

Pengaruh Modifikasi Bola Plastik Dan Bola Gabus Untuk Meningkatkan Ketrampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 1 Mranggen

Azka Melati¹, Galih Dwi Pradipta

Email: askamelati11@gmail.com, pradiptadwigalih@gmail.com

Universitas PGRI Semarang

Abstract

Research is motivated by many students who have not been able to do volleyball underpasses in online learning, therefore it is necessary to modify learning at SMP N 1 Mranggen. The research method used was a quantitative research method with a quasi-experimental research model with a two group pretest-posttest design. The samples of this research were students of class VII A and B of SMP N 1 Mranggen using a purposive sampling technique. The data analysis method used paired sample-t test with a significant level of 5%. The results of the research from 32 students of class VII A and 32 students of class VII B it is known that there is an increase in learning outcomes of underpassing through the application of modifications the increase in plastic balls is 15.5%, while in cork balls it is 8.2%.

Keywords: Plastic Ball, Cork Ball, Bottom Passing Skill

Abstrak

Penelitian dilatar belakangi oleh banyak nya siswa yang belum bisa melakukan passing bawah bola voli dalam pembelajaran daring, Oleh kerena itu perlu adanya modifikasi pembelajaran di SMP N 1 Mranggen. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adakah pengaruh bola plastik dan bola gabus dalam melakukan passing bawah bola voli siswa kelas VII SMP N 1 Mranggen 2021. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif dengan jenis model penelitian quasi eskperimen dengan desain two group pretest-posstest. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas VII A dan B SMP N 1 Mranggen menggunakan teknik sample purposive sampling. Metode analisis data menggunakan uji paired sample-t dengan taraf signifikan 5%. Hasil penelitian dari 32 siswa kelas VII A dan 32 siswa kelas VII B diketahui bahwa adanya peningkatan hasil belajar passing bawah melalui penerapan modifikasi kenaikan pada bola plastik sendiri sebesar 15,5%, sedangkan pada bola gabus sebesar 8,2%.

Kata kunci: Bola Plastik, Bola Gabus, Ketrampilan Passing Bawah

PENDAHULUAN

Menurut Widijoto (dalam Hasan, Winarto, dan Tomi, 2011:3) menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah aktifitas psikomotor yang dilaksanakan atas dasar pengetahuan (kognitif) dan pada saat melaksanakannya akan terjadi perilaku pribadi yang terkait dengan sikap atau afektif (seperti kedisiplinan, kejujuran, percaya diri, ketangguhan) serta perilaku sosial seperti (seperti kerja sama, saling menolong). Metode ini sebagai upaya optimis dalam pendekatan untuk membantu siswa mempelajari dan mengembangkan pengetahuan tentang bola voli secara procedural dan terstruktur dengan baik.

Menurut Rohendi (2018: 14) Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tiap tim terdiri dari 6 pemain di lapangan, dibatasi dengan net, tiap tim memiliki 3 kali sentuhan untuk mengembalikan bola yang sama pada tim lawan, pertandingan dapat dimainkan selama 5 set yang berarti pertandingan dapat berlangsung sekitar 90 menit, dimana seorang pemain dapat melakukan 250-300 aksi yang didominasi oleh kekuatan otot kaki yang eksplosif.

Menurut Supandi (dalam Muhammad Faizal dan Setyo Hartoto, 2015:350) modifikasi yaitu pengganti atau pengurangan unsur-unsur tertentu. Menurut Faizal (2015) dalam Manan (2017). Manfaat dari modifikasi bola plastik untuk kegiatan belajar mengajar yaitu dapat menyampaikan pembelajaran mengenai cabang olahraga bola voli, memberikan semangat bahwasanya belajar dapat dilakukan dengan cara apapun kondisinya. Dengan menggunakan modifikasi bola plastik maka peserta didik tidak perlu takut saat melakukan passing bawah karena bola ringan dan cocok sebagai pemula.

