dilakukan dengan baik bisa memanjakan *spiker/smasher* (orang yang melakukan pukulan *smash*) untuk melakukan pukulan smash dengan tajam, keras, dan mematikan.



Gambar 2.7. Tahapan melakukan *passing* atas bola voli
 Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:17)

1. Cara melakukan *passing* atas adalah sebagai berikut:
 - a. Berdiri seimbang dengan tumpuan dua kaki dan salah satu kaki di depan.
 - b. Pandangan diarahkan pada bola dan badan sedikit condong ke depan.
 - c. Kedua tangan terbuka di atas kepala dengan siku bengkok ke samping, serta boleh kedua lutut ditekuk (merendah).
 - d. Dorong bola ke atas dengan menggunakan pangkal jari-jari tangan diikuti dengan gerakan meluruskan kedua siku dan kedua lutut sehingga badan lurus.
 - e. Sikap akhir merupakan gerak lanjut dari kedua lengan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.

3) *Smash*

Pengertian *smash* adalah suatu tindakan memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola bisa memasuki lapangan lawan. Main dengan harapan tidak bisa dibendung oleh regu lain sebagai lawan dalam permainan, sehingga bisa meraih poin. Tindakan ini dilakukan ketika bola sedang melambung diatas net baik yang dihasilkan dari umpan atau *passing* teman

sepermainan atau bola yang berasal dari arah lawan yang dimanfaatkan untuk melakukan pukulan keras.

Dalam istilah lain smash dapat disama artikan dengan *spike*. *smash* merupakan suatu teknik dalam permainan bola voli dan salah satu jenis teknik pukulan yang sangat efektif menghasilkan angka/poin dibanding dengan teknik-teknik yang lain. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Beutelatahl bahwa smash merupakan keahlian yang esensial, cara yang termudah untuk memenangkan angka (Dieter dalam Mulyadi & Pratiwi, 2020:9).

Smash (*spike*) merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha membuat kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan dalam permainan bola voli yang gemilang dalam melakukan smash ini diperlukan raihan yang tinggi atau kemampuan meloncat yang tinggi, serta power otot lengan yang baik. Smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang kompleks yang terdiri dari :

- a) Langkah awalan
- b) Tolakan untuk meloncat
- c) Memukul bola saat melayang diudara
- d) Saat mendarat kembali setelah memukul bola

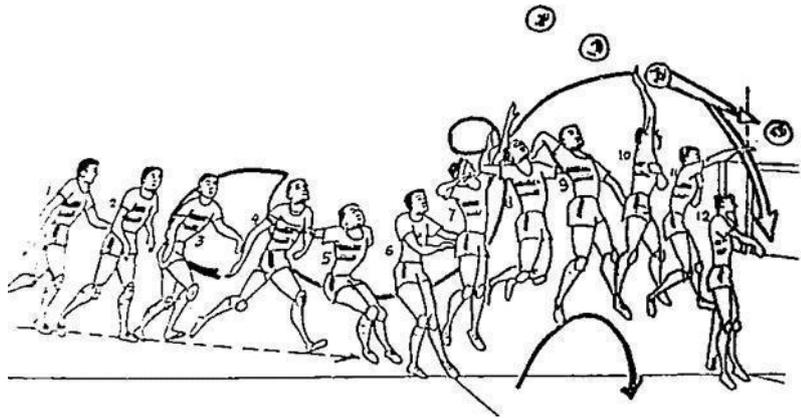
Dilihat dari pengertiannya, smash dapat di definisikan sebuah cara memainkan bola secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil optimal, tapi tetap perpegang pada peraturan permainan yang telah ditetapkan. Didalam buku ini dibahas hanya beberapa teknik dasar samah yang sering digunakan atau umum digunakan setiap pemain bola voli diantaranya:

a) *Open Spike*

Untuk jenis pukulan *open spike* atau smash normal disini, dapat kita terjemahkan bahwa bola melambung tinggi dari arah tosser baik ke sisi kanan maupun ke sisi kiri lapangan dengan situasi bola melambung tinggi kearah luar lapangan,

dengan posisi pemain mengambil langkah dari luar sisi garis lapangan.

