

**Perbedaan Pengaruh Latihan Berpasangan Sentuh Bola
Satu Kali dan Berpasangan Sentuhan Bola Dua Kali
Terhadap Kemampuan Passing Atas Bola Voli**

Ahmad Junaidi¹⁾, Yuskhil Mushofi²⁾

¹⁾ Ahmad Junaidi (PJKR, FPIEK, IKIP Budi Utomo Malang)

junaahmad67@gmail.com

²⁾ Yuskhil Mushofi (PJKR, FPIEK, IKIP Budi Utomo Malang)

yuskhilgalbina@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan pengaruh latihan sentuhan bola satu kali dan dua kali terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada ekstrakurikuler di SMP Negeri 11 Malang. Metode yang digunakan ialah eksperimen dengan menggunakan rancangan penelitian *matching by subjek design*. Untuk menyeimbangkan kedua kelompok menggunakan subjek *matching ordinal pairing*. jumlah subjek yang diteliti adalah 24 siswa. Dari hasil penelitian kelompok kontrol / kelompok yang dilatih sentuhan bola satu kali diperoleh data sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung } 10,713 > t\text{-tabel } 2,201$ dengan taraf signifikansi 5% pada $db = 11$, sedangkan pada kelompok eksperimen / kelompok yang dilatih sentuhan bola dua kali diperoleh data sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung } 4,799 > t\text{-tabel } 2,201$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 11$. Perbedaan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen yang telah dilakukan pengujiannya hasilnya sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung } 5,36 > t\text{-tabel } 2,074$ pada taraf signifikan 5% pada $db = 22$. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan sentuhan bola satu kali dan sentuhan bola dua kali. Sehingga bagi para pelatih atau guru PJOK disarankan menggunakan latihan berpasangan sentuhan bola satu kali untuk memantapkan kemampuan *passing* atas.

Kata kunci: sentuhan bola satu kali, sentuhan bola dua kali, kemampuan *passing* atas.

Abstract

The objective of this study was to find out whether there was a difference in the effect of one-touch and two-touch passing training on volleyball overhead pass skill in extracurricular activity at SMPN 11 Malang. The method used was experiment by using matching by subject design. To balance the two groups it was used matching ordinal pairing subject. The number of subjects studied was 24 students. The results of the study showed that the control group trained by one-touch passing obtained the following data: $t\text{-count was } 10.713 > t\text{-table } 2.201$ with a significance level of 5% at $db = 11$, while in the experimental group trained by two-touch passing obtained the following data: $t\text{ count } 4.799 > t\text{-table } 2.201$ with a significance level of 5% at $db = 11$. The difference between the control group and experimental group which had been tested resulted the following data: $t\text{-count was } 5.36 > t\text{-table } 2.074$ at a significant level of 5% at $db = 22$. It can be concluded that there is a significant difference in influence between one-touch and two-touch passing training. Therefore, trainers or sport teachers are suggested to use in-pair training by using one-touch passing to strengthen the overhead pass skill.

Keywords: one-touch passing, two-touch passing, overhead pass skill.

History Artikel

Naskah diterima tanggal 07 Agustus 2018

Naskah disetujui tanggal 04 Februari 2019

PENDAHULUAN

Pada tanggal 22 Januari 1955 lahirlah organisasi yang mewadahi permainan bolavoli yang dinamakan Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI) (Toho Cholik dkk, 2013:9.).

Permainan bola voli adalah memainkan bola dengan cara dipukul dengan 1 atau 2 tangan secara bersama-sama untuk mencegah bola jatuh di daerah sendiri. (Asmuri, 2013:3)

Menurut Nuril Ahmadi, (2007:19),“ permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang, diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik lanjutan untuk dapat bermain bolavoli secara efektif. Teknik dasar tersebut meliputi servis, *passing*, smash dan block.

Untuk mengembangkan kemampuan tersebut, setiap pemain berhak Untuk meningkatkan kemampuannya dalam penguasaan teknik dalam suatu cabang olahraga bola voli termasuk yang perlu dikembangkan adalah *passing*. Teknik *passing* merupakan teknik yang paling dasar dari sekian teknik dasar yang ada, oleh karena itu *passing* merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan permainan bola voli.

Menurut Iskandar, (2015: 2)“Teknik *passing* ada dua yaitu : *passing* atas dan *passing* bawah”. Keduanya memiliki tingkat kesulitan yang tidak sama. *Passing* atas relatif lebih sulit dibanding *passing* bawah.

