



PELATIHAN EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DIMASA PANDEMI MTs. NURUL HUDA DAU**Oleh****Ratno Susanto¹, Farizha Irmawati², Achmad Afandi³****^{1,2,3} IKIP Budi Utomo****E-mail: ¹ratnosusanto@budiutomomalang.ac.id, ²Farizha99@gmail.com,****³achmad_afandi@budiutomomalang.ac.id**

Article History:*Received: 02-11-2021**Revised: 14-12-2021**Accepted: 20-01-2022***Abstract:** *desain pengabdian masyarakat ini ialah mewariskan edukasi terhadap siswa ekstrakurikuler bola voli dimasa pandemi yang bertempat di MTs. Nurul Huda Dau. Dimana kami memakai dua metode ialah praktek dan pendampingan. Hasil abdimas pelatihan ekstrakurikuler bola voli sangat disambut baik oleh warga sekolah mendapatkan output untuk pembinaan prestasi di MTs. Nurul Huda Dau***Keywords:***Pelatihan, Masa Pandemi,
MTs. Nurul Huda Dau*

PENDAHULUAN

Bola voli ialah olahraga yang belacak diminati bagi konsorsium indonesia, situasi ini sangat disukai oleh warga sekolah khususnya di MTs. Nurul Huda Dau. Setiap akhir tahun dan akhir semester ulangan semester ganjil, MTs. Nurul Huda Dau selalu mengadakan klasmeeting dimana olahraga ini selalu dijadikan iven turnamen dua kali dalam setahun.

Adanya klub bola voli di kecamatan Dau tetapi belum punya Lapangan Khusus(GOR) delegasi dan efektif selaku independen mahir diportal oleh pengemar olahraga bola voli didaerah tersebut. MTs. Nurul Huda Dau banyaknya bibit atlet- atlet muda untuk dikembangkan dan dipentaskan keajang PORSENI maupun PORKAB, serta sangat potensial pembinaan didaerah dataran tinggi yang ada dikabupaten Malang.

Semenjak adanya Covid- 19 ekstrakurikuler bola voli di MTs. Nurul Huda Dau sangat fakum dan tidak ada kegiatan. Oleh karena itu tim pengabdian pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi IKIP Budi Utomo mengadakan pelatihan bola voli di sekolah madrasah untuk meningkatkan imun serta membantu kondisi fisik yang bugas terhadap siswa ekstra kurikuler dan membina prestasi secara pelan- pelan dengan bentuk latihan yang telah disusun oleh tim pengabdian kami

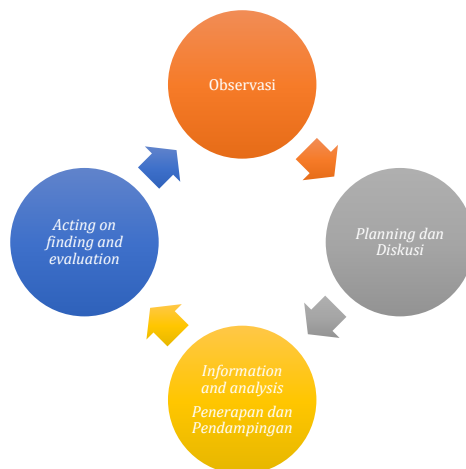
METODE

Metode aktivitas abdimas ini menggunakan yaitu 2 metode penerapan dan pengantar. Metode penerapan digunakan lapangan di MTs. Nurul Huda Dau tentunya dengan protokol kesehatan yang ketat. Metode pengantar ke depan bisa saling kontak dengan tim abdimas untuk problem pelatihan pembinaan prestasi maupun tanya jawab secara daring mapun luring dengan tim abdimas kami. Pengetahuan siswa dan warga sekolah ditakar melalui kuesioner tentang penerapan olahraga bola voli di masa pandemi. Dilakukan retest dan post



test jelang sepanjang pengetahuan siswa dan warga sekolah tentang praktik olahraga bola voli di masa pandemic covid- 19

Diagram:



Gambar 1. Diagram

HASIL

Kegiatan pelatihan ekstrakurikuler bola voli dihadiri 20 siswa dan 2 guru pendamping. Selama ppkm kegiatan ekstrakurikuler bola voli sangat antusias sebab kegiatan tersebut sudah lama tak berjalan hampir 2 tahun lebih tidak ada kegiatan ekstrakurikuler dibidang olahraga. Kedisiplinan mengikuti kegiatan tersebut yaitu mulai kerapian pakaian saat mau berolahraga, perlengkapan ATK, serta saat memberikan praktik sebelum pretest dan posttest dalam olahraga bola voli. Materi ekstrakurikuler bola voli meliputi: servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas, cara pertahanan, serta blok dan smash.

Kegiatan ini dimulai dari pukul 14.00 sampai pukul 16.30 WIB, karena kegiatan ini oleh tim pengabdian diadakan sore hari mengingat kegiatan intrakurikuler dilaksanakan pagi hari pada pukul 07.00- 11.30 WIB. Dalam retest maupun posttest hasil pengalaman para siswa dan guru saat mengikuti ekstrakurikuler sebagai berikut

Contoh Tabel:

*Tabel. 1 Retest dan Posttest Statistics*

Pretest	Posttest
50	75
55	80
45	75
60	75
60	75
50	75
50	80
55	80
55	80
55	75
55	75
50	75
50	75
60	70
65	70
50	75
50	70
50	80
50	75
65	75



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

**DISKUSI**

Berisi deskripsi tentang diskusi hasil pengabdian masyarakat dari kami dan MTs. Nurul Huda Dau menghasilkan output pelatihan ekstrakurikuler bola voli bagaimana cara mempraktekan bola voli baik dari servis, passing atas dan passing bawah, serta cara pola permainan bertahan demi meningkatkan imun disaat musim pandemi di era Covid- 19. Diskusi ini juga disarankan oleh bapak ibu guru dan tim pengabdian kalau bisa untuk peserta didik disarankan dibina untuk atlet yang berprestasi paling tidak untuk tingkat KKM atau gugus yang ada di Kecamatan Dau. Semoga kedepannya pelatihan ekstrakurikuler bola dapat dikembangkan oleh tim pengabdian kami tidak hanya cukup disini saja tetapi ditunggu pelatihan berikutnya.

KESIMPULAN

Dari hasil pengabdian maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan bola voli dalam bentuk ekstrakurikuler di MTs. Nurul Huda Dau sangatlah efektif, mengingat aktifnya peserta didik dan bapak ibu guru ikutserta dalam kegiatan pengabdian yang dibuat oleh tim. Senangnya berolahraga membuat warga sekolah MTs. Nurul Huda Dau bisa meningkatkan imun dimasa pandemi

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami ucapkan kepada kepala P2M IKIP Budi Utomo Malang, serta teman- teman pengabdian untuk berjalannya kegiatan ini yang sangat lancar tanpa hambatan apapun. Semoga kedepan jauh lebih baik untuk tim pengabdian

DAFTAR REFERENSI

- [1] Barbara L dan Bonnie Jill. (2004). Bola Voli Tingkat Pemula. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- [2] I Nyoman Sudarmada & I Made Wijaya. (2015). Biomekanika Olahraga. Yogyakarta. Graha Ilmu.