



## TINGKAT AKURASI SMASH BOLA VOLI SMK MA'ARIF 1 KEBUMEN

## VOLLEYBALL SMASH ACCURACY LEVEL OF SMK MA'ARIF 1 KEBUMEN

Ibnu Prasetyo Widiyono<sup>1</sup>, Mahfud<sup>2</sup>, Yasin Yusuf<sup>3</sup>, Fiqri Nur Arizal<sup>4</sup>, Puput Widodo<sup>5</sup>, Yogi Ferdy Irawan<sup>6</sup>

Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen<sup>1,2,3,4,5,6</sup>.

Alamat, Jalan Kusuma No. 75 Kebumen, Jawa Tengah

Email : [ibnutugas@gmail.com](mailto:ibnutugas@gmail.com), [mrmahfud414@gmail.com](mailto:mrmahfud414@gmail.com), [yasingendon85@gmail.com](mailto:yasingendon85@gmail.com),  
[fiqrinurarizalketujuh@gmail.com](mailto:fiqrinurarizalketujuh@gmail.com), [puputwidodo72@gmail.com](mailto:puputwidodo72@gmail.com), [yogiforbusiness@gmail.com](mailto:yogiforbusiness@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakang oleh masih kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan akurasi smash. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan akurasi smash bola voli dengan menggunakan model target sasaran pada peserta ekstrakurikuler bola voli SMK Ma'arif 1 Kebumen. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode survey dengan instrumen berupa tes. Subjek penelitian adalah siswa putra peserta ekstrakurikuler bola voli di SMK Ma'arif 1 Kebumen sebanyak 20 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan tes smash menggunakan sasaran dinding yang berupa gambar kotak, segitiga, dan lingkaran. Setiap siswa akan diberikan kesempatan melakukan smash sebanyak 5 kali per unit (gambar). Bola yang mengenai sasaran akan diberi skor 1 (satu), dan sebaliknya jika bola tidak mengenai sasaran di beri skor 0 (nol). Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti tes tingkat akurasi smash bola voli, sebanyak 2 siswa (10%) kategori baik, sebanyak 12 siswa (60%) katagori cukup, sebanyak 2 siswa (10%) katagori sangat baik, sebanyak 2 siswa (10%) kategori kurang baik, sebanyak 2 siswa (10%) kategori sangat kurang baik

Kata kunci: *Akurasi, Smash, Bola Voli*

### ABSTRACT

*This research is motivated by the lack of students' ability to perform smash accuracy. This study aims to determine the level of accuracy of volleyball smash accuracy using the target model for volleyball extracurricular participants at SMK Ma'arif 1 Kebumen. This research is quantitative descriptive. The method used is a survey method with an instrument in the form of a test. The research subjects were male students participating in volleyball extracurricular activities at SMK Ma'arif 1 Kebumen as many as 20 students. The data collection technique used a smash test using wall targets in the form of images of boxes, triangles, and circles. Each student will be given the opportunity to smash 5 times per unit (picture). The ball that hits the target will be given a score of 1 (one), and vice versa if the ball does not hit the target it will be given a score of 0 (zero). The data analysis technique used descriptive with percentage. The results showed that of the 20 students who took the volleyball smash accuracy test, 2 students (10%) were in good category, 12 students (60%) were in the sufficient category, 2 students (10%) were in the very good category, 2 students were in the very good category. (10%) in the poor category, as many as 2 students (10%) in the very poor category.*

**Keyword:** *Accuracy, Smash, Volleyball*

### PENDAHULUAN

Bola Voli adalah cabang olahraga permainan yang dimainkan

oleh dua grup berlawanan masing – masing grup memiliki enam orng pemain (Adnan dan Arlidas 2019: 90).



Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola didaerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayahnya sendiri. Olahraga bola voli adalah olahraga permainan beregu, namun demikian penguasaan teknik dasar secara individual mutlak sangat diperlukan. Hal ini berarti dalam pembinaan pada tahap – tahap awal perlu ditekankan untuk penguasaan teknik – teknik dasar permainan. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli harus benar – benar dilakukan, sebab penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang kalahnya suatu regu dalam pertandingan, disamping kondisi fisik, taktik, dan mental.

Olahraga merupakan kebutuhan manusia yang merupakan unsur pokok dan sangat berpengaruh dalam pembentukan jiwa (rohani) dan jasmani (raga atau tubuh) yang kuat. Setiap manusia yang sering melakukan kegiatan olahraga akan memiliki kesehatan rohani dan jasmani yang lebih baik dibanding manusia yang jarang atau tidak pernah melakukan kegiatan olahraga (Widodo, 2018: 54). Salah satu kegiatan dilingkungan sekolah yaitu ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan diluar jam pelajaran dan dilaksanakan

diluar kelas untuk menggali setiap potensi siswa (Heksa,2021:31).