Berikut dapat dijelaskan melalui ilustrasi gambar untuk melakukan *spike* atau pukulan *smash open* pada bola voli.



Gambar 2.8. Tahapan melakukan *open spike*
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:19)

Proses gerakan keseluruhan dalam *smash* dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Sikap Permulaan

Berdiri serong lebih kurang 45 derajat dengan jarak 3 sampai 4 meter dari net.

2. Gerakan Pelaksanaan

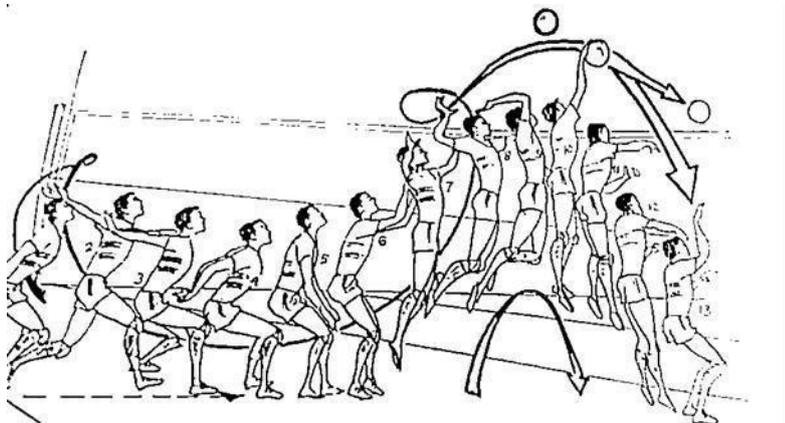
Langkah kaki kiri ke depan dengan langkah biasa. kemudian diikuti dengan langkah kaki kanan yang panjang. diikuti dengan segera oleh kaki kiri yang diletakan di samping kaki kanan (ujung kaki kiri sedikit di depan kaki kanan). sambil menekuk lutut rendah. kedua lengan berada di belakang badan. segera melakukan tolakan sambil mengayunkan lengan ke depan atas. Pada saat loncatan tertinggi, segera meraih dan memukul bola ketika bola turun dari udara, tepat di atas net.

3. Gerakan Lanjutan

Menjaga keseimbangan badan agar tidak menyentuh dan menabrak net atau kaki menyebrang net dan mendarat kembali dengan menumpu pada dua kaki sambil mengoper dan mengambil sikap siap normal.

b) *Quick Spike*

Smash Quick merupakan salah satu pukulan tercepat yang terjadi, dimana pemain mengkoordinasikan akselerasinya dengan memukul bola hanya 20-30 cm diatas net. Untuk gerakan disini posisi pemain berada didalam garis serang, kemudian pemain hanya melakukan langkah pendek hingga mencapai timing up yang tepat mengambil bola quick. Sasaran bola yang jatuh setelah dipukul kedaerah lawan pun sudah pasti didalam garis serang lawan.



Gambar 2.9. Tahapan melakukan *quick spike*
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:20)

Proses gerakan keseluruhan dalam *smash quick* diuraikan sebagai berikut:

1. Sikap permulaan

Bediri serong kurang lebih jarak 1 sampai dengan 2 meter dari net, serta posisi didalam garis serang.

2. Gerakan pelaksanaan

Langkah kaki kiri atau kaki kanan kedepan dengan 1 langkah saja. Kemudian diikuti tolakan kaki yang paling kuat ditambah *timing up* yang tepat, ketika bola melambung diatas net setinggi 20-30 cm, maka seorang *quicker* segera memukul bola dengan tepat dengan arah menukik kedalam garis serang lawan.

