

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Minat

a. Pengertian minat

Secara umum, pengertian minat adalah perhatian yang mengandung unsur-unsur perasaan. Minat juga merupakan dorongan atau keinginan dalam diri seseorang pada objek tertentu. Contohnya seperti, minat terhadap pelajaran, olahraga, atau juga hobi. Minat memiliki sifat pribadi (individual), artinya pada tiap-tiap orang memiliki minat yang dapat saja berbeda dengan minat orang lain. Minat diawali oleh perasaan senang dan juga sikap positif. Minat adalah salah satu bagian dari motivasi karena seseorang yang memiliki ataupun mempunyai minat yang sangat tinggi terhadap sesuatu keinginan yang sedang diikuti akan mengundang rasa senang, bergairah dan bersemangat sehingga memberikan hasil yang positif dan baik.

Pada esensi minat merupakan awal timbulnya suatu untuk menyenangkan sesuatu (Latubessy & Fiati, 2015; Yunitasari & Hanifah, 2020). Dari rasa senang tersebut kemudian lahir suatu akan dorongan untuk melakukan aktivitas tersebut guna menjawab (Kusnodo, dkk 2012:133). Minat merupakan kecenderungan seseorang terhadap sesuatu yang menimbulkan perasaan senang dan perasaan tertarik, sehingga subyek akan termotivasi untuk melakukan kegiatan aktivitas yang disenenginya tersebut (Andiawan B & Subiyono 2015:18). Rusmiati (2015:23) bahwa minat adalah perasaan yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu kegiatan atau dorongan yang melatar belakangi seseorang melakukan sesuatu. menjelaskan bahwa orang yang berminat terhadap sesuatu maka seorang tersebut akan merasa senang atau terhadap objek yang diminati tersebut. Sehingga minat adalah kecenderungan yang tinggi terhadap sesuatu (Valianto & M Sirait

2017:44). Dan diperkuat oleh Cetin (2015:97) “*The concept of motivation takes maintaining and guiding behaviors and innate strengths as reference*” artinya dalam bahasa Indonesia “konsep motivasi memerlukan ketahanan dan bimbingan tingkah laku dan membawa energi kekuatan sebagai referensi”. Dari beberapa pendapat mengenai minat di atas dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1) Kecenderungan untuk memikirkan dalam jiwa seseorang
- 2) Memiliki rasa keterlibatan pada obyek yang dituju
- 3) Rasa senang yang timbul dalam diri individu terhadap subyek tersebut
- 4) Keinginan dari dalam diri individu untuk melakukan, mengetahui dan membuktikan lebih lanjut.
- 5) Pemusatan perasaan, pikiran dan kemauan terhadap obyek karena adanya perhatian. Sehingga minat adalah kecenderungan seseorang memiliki rasa tertarik dan rasa senang terhadap subyek yang dituju sehingga akan melakukan kegiatan aktivitas, dengan kata lain minat merupakan sambutan secara sadar yang didasari oleh perasaan positif. Minat merupakan faktor psikologis yang terdapat pada setiap orang, sehingga minat terhadap sesuatu atau kegiatan tertentu dapat dimiliki setiap orang. Bila seseorang tertarik pada sesuatu maka minat akan muncul.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa minat merupakan kecenderungan pada seseorang yang ditandai dengan adanya rasa senang atau ketertarikan terhadap suatu objek tertentu disertai dengan adanya pemusatan perhatian kepada objek tersebut. Sehingga mengakibatkan seseorang mempunyai keinginan untuk terlibat atau berkecimpung langsung dalam suatu objek tertentu karena dirasakan bermakna pada dirinya sendiri, sehingga ada harapan dari objek yang dituju tersebut.

b. Bentuk-bentuk Minat

Menurut M.Buchori (dalam Muhajir, 2017), 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 memusatkan 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 suatu objek yang pasti perhatiannya akan memusat terhadap objek tersebut. Dalam hal ini perhatian ditunjukkan pada objek ekstrakurikuler olahraga bola voli.