Passing atas adalah suatu usaha untuk gerakan dasar dalam permainan bola voli yang digunakan oleh seorang pemain dalam mengumpan kepada temannya untuk bisa

memberikan peluang serangan. Dikutip dari M. Rizal Ishak(2013:4).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 Malang yang diikuti oleh 24 peserta hampir seluruh peserta kesulitan dalam melakukan *passing* atas. Dibuktikan dengan tes awal 24 peserta yang bisa melakukan *passing* bawah itu ialah 22 peserta, sedangkan untuk tes *passing* atas hanya 9 peserta yang bisa melakukan *passing* atas itupun masih kesulitan dalam melakukan *passing* atas tersebut.

Untuk menjawab permasalahan di atas yaitu dengan Latihan Berpasangan Sentuhan Bola Satu Kali dan Berpasangan Sentuhan Bola Dua Kali.

Berdasarkan uraian diatas bahwa ada dua metode latihan *passing* atas yaitu Latihan Berpasangan Sentuhan Bola Satu Kali dan Latihan Berpasangan Sentuhan Bola Dua Kali, maka muncul masalah yang dapat dirumuskan sebagai berikut:

Latihan berpasangan sentuhan bola satu kali dan latihan berpasangan sentuhan bola dua kali dilakukan untuk memperbaiki teknik dasar *passing* atas?

Sedangkan tujuan dalam penelitian ini ialah:

Untuk mengetahui pengaruh latihan *passing* atas berpasangan sentuhan bola satu kali dan latihan *passing* atas berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli serta untuk mengetahui manakah yang lebih baik

berpengaruhnya antara kedua model latihan tersebut?

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, yaitu suatu metode yang menggunakan gejala yang dinamakan latihan atau perlakuan yang berbeda antara dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebagai pembandingnya sehingga setelah diadakan latihan atau perlakuan akan terlihat pengaruhnya dari latihan tersebut.

Untuk menyelesaikan penelitian ini penulis menggunakan Matched by Subject design atau disingkat pola M-S. Dalam pola M-S

Dalam penelitian ini populasi diambil dari seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 24 peserta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan cara total sampling yaitu mengikutsertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel. Dengan demikian penelitian ini adalah penelitian populasi.

Suharsimi Arikunto, (2006:160) berpendapat bahwa instrumen penelitian itu sebagai berikut: instrumen Penelitian 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.

Latihan yang digunakan dalam penelitian ini adalah latihan passing atas berpasangan sentuhan bola satu kali dan berpasangan

sentuhan bola dua kali. Tes keterampilan bermain bola voli yang digunakan dari *American Association For Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPER)* (Sugiyono 1996:184).

Adapun ketentuan tes dan pelaksanaan memvoli (Volleying) dalam *American Association For Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD)* dari AAPHER (Imam Sugiyono, 1996:187)

Teknik pengumpulan data merupakan faktor yang sangat penting sebelum dimulai dengan pengambilan data, ada beberapa langkah yang harus ditempuh supaya tidak terjadi kesalahan dalam penelitian. Jadi dalam penelitian ini terlebih dahulu diadakan tes awal sebagai dasar untuk menyusun kelompok control dan kelompok eksperimen. Hasil tes awal kemudian dirangking dan dipasangkan dengan berpedoman rumus A, B, B, A sehingga kelompok-kelompok tersebut menjadi seimbang menjadi kelompok *control* dan kelompok eksperimen yang masing-masing berjumlah 12 orang.

Selanjutnya kelompok *control* dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola satu kali dan kelompok eksperimen dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola dua kali sebanyak 12 kali latihan. Setelah menjalankan latihan sebanyak 12 kali kemudian diadakan tes akhir (post-tes) *passing* atas untuk selanjutnya hasilnya diolah menggunakan *statistic*.

Data yang terkumpul masih berupa data mentah (*row score*) yang belum di olah, oleh karena itu di adakan pengolahan dan penganalisaan data. Data-data yang ada terdiri dari 2 kelompok data, dan tiap kelompok data terdiri dari satu item tes yang sama (*passing* atas bola voli), kemudian kedua kelompok data tersebut dalam penelitian ini dibandingkan. Membandingkan data merupakan prosedur dengan data terakhir (*post test*) untuk mengetahui perbedaan dan tes awal (*pre test*) dengan perhitungan statistik.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan antara pengaruh latihan berpasangan sentuhan bola satu kali dan berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 Malang, maka hipotesis yang digunakan adalah hipotesis nol (H_0).