3. Gerak Lanjutan

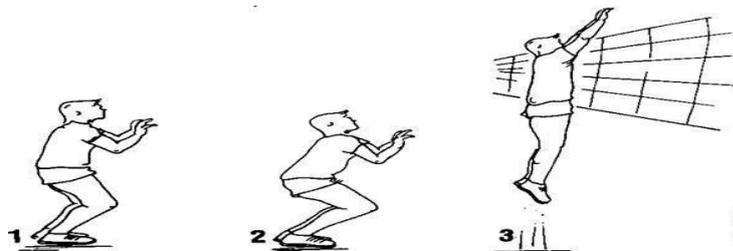
Mendarat dengan menjaga keseimbangan badan agar tidak menyentuh net dan kaki menyebrang net dan mendarat kembali dengan menumpu pada dua kaki sambil mengoper dan mengambil sikap siap normal.

4) *Blocking* (Membendung)

Ada dua macam *blocking* atau membendung bola yaitu *blocking* tunggal dan *blocking* ganda. Teknik dengan membendung bola yang dilakukan hanya oleh seorang pemain saja dinamakan teknik bendungan tunggal. Sedangkan membendung bola dilakukan oleh dua orang pemain bahkan lebih dinamakan bendungan ganda.

a. *Blocking* Tunggal (Perorangan)

Blocking tunggal tsu bendungan perorangan merupakan salah satu pertahanan yang dilakukan seorang tim dengan cara meloncat setinggi-tingginya dengan meluruskan kedua lengan ketika bola masih berada diwilayah lawan.



Gambar 2.10. Tahapan saat melakukan *blocking* tunggal
Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:23)

Berikut cara-cara melakukan bendungan perorangan:

1. Tahap Persiapan

Untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi pemain khusus yang berada didalam garis serang, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya.

2. Tahap Pelaksanaan

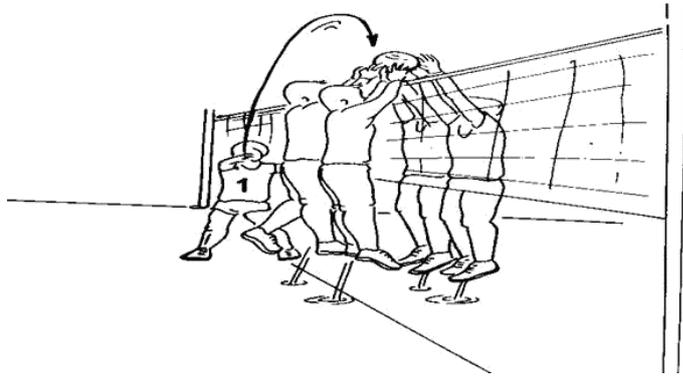
Pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, seorang pemain yang profesional sudah dapat memprediksi/membaca situasi dimana bola akan diumpan oleh *tosser* lawan. Kemudian ketika bola akan datang yang berasal dari *smash* lawan tepat diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi-tingginya dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun.

3. Tahap Lanjutan

Setelah melakukan blocking atau bendungan perorangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki ngeper (bergerak turun naik seperti per yang ditekan dan dilepas kembali) serta hindari anggota badan mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran.

b. *Blocking* Ganda (Berpasangan)

Blocking ganda atau bendungan berpasangan merupakan salah satu pertahanan yang dilakukan seorang tim dimana dilakukan secara bersamaan baik dua pemain atau lebih. Dengan cara melompat setinggi-tingginya dengan meluruskan kedua lengan ketikan bola melambung diatas net yang masih beerada diwilayah lawan, sebelum terjadinya *attack* (serangan) dari lawan.



Gambar 2.11. Tahapan saat melakukan *blocking* ganda (berpasangan)

Sumber: Mulyadi D.Y.N dan Pratiwi E (2020:25)

Berikut cara-cara melakukan bendungan berpasangan:

1. Tahap Persiapan

Untuk mengawali bendungan terlebih dahulu posisi beberapa pemain khusus yang berada didalam garis serang berdiri sejajar, sudah pasti dekat dengan net (menempel net) dengan posisi kedua lengan lurus keatas dan jari-jari dibuka secukupnya.