2) Kesenangan

Perasaan senang pada suatu pada suatu objek baik orang atau sesuatu 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 siswa

Minat pada hakekatnya adalah merupakan sebab akibat dari pada pengalaman, minat berkembang sebagai hasil dari pada sesuatu 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 of inner urge* yaitu Rangsangan yang datang dari lingkungan atau ruang lingkup yang sesuai dengan keinginan atau 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 obyek atau sesuatu hal, disamping hal dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri manusia juga dipengaruhi oleh motif sosial, misal seseorang berminat pada prestasi tinggi agar dapat status sosial yang tinggi pula.
- 3) *The factor of emotional* Faktor perasaan dan emosi ini mempunyai pengaruh terhadap obyek misal perjalanan sukses yang dipakai individu dalam sesuatu kegiatan tertentu dapat membangkitkan perasaan senang dan dapat menambah semangat atau kuatnya minat dalam kegiatan tersebut. Sebaliknya kegagalan yang dialami akan menyebabkan minat seseorang berkembang.

Menurut (Hardito,2008) 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 peserta didik). Dalam hal ini faktor yang menjadi indikator minat peserta didik terhadap ekstrakurikuler olahraga adalah:

a) Faktor dari dalam (instrinsik)

1). Perhatian

Menurut (Walgito, 2010) Perhatian merupakan pemusatan atau konsentrasi dari seluruh aktivitas individu yang ditunjukkan kepada suatu atau sekelompok objek. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa perhatian merupakan aktivitas jiwa atau psikis yang tertuju pada suatu objek.

- 2). Ketertarikan yaitu perasaan senang terhadap suatu objek baik seseorang atau benda yang akan menimbulkan minat diri seseorang. Orang akan merasa tertarik kemudian pada gilirannya akan timbul keinginan yang dikehendakinya. Dengan demikian maka individu yang bersangkutan akan berusaha mempertahankan objek tersebut. Dan diperjelas oleh Pratiwi (2015:89) seseorang yang memiliki perasaan senang atau suka dalam hal tersebut ia cenderung mengetahui hubungan antara perasaan dan minat
- 3). Kebutuhan yaitu Keadaan dalam diri pribadi seseorang yang mendorong untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu guna mencapai tujuan.

b) Faktor dari luar (Ekstrinsik)

1). Fasilitas

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Cahyono, 2015) 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.

2). Keluarga

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Cahyo, 2015) 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.

3). Lingkungan

Menurut W.J.S Purwodarminto (dalam Cahyo, 2015) Lingkungan adalah daerah atau Kawasan yang termasuk di dalamnya. Lingkungan yang mendukung menyebabkan seseorang untuk lebih memanfaatkan keadaan tersebut untuk lebih memanfaatkan minatnya.

2. Ekstrakurikuler bola voli

Ekstrakurikuler yaitu merupakan suatu kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran intrakurikuler maupun kokurikuler yang sangat di butuhkan peserta didik dalam memperdalam ataupun menambah kemampuan peserta didik baik pada aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor (Bakhri, 2018; Darminto, 2017). Melalui dengan kegiatan ekstrakurikuler ini sangat erat kaitannya dengan peningkatan prestasi belajar terhadap peserta didik, karena hasil yang telah di capai peserta didik saat mengikuti ekstrakurikuler akan berdampak dengan hasil belajarnya di ruang kelas (Haryanto & Suhendri, 2014; S. I. Pratiwi, 2020). Dengan contoh, suatu saat ketika mata pelajaran tertentu yang berhubungan dengan ekstrakurikuler yang dipilih, peserta didik mendapat nilai bagus untuk pelajaran tersebut. Seperti biasanya peserta didik yang turut aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler akan disiplin dalam berorganisasi, mengelola, serta memecahkan masalah sesuai karakteristik ekstrakurikuler yang di tekuni. Berdasarkan hasil observasi lewat komunikasi tidak langsung yang dilaksanakan, mendengarkan bahwa peserta didik menganggap kegiatan ekstrakurikuler tersebut dianggap kegiatan yang tidak penting, dengan hal ini nampak pada ketidak seriusan peserta didik dalam mengikuti kegiatan tersebut. Tentu saja pernyataan ini tidak benar dikarenakan kegiatan ekstrakurikuler dapat diaplikasikan dalam kegiatan sehari-hari.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan sekolah yang dilaksanakan diluar jam pelajaran akademik siswa. Dan secara garis besar ekstrakurikuler dibagi

menjadi dua yaitu ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non-olahraga (Arifin 2015:1568). Selanjutnya ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan setiap sekolah berupa kegiatan pengembangan, pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan kurikulum yang ada (Rasyono 2016:46).