Hipotesis tersebut ada kemungkinan ditolak dan ada kemungkinan diterima. Hal ini tergantung dari perhitungan, nanti akan di pergunakan *t-test* atau uji-t. apabila ternyata hasil perhitungan *t-test* lebih kecil dari *t-tabel* dengan taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan atau $db = N-1$, maka hipotesis alternatif (H_a) ini di tolak. Sebaliknya jika hasil perhitungan *t-test* lebih besar dari *t-tabel* dengan taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan atau $db = N-1$, maka hipotesis alternatif (H_a) di terima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sentuhan bola satu kali dan dua kali

Va	Pre	Post	t-hit	t-tab	Sig
X ₁	1450	1512	10,713	2,201	Signifikan
X ₂	1424	1447	4,799	2,201	Signifikan

Ket :

X₁ = Kelompok *control*

X₂ = Kelompok eksperimen

2. Perbedaan Sentuhan bola satu kali dan dua kali

t-hitung	t-tabel	Signifikan
5,36	2,074	Signifikan

Penjelasan:

bahwa $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan sentuhan bola satu kali dan sentuhan bola dua kali.

Penyajian data merupakan langkah akhir yang berguna untuk mengetahui nilai masing-masing sampel yang telah dilatih. Hasil perhitungan ini juga berfungsi untuk menarik kesimpulan dari hasil penelitian dengan judul, perbedaan antara pengaruh latihan berpasangan sentuhan bola satu kali dan berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli pada peserta ekstrakurikuler di SMP Negeri 11 Malang.

1. Hasil perhitungan data yang diperoleh dari data pre test dan post test pada kelompok kontrol / kelompok yang dilatih berpasangan sentuhan bola satu kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola di SMP Negeri 11 Malang dapat disusun sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung} > t\text{-tabel} = 10,713 > 2,201$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 11$. Dengan demikian hipotesa yang berbunyi ada kontribusi hasil latihan *passing* atas berpasangan sentuhan bola langsung terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 Malang dapat diterima kebenarannya.

2. Sedangkan pada kelompok eksperimen / kelompok yang dilatih berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 diperoleh data sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung} > t\text{-tabel} = 4,799 > 2,201$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 11$.

Dengan demikian hipotesa yang berbunyi ada kontribusi hasil latihan *passing* atas berpasangan sentuhan bola tidak langsung terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 dapat diterima kebenarannya.

3. Untuk mengetahui Perbedaan antara kelompok kontrol / kelompok yang dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola satu kali dengan kelompok eksperimen / kelompok yang dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 yang telah dilakukan pengujian.

Hasilnya sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung} > t\text{-tabel} = 5,36 > 2,074$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 22$. Dengan demikian dapat diterima hipotesa yang berbunyi ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan berpasangan sentuhan bola satu kali dengan latihan berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 dapat diterima kebenarannya.

Pembahasan dari hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan pengaruh antara kelompok kontrol / kelompok yang dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola satu kali dengan kelompok eksperimen / kelompok yang dilatih *passing* atas berpasangan sentuhan bola dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 Malang. Hal ini dibuktikan dari hasil post test kedua kelompok (kelompok kontrol dan kelompok eksperimen) yaitu, bahwa $t\text{-hitung} > t\text{-tabel} = 5,36 > 2,074$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 22$. Berarti ada perbedaan antara pengaruh latihan berpasangan sentuhan bola satu kali dengan dua kali terhadap kemampuan *passing* atas pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 11 Malang.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian kelompok kontrol/ kelompok yang dilatih sentuhan bola satu kali diperoleh data sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung} 10,713 > t\text{-tabel} 2,201$ dengan taraf signifikansi 5% pada $db = 11$, sedangkan pada kelompok

eksperimen / kelompok yang dilatih sentuhan bola dua kali diperoleh data sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung } 4,799 > t\text{-tabel } 2,201$ dengan taraf signifikan 5% pada $db = 11$. perbedaan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen yang telah dilakukan pengujiannya hasilnya sebagai berikut, bahwa $t\text{-hitung } 5,36 > t\text{-tabel } 2,074$ pada taraf signifikan 5% pada $db = 22$. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan sentuhan bola satu kali dan sentuhan bola dua kali. Sehingga bagi para pelatih atau guru PJOK disarankan menggunakan latihan berpasangan sentuhan bola satu kali untuk memantapkan kemampuan *passing atas*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Asmuri. 2013. Pembelajaran *passing atas* dengan bola karet pada siswa SDN 11 Tanjung Buluh Kabupaten Sambas
- Cholik, Toho. 2013. *Konsep Teknik Strategi dan Modifikasi*. Surabaya: Graha Pustaka Media Utama.
- Iskandar. 2015. Peningkatan ketrampilan *passing atas* dalam permainan bola voli melalui metode bermain siswa kelas VIII SMP Negeri 3 sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya
- Rizal Ishak, Mohamad. 2013. Meningkatkan kemampuan *passing atas* pada permainan bola voli dengan metode pembelajaran demonstrasi siswa kelas XI SMK 1 Sumawa
- Sugiyono, Imam. 1996. *Sejarah, Teknik, Strategi dan Metode Permainan Bola Voli*. Proyek IKIP Malang: Departemen pendidikan dan Kebudayaan