2. Tahap Pelaksanaan

Pandangan lurus kearah lawan mengikuti jalannya bola, ketika bola melambung diatas net yang masih berada diwilayah lawan, sebelum terjadinya *attack* (serangan) dari lawan pemain sudah bergerak sejajar memprediksi tepat turunnya bola yang akan di pukul lawan. Tepat diatas net lakukan pembendungan dengan melompat setinggi-tingginya secara bersamaan baik berdua hingga ber tiga sekaligus dengan menyesuaikan kemana arah bola akan turun.

3. Tahap Lanjutan

Setelah melakukan *blocking* atau bendungan berpasangan yang dilakukan pemain kembali mendarat dengan kedua kaki ngeper serta hindari anggota badan mengenai net agar tidak terjadi pelanggaran. Kemudian

perhatikan hasil bendungan yang dilakukan, jika bendungan berhasil dilakukan bola masih berada didalam wilayah maupun diluar wilayah harus segera diselamatkan dengan kembali melakukan *passing*.

2. Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam sekolah yang berfungsi untuk mewedahi dan mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa. Pengertian ekstrakurikuler menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002:291) dalam Mujihartono (2009) yaitu: suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis didalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan diluar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan disekolah /madrasah (Anifral Hendri, 2008).

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 62 Tahun 2014 ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik diluar jam belajar kegiatan intrakurikuler dibawah bimbingan dan pengawasan suatu tingkat pendidikan.

b. Tujuan Ekstrakurikuler

Tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 62 tahun 2014 disebutkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Adapun tujuan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler adalah (1) Kegiatan

ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik, (2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Kegiatan ekstrakurikuler menurut M. Yudha (2002:8) memiliki beberapa tujuan diantaranya.

- 1) Meningkatkan kemampuan peserta didik sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam semesta.
- 2) Menyalurkan dan mengembangkan potensi dan bakat peserta didik agar dapat menjadi manusia yang berkepribadian tinggi dan penuh dengan karya.
- 3) Melatih sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan, dan tanggung jawab menjalankan tugas.
- 4) Mengembangkan etika dan akhlak yang mengintegrasikan hubungan dengan Tuhan, rasul, manusia, alam semesta, bahkan diri sendiri.
- 5) Memberikan bimbingan dan arahan serta pelatihan kepada peserta didik agar memiliki fisik yang sehat, bugar, kuat, dan terampil.
- 6) Memberi peluang peserta didik agar memiliki kemampuan untuk komunikasi dengan baik, secara verbal dan nonverbal.

c. Prinsip-Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler

Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Kegiatan ekstrakurikuler olahraga mempunyai prinsip-prinsip dalam penerapannya. Prinsip kegiatan ekstrakurikuler olahraga diantaranya ialah: individual, pilihan, menyenangkan, etos kerja, dan kemanfaatan sosial (Permendikbud RI Nomor 81A Tahun 2013). Adapun uraiannya sebagai berikut:

1) Individual

Prinsip kegiatan ekstrakurikuler individual ialah kegiatan dari ekstrakurikuler yang dilakukan disesuaikan dengan potensi, bakat dan minat peserta didik.

2) Pilihan

Pilihan merupakan prinsip dari kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Pilihan menjadi prinsip kegiatan ekstrakurikuler olahraga, sebab untuk menentukan olahraga yang akan diikuti berdasarkan minat dan keinginan peserta didik dan diikuti secara sukarela peserta didik sesuai dengan pilihan peserta didik.

3) Keterlibatan Aktif

Kegiatan ekstrakurikuler menuntut keterlibatan aktif dari peserta didik. Selain itu juga menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

4) Menyenangkan

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga diikuti karena pilihan peserta didik, sehingga kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan hal yang disukai dan menggembirakan bagi peserta didik.