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka pembinaan siswa. Aturan dan dasar hukum mengenai kegiatan ekstrakurikuler olahraga mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kesiswaan. Dalam Pasal 1 Undang-undang tersebut disebutkan bahwa tujuan pembinaan kesiswaan, dalam hal ini terkait kegiatan ekstrakurikuler olahraga yaitu:

- a. Mengembangkan potensi siswa secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas;
- b. Memantapkan kepribadian siswa untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dan pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan;
- c. Mengaktualisasikan potensi siswa dalam pencapaian prestasi unggulan sesuai bakat dan minat;
- d. Menyiapkan siswa agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat madani (civil society).

Kegiatan ekstrakurikuler adalah sarana untuk pengembangan diri siswa, sedangkan olahraga adalah setiap aktivitas fisik berupa permainan baik itu melawan unsur-unsur alam, diri sendiri, orang lain, atau sekelompok orang, dan biasanya bersifat kompetitif. Jadi kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu upaya pembinaan olahraga bagi pelajar, hal ini sangat penting agar pembinaan dan pembinaan olahraga di kalangan pelajar akan meningkat terus dan yang diharapkan dapat menghasilkan prestasi yang baik Kegiatan ekstrakurikuler pada dasarnya

ditunjukkan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian dan kemampuannya di berbagai bidang, hal ini juga terjadi pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Selain itu melalui kegiatan ini dapat juga dijadikan pedoman bagi para guru sebagai pembinaan atau menjadikan siswa bisa berprestasi sesuai dengan bakat dan kemampuan masing-masing. Karena tujuan dari pembinaan adalah untuk mencari siswa yang kompeten sejak usia dini, sehingga dapat dilakukan pembinaan lebih awal dan dapat dilakukan secara berjenjang. Penjaringan siswa sebagai bibit-bibit ini akan lebih efektif dan efisien karena dilakukan secara meluas dan merata pada setiap jenjang satuan pendidikan dan pada semua wilayah di Indonesia. kegiatan ekstrakurikuler adalah sarana untuk pengembangan diri siswa, sedangkan olahraga adalah setiap aktivitas fisik berupa permainan baik itu melawan unsur-unsur alam, diri sendiri, orang lain, atau sekelompok orang, dan biasanya bersifat kompetitif. Jadi kegiatan ekstra kurikuler olahraga merupakan salah satu upaya pembinaan olahraga bagi pelajar, hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga di kalangan pelajar akan meningkat terus dan yang diharapkan dapat menghasilkan prestasi yang baik (Utomo, 2016).

3. Bola Voli

a. Pengertian bolavoli

Bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim berjumlah enam orang pemain, dimainkan dengan menggunakan satu bola yang dipantulkan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara passing yang diakhiri dengan smash menuju kearah lawan. Dan kedua time dipisahkan oleh net dengan ketinggian yang berbeda untuk putra dan putri (PR PBVSI 2016:2). Beberapa keterampilan dasar yang dibutuhkan dalam permainan bolavoli adalah pukulan (*smash/hitting*), passing (*passing*), servis (*service*), dan hadang (*blocking*).

Tujuan permainan itu sendiri adalah melewatkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai di wilayah lapangan lawan dan mencegah agar lawan tidak bisa melakukan hal tersebut. Sebuah time

memiliki tiga pantulan untuk mengembalikan bola (dan juga sentuhan blok). Bola dinyatakan dalam permainan ketika pelaku servis memukul bola melewati net ke daerah lawan, permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, “keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola dengan sempurna.

Dalam bolavoli time yang memenangkan suatu rangkaian serangan memperoleh satu angka. ketika tim yang sedang menerima servis memenangkan serangan maka tim tersebut berhak memperoleh satu angka dan berhak melakukan servis berikutnya serta para pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam.

b. Sejarah dan perkembangan bolavoli

Permainan bola voli pertama kali ditemukan oleh William G Morgan seorang instruktur Pendidikan Jasmani di Amerika Serikat pada tahun 1895 dan pada saat itu nama permainan itu ialah Mintonette (Mutohir 2013:5). Mintonette sendiri pada dasarnya merupakan permainan yang dihasilkan dari kombinasi beberapa jenis permainan yaitu basket, tenis, dan bola tangan.

Mintonette mulai menggunakan istilah *volley ball* atau bolavoli sejak tahun 1896 ketika permainan ini mulai dikenalkan dan merupakan demonstrasi pertandingan pertama di YMCA (*Young Men Christian Association*) dan Morgan memperkenalkan permainan yang diciptakannya tersebut (Witono Hidayat 2017:8).