Ekstrakurikuler yang paling diminati oleh siswa SMK Ma'arif 1 Kebumen yaitu bola voli. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah untuk mengisi waktu luang dan mencari siswa yang berbakat dalam bidang olahraga. Dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa, serta siswa juga dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan ketrampilan masing – masing cabang olahraga, pembentukan nilai – nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

Olahraga Bola voli adalah olahraga permainan beregu, namun demikian penguasaan teknik dasar secara individual mutlak sangat diperlukan. Hal ini berarti dalam pembinaan pada tahap – tahap awal perlu ditekankan untuk penguasaan teknik – teknik dasar permainan. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli harus benar – benar dilakukan, sebab penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang kalahnya suatu regu dalam pertandingan, disamping kondisi fisik, taktik, dan mental.



Pada pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola voli SMK Ma'arif 1 Kebumen yaitu diadakan seminggu 2 kali pada setiap hari Selasa dan hari Kamis setiap pukul 15.00-17.00 WIB, dengan satu orang pelatih. Namun dilihat dari observasi lapangan dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli pada saat siswa melakukan latihan smash, masih ada banyak siswa yang memiliki kemampuan smash kurang baik dan sebagian siswa lainnya memiliki kemampuan smash yang baik. Sering kali siswa dalam melakukan smash bola tidak mampu melewati dari net, dan ada juga bola melambung ke atas keluar lapangan sehingga bola tidak tepat sasaran pada daerah permainan bola voli. Dikarenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target. Hal ini mengakibatkan dalam latihan masih banyak siswa yang melakukan teknik dasar bola voli yang kurang optimal. Teknik dasar berpengaruh sangat penting dalam suatu cabang olahraga bola voli, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik dan benar.

Teknik membutuhkan *skill* yang bagus dan juga akurasi yang tepat di mana seorang pemain bola voli harus mampu dengan cepat menentukan arah bola agar tidak terkena blok, agar tidak masuk di daerah

sendiri (tidak melewati net), dan agar masuk di daerah lapangan lawan. Teknik ini membutuhkan intelektual dan juga pengalaman dari seorang atlet atau pemain tersebut. Pentingnya ketepatan menempatkan bola saat *smash* dapat mempengaruhi nilai atau point dalam pertandingan bola voli. Dari uraian di atas penulis mempunyai minat untuk melakukan tes dengan penelitian yang berjudul “*Tingkat Akurasi Smash Bola Voli Putra SMK Ma'arif 1 Kebumen*” dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat akurasi *smash* yang dilakukan siswa ekstrakurikuler SMK Ma'arif 1 Kebumen

#### **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Keterampilan teknik dasar bola voli pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma'arif 1 Kebumen. Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kemampuan tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler. Desain penelitian ini menggunakan desain one shot Case Study dimana subyek akan dites secara langsung tanpa tes awal. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan teknik pengumpulan data menggunakan instrument tes tingkat akurasi smash bola voli.

Menurut Siyoto & Sodik (2015:64) menyatakan bahwa populasi adalah merupakan wilayah



generalisasi yang terdiri dari obyek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto,2019:115). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X (sepuluh) dan XI (sebelas) tahun ajaran 2022 yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMK Ma'arif 1 Kebumen yang berjumlah 20 siswa.

Menurut Siyoto & Sodik (2015: 64) menyatakan bahwa sampel adalah Sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan purposive sampling, dengan criteria peserta ekstrakurikuler bola voli di SMK Ma'arif 1 Kebumen, (2) masih aktif berlatih, (3) berjenis kelamin laki – laki. Berdasarkan hal tersebut yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah peserta putra ekstrakurikuler bola voli di SMK Ma'arif 1 Kebumen sebanyak 20 siswa.