5) Etos kerja

Etos kerja sangat dibutuhkan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga membangun semangat peserta didik untuk berlatih dengan baik untuk mencapai tujuan. Tujuan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berupa pencapaian prestasi puncak, sehingga etos kerja menjadi hal yang sangat penting.

6) Kemanfaatan Sosial

Kegiatan ekstrakurikuler dapat membawa manfaat bagi lingkungan sosial. Misalnya saat terdapat kegiatan sosial, peserta kegiatan ekstrakurikuler olahraga berkumpul dan membantu

kegiatan tersebut secara kolektif, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

d. Manfaat Ekstrakurikuler

1. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Dari Segi Kognitif

- a. Ilmu pengetahuan yang didapatkan siswa lebih kontekstual/nyata.

Jika dalam kegiatan intrakurikuler kebanyakan anak mempelajari hal-hal yang bersifat teoritis maka pada kegiatan ekstrakurikuler anak akan lebih banyak belajar hal yang lebih bersifat praktis atau praktikum. Atau lebih tepatnya melalui kegiatan ekstrakurikuler anak akan mempraktekkan apa yang dipelajarinya di ruang kelas. Misalkan di dalam kelas guru mengajarkan bagaimana pentingnya kerja sama maka dalam kegiatan ekstrakurikuler anak-anak akan mempraktekkan langsung tentang manfaat dari kerjasama karena kebanyakan aktivitas dalam kegiatan ekstrakurikuler mengajarkan tentang kerjasama team. Jadi pembelajaran dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung lebih bermakna.

- b. Sebagai ajang pengembangan ilmu pengetahuan siswa.

Hal-hal positif lainnya dari kegiatan ekstrakurikuler bagi anak adalah kegiatan ekstrakurikuler menjadi wadah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan anak. Misalkan dalam kegiatan intrakurikuler anak diajarkan tentang kepemimpinan maka dalam kegiatan ekstrakurikuler anak akan lebih memaknai sikap kepemimpinan tersebut seperti seorang pemimpin harus memiliki sikap bertanggung jawab, berani, jujur, dapat dipercaya.

- c. Melatih kemampuan berfikir anak.

Manfaat lain dari kegiatan ekstrakurikuler dari segi kognitif ialah melatih kemampuan berpikir anak, kenapa

demikian karena kebanyakan kegiatan ekstrakurikuler menyajikan materi yang menantang kemampuan anak seperti games, perlombaan, petualangan, kerjasama tim dan lain-lain yang pada hakikatnya erat kaitannya dalam kemampuan berpikir anak dalam menyelesaikan masalah atau tugas dalam kegiatan ekstrakurikuler.

2. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Dari Segi Afektif

1. Mengajarkan anak bagaimana melakukan interaksi dengan sesama

Salah satu kelebihan dari kegiatan ekstrakurikuler khususnya bagi segi afektif anak adalah mengajarkan anak bagaimana cara membangun komunikasi yang baik dengan teman sejawat, cara bersikap terhadap orang lain, cara mencari teman dan cara bergaul sehingga kelak anak akan menjadi pribadi yang sosialis atau senang bergaul dan membangun hubungan positif dengan orang lain. Kondisi tersebut sangat berperan bagi anak dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak.

2. Mengajarkan Siswa tentang pentingnya kerja sama

Melalui kegiatan ekstrakurikuler anak akan banyak melakukan interaksi dengan sesama, biasanya dalam kegiatan ekstrakurikuler dilakukan games yang mengajarkan anak tentang pentingnya kerja sama. Hal tersebut menghindarkan anak dari sikap individualis dan egois.