Seiring dengan mulai dikenalnya permainan bolavoli diberbagai negara, maka sekaligus menambah banyak orang yang tahu dan memainkan permainan tersebut, sehingga pada tahun 1947 lahirlah gagasan untuk mendirikan organisasi yang fokus menangani pengembangan permainan bolavoli, begitu juga aturannya yaitu FIVB (*Federation Internation Volly Ball*) yang didirikan di Paris, Prancis atas dasar itu mulailah diadakan turnamen antara negara atau *World Championship* yang pertama kali diadakan di Prague.

Indonesia mengenal permainan dan olahraga bolavoli tepatnya ditahun 1928 tidak lepas dari orang Belanda yang menjajah Indonesia. Sejak Belanda memperkenalkan permainan bolavoli kepada Indonesia sejak itu permainan ini terus berkembang pesat terbukti dari olahraga bolavoli dimainkan oleh masyarakat seluruh Indonesia. Hingga pada tanggal 22 januari 1955 didirikanlah organisasi yang mewadahi permainan dan olahraga bolavoli yang dinamakan PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

Perkembangan bolavoli di Indonesia terlihat sangat menonjol sebagai dampaknya yaitu berbagai club dan sarana lapangan bola voli sangat mudah dijumpai di berbagai pelosok tanah air. Dikalangan pelajar melalui kurikulum yang ada bolavoli sudah diajarkan pada siswa disekolah , mulai tingkat Sekolah Dasar (SD), dengan pendekatan modifikasi sampai dengan Tingkat Sekolah Atas (SMA), Sekaligus diikuti dengan adanya pertandingan antara pelajar dan mahasiswa mulai tingkat daerah sampai tingkat nasional.

Sedemikian pesatnya perkembangan permainan bolavoli di Indonesia dan perhatian PBVSI terhadap perkembangan olahraga tersebut maka tahun 1989 untuk pertama kali dalam sejarah Indonesia mampu mengirimkan tim bolavoli junior ke juaraan dunia di Athena Yunani. Hingga pada tahun 2022 upaya PBVSI untuk menguatkan gairah perbolavolian di Indonesia maka diadakanlah liga bolavoli Proliga yang mempertandingkan seluruh club-club bolavoli terbaik di Indonesia untuk berkompetesi. Dari hasil tersebut makin banyak bermunculan pemain-pemain muda berbakat untuk menjadi tim nasional.

c. Teknik Dasar Bolavoli

Permainan bolavoli walaupun mudah dimainkan tetapi juga memerlukan keterampilan dasar yang memadai, beberapa keterampilan dasar tersebut antara lain meliputi *passing*, *smash*, hadang (*block*), serta *servis*.

1. Teknik Dasar Servis

Servis adalah pukulan dari garis belakang lapangan permainan sebagai awal permainan dimulai, tetapi dengan berbagai perubahan strategi permainan maka pada saat ini servis sudah dianggap sebagai serangan pertama. Apabila pihak lawan tidak bisa menerima servis dengan baik, maka angka akan diperoleh tim yang melakukan servis. Dari sinilah teknik servis yang baik sangat diperlukan oleh pemain bolavoli. Melakukan servis berdasarkan cara melakukannya ada beberapa cara, yakni servis bawah, servis atas, servis melompat. (Muthoir 2013:20).

a) Servis Bawah

Servis bawah adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai bola melewati net dengan cara berdiri siap untuk melakukan servis, posisi kaki dibuka selebar bahu, bola dilempar setinggi 2 bola, tangan terkuat mengayun dari bawah kemudian memukul bola pada bagian bawah (Mutohir 2013:21).



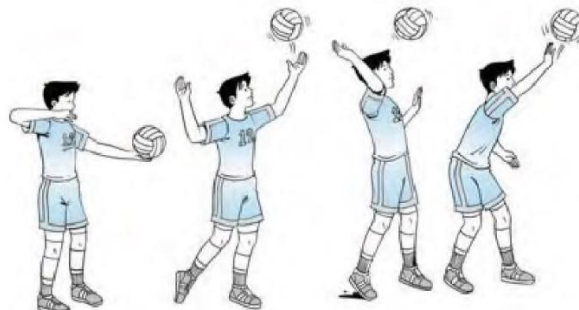
Gambar 2.1 Tahapan Servis Bawah

Sumber (Mulyadi & Pratiwi, 2020)

b). Servis Atas

Servis atas adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai bola melewati net dengan cara berdiri siap untuk melakukan servis, posisi kaki dibuka selebar bahu, bola dilempar setinggi di atas dahi, tangan terkuat diangkat keatas

bersiap memukul bola dengan posisi tangan dan siku agak ditekuk kemudian bola dipukul ke depan melewati net (Mutohir 2013:23)