Menurut pendapa Sugiyono (2016:38) berpendapat variabel penelitian adalah sesuatu yang

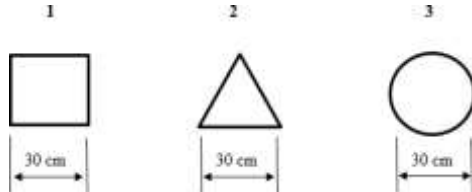
ditetapkan peneliti dan dipelajari. Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan melakukan akurasi smash bola voli dengan metode latihan target, tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra di SMK Ma'arif 1 Kebumen tahun 2022. Definisi oprasional yang berkaitan dengan penelitian ini meliputi:

Target adalah suatu bentuk akurasi penyampaian objek pada sasaran tertentu yang disusun dengan nilai – nilai ketepatan pada sasaran yang dilakukan 1 kali pertemuan sesuai dengan tujuan untuk mengetahui tingkat akurasi smash dalam bola voli. Ketepatan atau akursi smash adalah ketepatan hasil smash sebanyak 5 kali percobaan dengan menggunakan isntrumen test ketepatan smash. Bola yang akan mengenai pada sasaran akan menjadi pedoman hasil tes.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan metode kuantitatif yaitu survey dan melakukan tes smash ke sasaran. Data yang diperoleh kemudian akan dianalisis dan dideskripsikan dalam bentuk presentase. Proses penelitian memberikan pemanasan kepada siswa. Setelah diberikan petunjuk bagaimana melakukan tes smash pada sasaran agar siswa paham pelaksanaan tes tidak terjadi kesalahan.



Instrumen penelitian ini adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah, demikian menurut Suharsimi Arikunto (2013: 262). Dalam penelitian ini menggunakan instrumen tes, yang digunakan penelitian ini adalah memukul bola (smash) ke sasaran yang berada di dinding yang sudah diberi nomor dan gambar kotak, segitiga, dan lingkaran. Sasaran di tempel di dinding dengan tinggi 1 meter dari sumbu atau permukaan. Dengan jarak posisi smash 5 meter dari sasaran. Tujuannya untuk mengetahui bagaimana kemampuan ketepatan atau akurasi *smash* dalam bola voli peserta ekstrakurikuler SMK Ma'arif 1 Kebumen

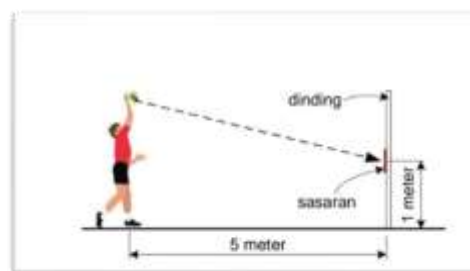


Gambar 1. Skema Sasaran Bola Voli

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan metode kuantitatif yaitu survey dan melakukan tes smash ke sasaran. Data yang diperoleh kemudian akan dianalisis dan dideskripsikan dalam bentuk presentase. Proses penelitian memberikan pemanasan kepada siswa. Setelah diberikan petunjuk bagaimana melakukan tes smash pada sasaran agar siswa paham pelaksanaan tes tidak terjadi kesalahan.

Pelaksanaan tes:

1. Peserta tes berdiri dibelakang garis batas dan selama tes (memukul bola) peserta tes tidak boleh melewati garis tersebut.
2. Pelaksanaan smash dilakukan sendiri oleh peserta tes.
3. Peserta tes mulai dengan melemparkan bola ke udara dan memukulnya (smash) kearah sasaran sebanyak 5 kali per unit (gambar).



Gambar 2. Instrumen Tes Kemampuan Akurasi Smash

Teknik analisis data penelitian ini menggunakan deskriptif prosentase. Dalam hal ini, penulis ingin mengetahui kemampuan tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma'arif 1 Kebumen menggunakan tes. Setelah data sudah terkumpul berupa nilai tes smash kemudian nilai siswa dikategorikan dalam lima kelompok yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batasan norma Anas Sudijono dalam Wakijo (2015:33) sebagai berikut:

$$\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

% = Angka Presentase

n = Nilai yang di peroleh

N = Jumlah seluruh peserta ekstra



Tabel 1. Rumus Kategori

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

M = Mean (Nilai Rerata)

SD = Standar Deviasi

X = Nilai Perolehan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dimulai pada tanggal 24 Juli – 9 Agustus 2022. Sebelum diberikan treatment, terlebih dahulu dilakukan pretest kemampuan mendribble untuk mengetahui sejauh mana kemampuan mendribble pemain, setelah itu baru diberikan treatment sebanyak 8 kali pertemuan dengan pengulangan 3 kali setiap minggunya. Setelah diberikan treatment sebanyak 8 kali, dilanjutkan dengan kegiatan posttest untuk melihat adakah peningkatan dari pretest ke posttest.