3. Siswa akan lebih disiplin

Kegiatan ekstrakurikuler juga mengajarkan anak menjadi pribadi yang disiplin dan tahu bagaimana cara menghargai waktu. Anak akan diajarkan untuk datang tepat waktu, melaksanakan tugas berdasarkan waktu ketentuan yang telah disepakati dan taat dan patuh terhadap aturan dari ketua kelompok atau pembina kegiatan ekstrakurikuler.

d. Menjadikan anak pribadi yang lebih mandiri

Karakter yang lain yang bisa muncul dari keaktifan anak dalam kegiatan ekstrakurikuler adalah melalui kegiatan kegiatan dalam ekstrakurikuler baik kegiatan yang berkelompok maupun perorangan perlahan lahan akan menumbuhkan jiwa kemandirian dalam diri anak sehingga bisa meminimalisir sikap manja dan cengeng pada anak.

e. Menumbuhkan sikap berani dalam diri siswa

Hal positif selanjutnya dari kegiatan ekstrakurikuler adalah anak akan menjadi pribadi yang lebih berani. Hal tersebut terjadi karena anak banyak melakukan kegiatan positif dalam kegiatan ekstrakurikuler seperti pertandingan, membutuhkan games yang petualangan, kegiatan pengambilan keputusan yang cepat. Sehingga jika anak konsisten dalam kegiatan ekstrakurikuler anak akan menjadi pribadi yang lebih berani.

f. Tumbuh perasaan kasih sayang terhadap sesama

Melalui kegiatan ekstrakurikuler anak akan belajar bagaimana cara menghargai orang lain, membantu teman kelompoknya dalam mengerjakan tugas terbentuknya ikatan batin terhadap sesama, perhatian, simpati dan empati. Sehingga menjadikan anak pribadi yang penuh cinta dan kasih sayang terhadap sesama.

3. Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Segi Psikomotorik (Keterampilan)

a) Wahana dalam menemukan bakat siswa

Agar bisa mengetahui bakat anak sejak dini sebaiknya anak tersebut mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Karena kegiatan ekstrakurikuler merupakan ajang untuk menggali potensi dan kemampuan anak. Bakat anak bisa diketahui

melalui berbagai kegiatan dalam kegiatan ekstrakurikuler yang diikutinya.

b) Sarana menyalurkan minat siswa

Ada banyak jenis ekstrakurikuler dan biasanya anak akan cenderung mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang menjadi kesenangan dan kegemarannya, melalui kegiatan ekstrakurikuler tersebut anak akan bisa menyalurkan minatnya sekaligus mengembangkan bakat yang dimiliki.

3. Minat

a. Pengertian Minat

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan suatu di luar diri semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Menurut Widyastuti (2008), minat adalah keinginan yang didorong oleh suatu keinginan setelah melihat, mengamati dan membandingkan serta mempertimbangkan dengan kebutuhan yang diinginkan. Menurut Muhibbinsyah (2010:133) minat berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu.

b. Bentuk-Bentuk Minat

Menurut M. Buchori (dalam Ahmad Muhajir, 2007: 8), minat dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu:

1) Minat Primitif

Minat primitif disebut minat yang bersifat biologis, seperti kebutuhan makan, minum, bebas bergaul dan sebagainya. Jadi pada jenis minat ini meliputi kesadaran kebutuhan yang langsung dapat memuaskan dorongan untuk mempertahankan organisme.

2) Minat Kultural

Minat kultural dapat disebut juga minat sosial yang berasal atau diperoleh dari proses belajar. Jadi minat kultural disini lebih tinggi nilainya dari pada minat primitif.

c. Unsur-Unsur Minat

Seseorang dikatakan berminat pada sesuatu bila individu itu memiliki beberapa unsur antara lain:

1) Perhatian

Seseorang dikatakan berminat apabila individu disertai adanya perhatian, yaitu kreatifitas jiwa yang tinggi yang semata – mata tertuju pada suatu objek. Jadi seseorang yang berminat pada sesuatu objek yang pasti perhatiannya akan memusat terhadap objek tersebut. Dalam hal ini perhatian ditujukan pada objek ekstrakurikuler olahraga.