Gambar 2.2 Tahapan Servis Atas

Sumber: (Rahasia, Lengkong, dan Sangkey, 2021:22)

c). Servis melompat

Servis melompat adalah memukul bola dari garis belakang lapangan permainan sampai melewati net dan jatuh ke area lawan dengan cara memegang bola saat berdiri di belakang garis, kaki dalam posisi siap untuk melangkah, kemudian sambil melangkah lemparkan bola keatas dengan ketinggian yang disesuaikan dengan tinggi lompatan dan ketepatan memukul (timing) Mutohir 2013:27



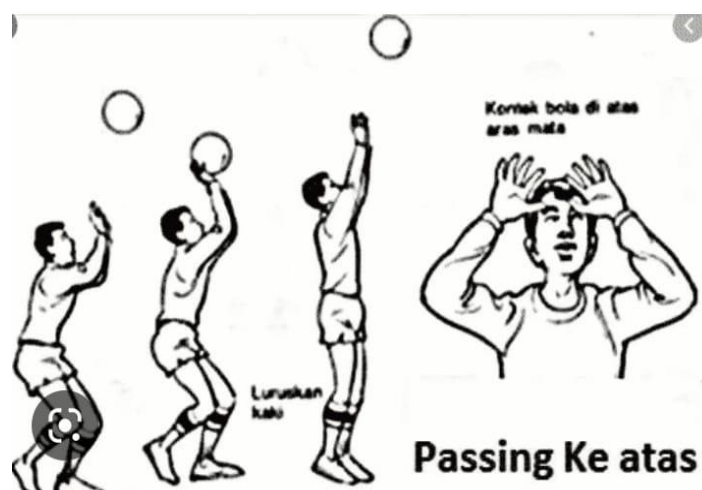
Gambar 2.3 Tahapan Servis Melompat

2. Teknik Dasar Passing

Passing adalah teknik memantulkan bola dengan menggunakan tangan sehingga bola bisa terpantul untuk diberikan kepada pemain lainnya. Dalam bolavoli ada dua jenis passing yaitu passing bawah dan passing atas (Mutohir 2013:30)

a) Passing atas

Passing atas adalah teknik memantulkan bola dengan cara posisi kaki sedikit ditekuk untuk membantu menghasilkan lantaran yang baik, kedua tangan berada disamping dengan posisi telapak tangan membuka, pada saat bola datang telapak tangan menghadap kearah bola dengan membentuk segitiga posisi ibu jari tangan kanan dan kiri berdekatan, perkenaan jari-jari terhadap bola dilakukan dengan ditambah dorongan melompat, arah bola dengan membentuk segitiga posisi ibu jari tangan kanan dan tangan kiri berdekatan, perkenaan jari-jari terhadap bola dilakukan dengan ditambah dorongan melompat, arah bola melambung ke atas (Faruq 2009:50).



Gambar 2.4 Tahapan Melakukan *Passing* Atas

Sumber (Mulyadi & Pratiwi, 2020)

b) Passing bawah

Passing bawah adalah teknik memantulkan bola dengan cara kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggenggam bagian telapak tangan lain, kedua lengan bersikap lurus ke bawah dengan bawah siku menghadap kearah depan, posisi badan sedikit jongkok dan berhadapan lurus dengan arah datangnya bola sehingga mudah lengan mengarahkan

bola yang datang agar bisa diayunkan sesuai arah yang diinginkan (Faruq 2009:53).



Gambar 2.5 Tahapan Passing Bawah

Sumber : Agus Mukholid (2013:12)

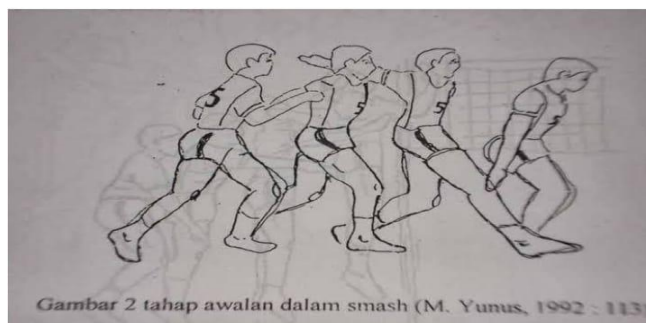
3. Teknik dasar pukulan (*smash/spike*)

Pukulan atau *smash/spike* adalah suatu pukulan bola untuk menyerang lawan guna mendapatkan poin sehingga tim bisa memenangkan pertandingan dengan lebih cepat. Seseorang yang berposisi untuk melakukan *smash* disebut spike (Hidayat 2017: 47).