Bola gabus merupakan salah satu alat yang bisa digunakan dalam permainan bola voli sebagai pengganti bola voli sesungguhnya. Bola gabus yang kulit luarnya lunak karena terbuat dari bahan gabus akan membuat siswa lebih berani lagi ketika siswa bersentuhan langsung dengan bola tersebut sesuai dengan karakteristik siswa yang baru mengenal bola voli (Yanuarta, 2014:164)

Passing bawah merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli, bahkan passing bawah merupakan teknik yang sangat penting terutama untuk menahan serangan dari lawan, pada bola-bola smash yang sangat keras (Sukirno dan Waluyo, 2012:25).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah jenis metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian mengolah data yang telah didapat dengan menggunakan statistic. Metode dalam penelitian ini menggunakan bentuk Quasi Eksperimental Design dengan desain Two Group Pretest-Posstest. Dalam model ini diberi tes awal (pretest) terlebih dahulu kemudian setelah diberi perlakuan dilakukan pengukuran tes akhir (posstest) lagi untuk mengetahui akibat dari perlakuan itu, sehingga besarnya efek dari eksperimen dapat diketahui dengan pasti. (Sugiyono, 2015:116).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1
Descriptive Stasistic

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>		<i>Std. Deviation</i>	<i>Variance</i>
	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>
<i>Pretest</i>	32	58.00	91.00	69.3750	1.50788	8.52983	72.758
<i>Posttest</i>	32	66.00	100.00	80.1250	1.50185	8.49573	72.177
<i>Valid N (listwise)</i>	32						

Dari tabel diatas terlihat bahwa rata-rata pretest meningkatkan ketrampilan kelas eksperimen yaitu 69,37 dengan nilai terendah 58 dan nilai tertinggi 91, dengan Std. Deviantion sebesar 8,52. Hasil sesudah diberikan treatment modifikasi bola plastik nilai rata-rata posstest 80,12 dengan nilai terendah 66, dan nilai tertinggi 100, dengan Std.Deviation sebesar 8,49

Tabel 2
Descriptive Statistics

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>		<i>Std. Deviation</i>	<i>Variance</i>
				<i>Statistic</i>	<i>Std. Error</i>		
<i>Pretest</i>	32	58.00	91.00	69.4688	1.34778	7.62417	58.128
<i>Posttest</i>	32	62.00	91.00	75.1875	1.29549	7.32841	53.706
<i>Valid N (listwise)</i>	32						

Pada kelas kontrol diperoleh rata-rata pretest modifikasi bola gabus yaitu 69,47 dengan nilai terendah 58 dan nilai tertinggi nya 91, dengan Std.Deviation sebesar 7,62. Hasil sesudah diberikan treatment modifikasi bola gabus nilai rata-rata posstest 75,19 dengan nilai terendah 62 dan nilai tertinggi nya 91, dengan Std.Deviation sebesar 7,33

Uji Normalitas

Tabel 3
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	pre_plastik	post_plastik	pre_gabus	post_gabus
<i>N</i>	32	32	32	32
<i>Mean</i>	69.3750	80.1250	69.4688	75.1875
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>				
<i>Std. Deviation</i>	8.52983	8.49573	7.62417	7.32841
<i>Absolute</i>	.189	.196	.201	.229
<i>Most Extreme Differences</i>				
<i>Positive</i>	.189	.196	.201	.229
<i>Negative</i>	-.127	-.164	-.168	-.177
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	1.069	1.106	1.139	1.295
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.203	.173	.149	.070

a. Test distributor is Normal.

b. Calculated from data

Dari tabel diatas diketahui bahwa nilai sig pada pretest kelas eksperimen dengan bola plastik sebesar 0,203 dengan posstest 0,173 sedangkan kelas kontrol pada bola gabus pretest sebesar 0,149 dengan posstest 0,070 yang dihasilkan pada data ketrampilan passing siswa pada pretest dan posttest baik pada kelas dengan menggunakan bola plastik maupun kelas yang menggunakan bola gabus memiliki nilai sig 0,05 dengan itu H_0 berdistribusi.