2) Kesenangan

Perasaan senang pada suatu objek baik orang atau suatu benda akan menimbulkan minat pada diri seseorang, orang merasa tertarik kemudian pada gilirannya timbul keinginan yang dikehendaki agar objek tersebut menjadi miliknya. Dengan demikian maka individu yang bersangkutan berusaha untuk mempertahankan objek tersebut.

3) Kemauan

Kemauan yang dimaksud adalah dorongan yang terarah pada tujuan yang dikehendaki oleh akal pikiran. Dorongan ini akan melahirkan timbulnya suatu perhatian terhadap suatu objek sehingga dengan demikian akan memunculkan minat individu yang bersangkutan.

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat

Minat pada hakikatnya adalah merupakan sebab akibat dari pada pengalaman, minat berkembang sebagai hasil dari pada suatu kegiatan dan akan menjadi sebab akan dipakai lagi dalam kegiatan yang sama L D Crow and Alice Crow (dalam Tri Wahyudi, 2002:10 – 11). Faktor – faktor tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) *The factor Inner Urge* yaitu rangsangan yang datang dari lingkungan atau ruang lingkup yang sesuai dengan keinginan atau kebutuhan seseorang akan mudah menimbulkan minat misal, cenderung terhadap belajar, dalam hal ini seseorang mempunyai hasrat ingin tahu terhadap ilmu pengetahuan.
- 2) *The Factor of Social motive* yaitu minat seseorang terhadap objek atau sesuatu hal, di samping hal dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri manusia juga dipengaruhi oleh motif sosial, misal seseorang berminat pada prestasi tinggi agar dapat setatus sosial yang tinggi pula.
- 3) *Emosional Factor* yaitu faktor perasaan dan emosi mempunyai pengaruh terhadap objek misal perjalanan sukses yang dipakai individu dalam suatu kegiatan tertentu dapat mengakibatkan perasaan senang dan dapat menambah semangat atau kuatnya minat dalam kegiatan tersebut.

Menurut Siti Rahayu Hadito (2008:188) bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi minat seseorang yaitu faktor internal (perasaan senang, rasa tertarik, perhatian dan aktivitas) dan faktor eksternal berupa (lingkungan dan orang tua siswa). Dalam hal ini faktor yang menjadi indikator minat siswa terhadap ekstrakurikuler olahraga adalah:

a. Faktor dari Dalam (Intrinsik)

1) Perhatian

Definisi perhatian menurut Sumadi Suryabrata (2002:14), perhatian ada dua macam yaitu:

- a) Perhatian adalah pemusatan tenaga psikis tertuju kepada suatu objek.
- b) Perhatian adalah banyak sedikitnya kesadaran yang menyertai suatu aktivitas yang dilakukan.

Perhatian menurut Sumadi Suryabrata (2002:14) ialah pemusatan tenaga psikis tertuju pada suatu objek. Kemudian

menurut Bimo Walgito (2010:56) “Perhatian merupakan pemusatan atau konsentrasi dari seluruh aktivitas individu yang ditunjukkan kepada sesuatu atau sekelompok objek”. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perhatian merupakan aktivitas jiwa atau psikis yang tertuju pada sesuatu objek.

2) Perasaan Senang

Menurut Bimo Walgito (2010: 139), perasaan di sifatkan sebagai suatu keadaan jiwa sebagai akibat adanya peristiwa-peristiwa yang ada pada umumnya menimbulkan guncangan-guncangan pada individu yang bersangkutan. Jadi perasaan senang adalah peristiwa kejiwaan yang di alami dengan senang dalam hubungan peristiwa mengenal dan bersifat subjektif.

3) Kegiatan / Aktivitas

Menurut Sumadi Suryabrata (2002: 72) “Aktivitas adalah banyak sedikitnya orang menyatakan diri, menjelmakan perasaan – perasaannya dalam tindakan yang spontan”.

b. Faktor dari Luar (Ekstrinsik)

1) Peran Guru atau Pelatih

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Novia Dwi Cahyono 2005:337) ”Guru adalah orang yang pekerjaannya mengajar”. Peran W.J.S Purwodarminto (2005: 854) “Adalah sesuatu yang diharapkan dimiliki oleh orang yang berkedudukan dalam masyarakat”.