Secara umum proses melakukan smash dibagi menjadi empat tahap, Keempat tahap tersebut adalah;

a. Tahap Awalan

pada tahap awalan adalah melakukan langkah seperti berlari agar mendapat tolakan untuk melompat yang pas, sehingga pemain bisa melakukan lompatan dengan optimal guna memukul bola diatas net. Pemain harus bisa memperkirakan kapan bola akan meluncur turun dan menghitung ketinggian dimana akan sejajar dengan ketinggian pemain saat melompat (Hidayat 2017:4



Gambar 2.6 Tahapan awal *smash/spike*

b. Tahap Melompat

Pada tahap melompat pemain harus menggunakan tumpuan kaki yang kuat, karena tumpuan kaki terkuat akan membantu mencapai lompatan yang optimal. Pada tahap melompat ini kedua lengan mengayun dari bawah lalu pada saat tubuh sudah diatas tangan harus digerakan naik keatas dengan tubuh yang lurus. Posisi lengan pemukul sedikit ditekuk dan lengan satunya digunakan sebagai penyeimbang dengan posisi sejajar kepala (Hidayat 2017:47).



Gambar 2.7 Tahapan melompat dalam meleakukan *smash/spiker*

c. Tahap Memukul

pada tahap ini merupakan saat dimana bola datang dan dilakukan proses pemukulan bola. Saat memukul telapak tangan membuka dandan sedikit mengarah kearah ke bawah, sehingga nantinya bola bisa dipukul bisa meluncur kedalam area permainan (2017:49).



Gambar 2.8 Tahapan dalam melakukan *smash/spiker*

Sumber : Menurut Agus Mukholid (2013:12)

d. Tahap Mendarat

Setelah memukul, badan akan meluncur ke bawah. Saat mendarat, badan ditekuk ke depan dan gunakan kedua kaki untuk mendarat dengan posisi kaki sedikit ditekuk sebagai cara untuk mendapatkan keseimbangan. (Hidayat 2017:49).



Gambar 2.9 Tahapan mendarat setelah melakukan *smash/spiker*

4. Teknik bendungan (*blocking*)

Teknik bendungan (*blocking*) adalah sebuah teknik pertahanan dengan cara menghambat atau menggagalkan pukulan smash dari pihak lawan pada saat bola berada di atas net yang tujuan utamanya untuk mengembalikan bola secara langsung ke arah lawan (Hidayat 2017:50).

Untuk bisa melakukan *blocking* dengan baik hal yang harus diperhatikan pemain adalah lompatan yang bertenaga sehingga mampu meraih jangkauan tertinggi, posisi tangan harus lurus dan hendaknya masuk ke dalam area lawan sehingga bola yang akan dipukul lawan tidak bisa menyeberang karena seolah-olah terkurung oleh tangan.



Gambar 2.10 Tahapan bendungan (*blocking*)

Sumber : Menurut Agus Mukholid (2013:12)

Peralatan yang digunakan dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut;

1. Lapangan bola voli

Lapangan bola voli yang berbentuk empat persegi, dengan ukuran

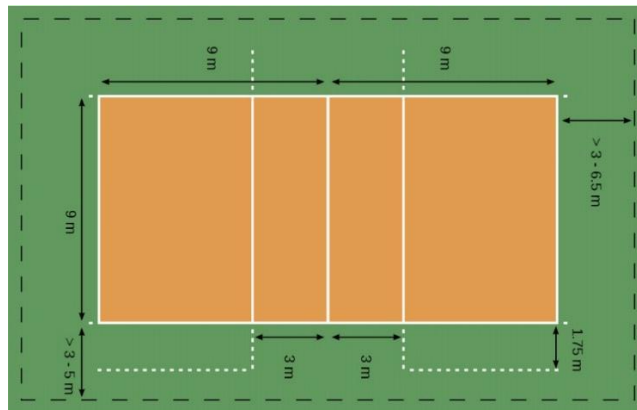
Panjang lapangan : 18 meter

Lebar lapangan : 9 meter

Lebar garis : 5 cm

Daerah garis serang adalah garis tengah sepanjang (9 x 3) meter

Daerah pertahanan adalah daerah yang dibatasi oleh garis serang dan garis serang dan garis belakang (9 x 6) meter