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengukur dan untuk mengetahui bagaimana “Tingkat Akurasi Smash Bola Voli Putra SMK Ma’arif 1 Kebumen”. Penelitian ini untuk mengukur seberapa baik kemampuan tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma’arif 1 Kebumen. Kemampuan smash bukan hanya seberapa

kerasnya pukulan/ smash yang dilakukan, akan tetapi kemampuan ketepatan atau akurasi untuk memukul diposisi yang tepat juga sangat penting, karena smash harus menghindari block yang dibuat oleh lawan untuk mendapatkan poin.

Pengumpulan data ini menggunakan instrumen tes. test ini dimaksudkan untuk mengukur kemampuan smash pemain dalam ketepatan mengarahkan bola dan ketepatan smash ke sasaran tertentu. Tes yang dilakukan dengan melakukan smash masing-masing 5 kali secara beruntun. Untuk mendapatkan poin maka masing-masing peserta harus menempatkan smash ke posisi tepat

pada sasaran, karena yang akan dinilai atau yang mendapatkan poin 1 (satu) yaitu smash yang tepat mengenai sasaran, sebaliknya jika smash tidak mengenai sasaran maka poin 0 (nol) Penelitian dilakukan di lapangan bola voli SMK Ma’arif 1 Kebumen pada tanggal 24 Agustus 2022. Subjek penelitian ini berjumlah 20 siswa.

Tabel 2. Nilai Diskriptif

No	Keterangan	Pretest
1	N	20
2	Nilai maksimum	12
3	Nilai Minimum	6
4	Mean	8,5
5	Median	8
6	Standar Deviasi	1,5
7	Sum	170

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang tingkat akurasi smash

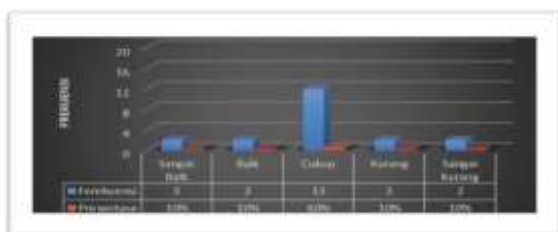


pada peserta putra ekstrakurikuler bola voli SMK Ma'arif 1 Kebumen tahun 2022 didapat skor terendah (minimum) 6,0, skor tertinggi (maksimum) 12,0, rerata (mean) 8,5, nilai tengah (median) 8,0, jumlah nilai 170, dan standar deviasi (SD) 1,5 distribusi frekuensi disajikan pada table sebagai berikut:

Tabel 3. Kategori Tingkat Akurasi Smash Bola Voli Putra SMK Ma'arif 1 Kebumen

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$< X$	Sangat Baik	2	10%
$9,25 < X \leq 10,75$	Baik	2	10%
$7,75 < X \leq 9,25$	Cukup	12	60%
$6,25 < X \leq 7,75$	Kurang	2	10%
$6,25 \leq X$	Sangat Kurang	2	10%
JUMLAH		20	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada table di atas tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma'arif 1 Kebumen tahun 2022 dapat disajikan dalam diagram batang pada gambar diagram batang di bawah ini tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma'arif 1 Kebumen



Gambar 1. Diagram Hasil Tes Tingkat Akurasi Smash

Berdasarkan tabel dan grafik di atas menunjukkan bahwa tingkat akurasi smash pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra SMK Ma'arif 1 Kebumen berada pada

kategori "sangat kurang" sebesar 10% (2 siswa), kategori "kurang" sebesar 10% (2 siswa), kategori "cukup" sebesar 60% (12 siswa), kategori "baik" sebesar 10% (2 siswa), "sangat baik" sebesar 10% (2 siswa).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Ma'arif 1 Kebumen mengenai tes tingkat akurasi smash bola voli pada peserta ekstrakurikuler bola voli putra adalah sebanyak 2 siswa (10%) berada pada kategori sangat baik, 2 siswa (10%) berada pada katagori baik, 12 siswa (60%) berada pada kategori cukup, 2 siswa (10%) berada pada katagori kurang, 2 siswa (10%) berada pada katagori sangat kurang..

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A., & Arlidas. (2019). Kontribusi daya letak otot tungkai, daya ledak otot lengan dan kekuatan pinggang terhadap kemampuan *smash*. *Jurnal Performa*, 4 (2), 89 – 91.
- Aji, S. (2016). Buku Olahraga Paling Lengkap. Jakarta: PT Serambi Semesta.
- Alviana E. (2017). Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah dan Servis Atas dalam Permainan Bola Voli dengan Modifikasi Bola Plastik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 3 Mulyosari, Kecamatan Pagerwojo, Kabupaten Tulungagung tahun 2015/2016. Universitas Nusantara PGRI Kediri.