2) Fasilitas

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Novia Dwi Cahyono 2005:536) “Fasilitas merupakan sesuatu yang dapat membantu memudahkan pekerjaan, tugas dan sebagainya”. Fasilitas yang mendukung menyebabkan seseorang berkeinginan untuk lebih memanfaatkan keadaan tersebut sebagai sarana untuk mendukung minatnya.

3) Keluarga

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Novia Dwi Cahyono 2005: 675) “Keluarga adalah orang seisi rumah yang menjadi tanggungan atau satuan kekerabatan yang sangat mendasar di masyarakat”. Keluarga yang mendukung menyebabkan seseorang untuk lebih memanfaatkan keadaan tersebut untuk mendukung minatnya.

4) Lingkungan

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Novia Dwi Cahyono 2005:675) “Lingkungan adalah daerah atau kawasan yang termasuk didalamnya. Lingkungan yang mendukung menyebabkan seseorang untuk lebih memanfaatkan keadaan tersebut untuk lebih memanfaatkan minatnya.

f. Macam-Macam Minat

Menurut Dewa Ketut Sukardi yang mengutip pendapat Carl Safran, dalam Yuniar (2007:12-13) mengemukakan bahwa ada tiga cara yang dapat digunakan untuk menentukan minat yaitu:

1. Minat yang diekspresikan / *Expressed Interest*

Seseorang dapat mengungkapkan minat atau pilihannya dengan kata-kata tertentu.

2. Minat yang diwujudkan / *Manifes Interest*

Seseorang dapat mengungkapkan minat bukan melalui kata-kata melainkan dengan tindakan atau perbuatan, yaitu ikut serta dan berperan aktif dalam suatu kegiatan.

3. Minat yang diinventarisikan / *Inventoral Interest*

Seseorang menilai minatnya agar dapat diukur dengan menjawab terhadap sejumlah pertanyaan tertentu atau urutan pilihannya untuk kelompok aktivitas tertentu. Pertanyaan-pertanyaan untuk mengukur minat seseorang disusun dengan menggunakan angket.

B. Penelitian Yang Relevan

Berikut adalah hasil penelitian yang relevan serta dapat digunakan sebagai bahan untuk mengembangkan penelitian ini:

1. Penelitian ini dilakukan oleh Dwiky Dermawan, Reza Adhi Nugroho dengan judul Survei Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMP Negeri Di Kabupaten Pringsewu Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini bertujuan mengetahui minat siswa dan seberapa besar dukungan dari pihak sekolah untuk mendukung kegiatan ekstrakurikuler olahraga Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kecamatan Pringsewu Kota, kabupaten Pringsewu. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yakni teknik analisis deskriptif kuantitatif. Dalam instrumen penelitian ini menggunakan Angket atau Kuesioner (Questionnaires).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Khairul Azmi* Mansur, Maimun Nasufi yang berjudul “Analisis Kegiatan Ekstrakurikuler Cabang Olahraga Di Sekolah Mtsn Tungkop Kabupaten Aceh Besar”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler cabang olahraga di Sekolah MTsN Tungkop, Kabupaten Aceh Besar serta faktor yang mempengaruhi dan menghambat kegiatan tersebut Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini deskriptif kualitatif.
3. Penelitian ini dilakukan oleh Novia Dwi Cahyono yang berjudul “Minat Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Playen Kabupaten Gunungkidul”. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket.
4. Penelitian ini dilakukan oleh Meliani Djalil yang berjudul “Analisis Minat Ekstrakurikuler Permainan Bola Voli Pada Siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kabupaten Polewali Mandar” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana minat ekstrakurikuler permainan bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kabupaten Polewali Mandar. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif.