Gambar 2.11 lapangan bola voli

Sumber : (Ali Yusmar, 2017:46)

2. Jaring atau net

Panjang jaring atau net : 9,50 meter

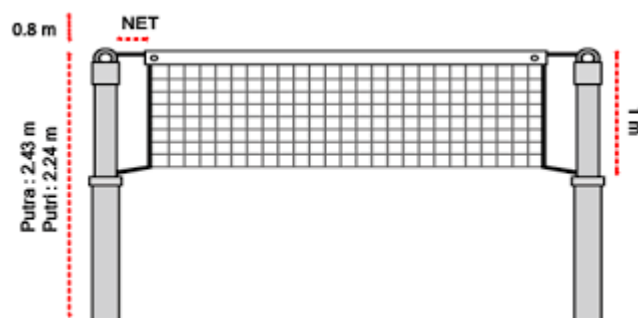
Lebar jaring atau net : 1,00 meter

Petak-petak jaring atau net : 10 x 10 cm

Tinggi net putra : 2,43 Meter

Tinggi net putri : 2,24 meter

Untuk lebih jelasnya dibawah ini penulis gambarkan lapangan bola voli sesuai dengan penjelasan diatas.

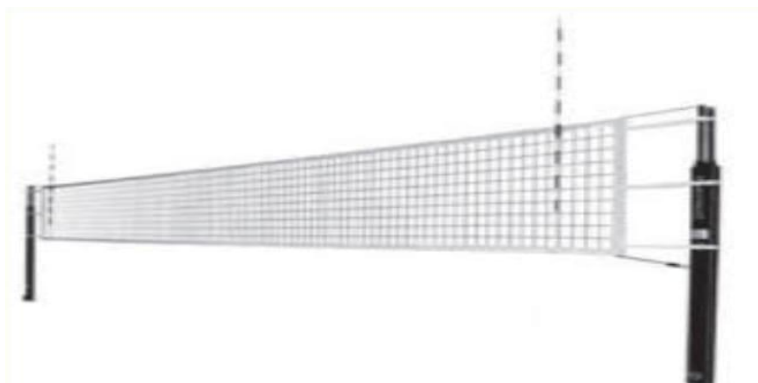


Gambar 2.12 Jaring atau Net bola voli

Sumber : (Ali Yusmar, 2017:46)

3. Tongkat atau Rod

Diatas batas samping jaring harus dipasang tongkat yang menonjol setinggi 80 cm, Tongkat atau Rod terbuat dari bahan Fiberglass dengan ukuran 180 cm, dan garis tengahnya 1 cm, diberi warna secara bersilang.



Gambar 2.13 Tongkat Atau Rol

4. Bola

Ukuran bola adalah sebagai berikut;

Berat bola antara 250-280 gram

Keliling bola antara 65-67 cm



Gambar 2.14 Bola Voli

Sumber : (Ali Yusmar, 2017:46)

5. Kostum

Para pemain bola voli hendaknya menggunakan kostum yang seragam, yang diberi nomor pada dada dan punggung. Selain itu haruskan pula memakai sepatu olahraga.

d. Peraturan Permainan Bola Voli

Berikut ini adalah peraturan dalam permainan bola voli:

1. Permainan dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan.
2. Setiap tim dimainkan oleh enam orang pemain yang menempati posisi sebagai *spiker*, *defender*, *libero*, dan *tosser*.
3. Pemain dengan posisi libero menggunakan seragam yang berbeda dari anggota tim lainnya.
4. Libero tidak diperbolehkan servis, pergantian posisi, dan melakukan pukulan bola.
5. Minimal dalam satu tim dimainkan oleh empat orang pemain.
6. Permainan dimulai dengan servis pertama yang dilakukan oleh tim pemenang undian lempar koin.
7. Servis dilakukan dari luar garis lapangan. Dan bola harus melewati atas net, tidak boleh menyentuh net sedikitpun.
8. Bola dinyatakan keluar jika keluar garis lapangan.
9. Pemain hanya boleh melakukan segala macam teknik di areanya sendiri. Pemain tidak diijinkan masuk ke area lawan.
10. Bola dianggap masuk apabila menyentuh lantai lapangan dan masih berada dalam garis lapangan.
11. Semua anggota tubuh dapat digunakan untuk memantulkan atau memukul bola, meskipun demikian yang paling dominan adalah menggunakan tangan.
12. Pemain tidak boleh menangkap dan melempar bola.
13. Permainan bola voli berlangsung 2 sampai 3 set. Jika suatu tim memenangkan dua set secara beruntun maka langsung keluar sebagai pemenang. Namun jika skor imbang 1-1 maka permainan dilanjutkan hingga tiga set.
14. Satu set dimenangkan oleh tim yang mencapai skor 25 lebih dahulu.
15. Jika dalam satu set skor imbang 24-24 maka pemenang ditentukan buka siapa yang mencapai skor 25 lebih dahulu, melainkan tim mana yang unggul dua poin lebih dahulu.