- [http://simki.unpkediri.ac.id/ma-hasiswa/file\\_artikel/2017/12.1.01.09.0188.pdf](http://simki.unpkediri.ac.id/ma-hasiswa/file_artikel/2017/12.1.01.09.0188.pdf)
- Ambar Teguh Sulistiyani & Rosidah. (2003). *Manajemen sumber Daya Manusia*. Graha Ilmu: Yogyakarta. Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Aneka Cipta*.
- Basri, A.F.M & Rivai, V. (2005) *Performance Appraisal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. Beutelstahl, Dieter. (2015). *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Bujang, & Haqiyah, A. (2019). Physical condition and self – control improves the ability of back attack involleyball. *Advances in social Sciener, Education and Humanities Research*, 407, 31 – 34.
- Candra, J.,Pasaribu, A. M. N., & Fauzan, A (. 2019 ). Pembuatan mesin pelontar bola (pembal) alat bantu pembelajaran dan latihan olahraga bola voli. *Jurnal Prestasi*,3(6), 73.
- El-kabumaini, Nasin dan Anno D Sanjani. (2011). *Ensiklopedi Mini Bola Voli*. Bandung: CV. AuliaPublishing.
- Fajri, S. A., & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari paralon untuk pembelajaran ekstrakurikulerpanahan peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).
- Farida, S., & Munib, M. (2020). Sinergi sekolah dan masyarakat dalam pengelolaan ekstra kurikuler di SMP Islam Nurudz Dholam Kedungdung Sampang, *Widya Balina*, 5(9), 78-92.
- Hadziq, Khairul dan Anwar Musadad (2017). *PENJAS ORKES Pendidikan jasmani, olahraga dankesehatan untuk siswa SMP – MTs kelas VII*. Bandung: YRAMA WIDYA.
- Hastuti, T. A. (2011). Pemahaman mahapeserta didik program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK UNY Angkatan 2010 terhadap peraturan permainan bolabasket. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 10,(2).
- Heksa, A. (2021). Ekstrakurikuler IPA Berbasis *Sains Preneur*. Yogyakarta. Deepublish.
- Hidayat, Witono (2017). *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta: Anugrah.
- Litardiansyah, B. A., & Hariyanto, E. (2020). Survei kondisi fisik peserta ekstrakurikuler futsal putra dan putri sekolah menengah atas. *Sport Science and Health*, 2(6), 331-339.
- Mulya, U. (2019).Studi tentang tingkat kemampuan teknik dasar permainan bola voli putri. *Jurnal Patriot*. 1(3), 951-962.
- Reynaud, C. (2015). *The volleyball coaching bible, volume II*. Human Kinetics.
- Rozi, F., & Hasanah, U. (2021). Nilai – nilai pendidikan karakter, penguatan berbasiskegiatan ekstrakurikuler pramuka di pesantren. *MANAZHIM*, 3(1), 110-126.
- Subekti, T. (2015). Minnat peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Kulonprogo terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2(1).



- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Suhardi & Nurcahyo, F. (2014). Persepsi peserta didik SMK Negeri 2 Kabupaten Wonosobo terhadap nilai – nilai social dalam kegiatan ekstrakurikuler permainan sepakbola. *Jurnal Pendidikan JasmaniIndonesia*, 10(2).
- Santoso, N., & Pambudi, A. F. (2016). Survei manajemen program ekstrakurikuler olahraga di SMA sebagai faktor pendukung olahraga prestasi di Kabupaten Klaten. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2).
- Saharullah, & Hasyim. (2019). *Dasar – Dasar Ilmu Kepeatihan*. Gedung Perpustakaan: Kampus UNM Gunungsari.
- Sovens, E. (2018). KETEPATAN SMASH PEMAIN BOLAVOLI SISWA SMA DITINJAU DARIKOORDINASI MATA-TANGAN DAN EXTENSI TOGOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahrag*, 2(1),129-139.
- Siyoto, S. & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto, (2011). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Wakijo. (2015). Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli Mini Siswa Kelas V SD Negeri PandeyanKota Yogyakarta. UNY.
- Widodo, A. (2018). Makna dan peran jendidikan jasmani dalam pembentukan insan. *Jurnal Motion*, 9 (1),53-60.
- Wiradihardja, Sudrajat dan Syarifudin (2017). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan*. Jakarta: PusatKurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud.
- Zulfiani, L., F. (2021). Pengaruh ekstrakurikuler bola basket terhadap prestasi belajar mata pelajaranolahraga. *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 5(2), 36-39.