16. Pergantian pemain boleh dilakukan selama pertandingan masih berlangsung

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian ini mengenai Minat Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Santo Fransiskus Asisi Pontianak. Berdasarkan eksplorasi peneliti, ditemukan beberapa tulisan yang berkaitan dengan penelitian ini.

Yang pertama adalah penelitian Sunandar Sakria Makinta (2019) yang berjudul “Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP 30 Makassar”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP 30 Makassar. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan tes. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif menggunakan fasilitas komputer melalui program SPSS. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa minat siswa SMPN 30 Makassar dalam mengikuti pembelajaran jasmani berada dalam kategori baik

Yang kedua adalah penelitian Hendri Juliyanto (mahasiswa IKIP PGRI Pontianak 2021) yang berjudul “Survei Minat Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat siswa-siswi yang mengikuti pembelajaran mata pelajaran Pendidikan jasmani olahraga *Kesehatan* di SDN 02 Bengkayang. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian *deskriptif*. Jenis penelitian ini yaitu survey. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan komunikasi tidak langsung, alat pengumpulan data yang digunakan berupa Angket. Sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu siswa-siswai kelas V SDN 02 Bengkayang yang berjumlah 67 orang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif persentase*. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa Minat Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di SDN 02 Bengkayang berada dalam kategori sedang.

Yang ketiga penelitian Muhamad Syah (mahasiswa dari IKIP PGRI Pontiana 2021). Yang berjudul “Survei minat putra terhadap ekstrakurikuler sepak bola di SMA N 01 Bunut Hulu”. Tujuan dalam penelitian (1) untuk mengetahui minat instrinsik siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA N 01 Bunut Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. (2) untuk mengetahui faktor ekstrinsik siswa mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMA N 01 Bunut Hulu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan bentuk penelitiannya menggunakan pendekatan survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik komunikasi tidak langsung dengan alat berupa angket. Jenis sampel yang digunakan adalah *Random Sampling* dengan jumlah sampel berjumlah sebanyak 30 siswa. Teknik analisis data berupa berupa persentase. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa Minat putra terhadap ekstrakurikuler sepak bola di SMA NEGERI 01 Bunut Hulu Kabupaten Kapuas Hulu berada dalam kategori sedang.

C. Kerangka Berpikir

Minat merupakan bagian dari perilaku manusia yang merupakan perwujudan dari tertarik, ingin tahu, dan dorongan untuk beraktivitas. Keberadaan ekstrakurikuler menjadi sangat penting sebagai penunjang potensi siswa, hal ini tentu mempengaruhi para siswa untuk memilih ekstrakurikuler tersebut. Kesenangan yang ditunjukkan oleh siswa bisa akibat pengaruh dari dalam diri sendiri (instrinsik) atau karena adanya pengaruh dari luar (ekstrinsik).

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran. Sehubungan hal tersebut maka sekolah dan guru penjas perlu mempertimbangkan Kembali dan mengaktifkan program-program ekstrakurikuler, diantaranya ekstrakurikuler olahraga.

Kecintaan anak terhadap olahraga kini semakin meningkat, hal ini terlihat dari bertambahnya anak yang menyukai olahraga.

Meningkatnya jumlah anak yang mengikuti ekstrakurikuler di pengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor yang berasal dari luar. Faktor yang berasal dari dalam diri siswa atau faktor instrinsik yaitu, Ketertarikan, Perhatian, Kebutuhan. Dan faktor yang berasal dari luar atau faktor ekstrinsik yaitu Fasilitas, Keluarga, Peranan Guru. Dengan dasar pemikiran tersebut dalam penelitian ini mengambil judul “Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Santo Fransiskus Asisi Pontianak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Bagaimana Faktor instrinsik dan Ekstrinsik Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Santo Fransiskus Asisi Pontianak.