Tabel 4

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	.386	1	62	.537
Posttest	2.180	1	62	.145

Dari tabel diatas diketahui bahwa nilai sig yang dihasilkan pada ketrampilan passing siswa sebesar 0,537 dan data posttest sebesar 0,145. Karena 0,537 dan 0,145 > 0,05 maka H_0 diterima yang berarti bahwa varian data homogeny

Uji Pengaruh

Tabel 5

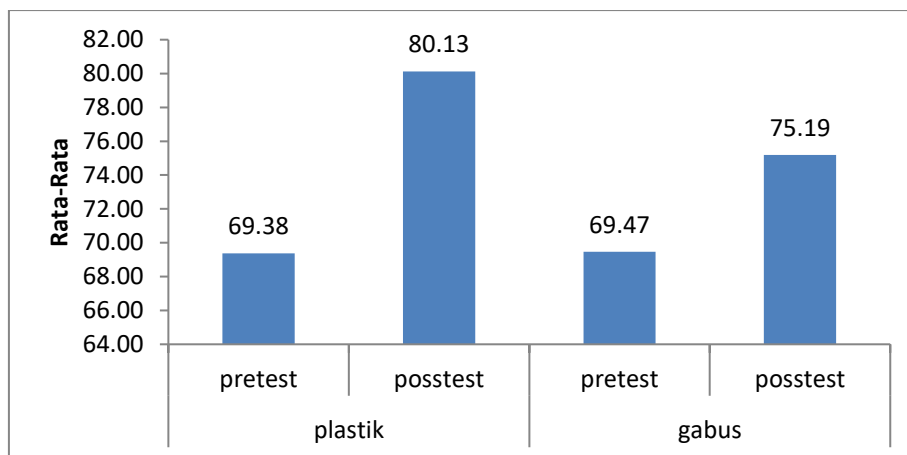
Paired Samples Test

	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pre_plastik post_plastik	-10.75000	5.51245	.97447	-12.73745	-8.76255	-11.032	31	.000
Pair 2 pre_gabus post_gabus	-5.71875	5.92553	1.04750	-7.85513	-3.58237	-5.459	31	.000

Berdasarkan uji perbedaan dengan SPSS 20 menggunakan Paired sample test dengan taraf nyata 0,05 pada Tabel diatas diperoleh bahwa nilai signifikan sikelas yang menggunakan bola plastik maupun yang menggunakan bola gabus adalah 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan passing siswa sebelum dan sesudah

menggunakan bola plastik maupun bola gabus, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan bola plastik dan bola gabus terhadap keterampilan passing bawah. Untuk lebih mengetahui rata-rata peningkatan keterampilan passing siswa sebelum dan sesudah, disajikan grafik rata-rata keterampilan pada Gambar berikut

Grafik Rata-Rata Keterampilan Passing Bawah



Berdasarkan gambar dari nilai rata-rata kelas bola plastik pada tahap pretest 69,38 dan pada tahap posttest mendapatkan 80,13, sedangkan untuk nilai rata-rata kelas bola gabus pada tahap pretest 69,47 dan pada tahap posttest mendapatkan 75,19. Hasil tersebut adanya peningkatan nilai pada siswa saat pembelajaran passing bawah. Hal ini dilihat bahwa sebelumnya pada tahap pretest masih banyak siswa yang belum tuntas, sedangkan tahap posttest setelah pemberian treatment banyak siswa yang sudah tuntas mencapai KKM yakni 75.

Tabel 6 Peningkatan

Kelas	Pretest	Posttest	Selisih	Peningkatan
Bola Plastik	69,38	80,13	10,75	15,5%
Bola Gabus	69,47	75,19	5,72	8,2%

Rata-rata keterampilan passing bawah siswa yang menggunakan bola plastik adalah 80 dan siswa yang menggunakan bola gabus adalah 75, dan peningkatan pada bola plastik 15,5%

sedangkan dari bola gabus 8,2% jadi dapat disimpulkan keterampilan passing bawah siswa dengan menggunakan bola plastik lebih baik dibandingkan siswa yang menggunakan bola gabus, sehingga penggunaan bola plastik lebih efektif meningkatkan keterampilan passing bawah siswa dibandingkan bola gabus

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan nilai Sig (2-tailed) sebesar $0,015 < 0,05$ disimpulkan H_a dapat diterima, artinya adanya pengaruh dari modifikasi bola terhadap ketrampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Mranggen. Rata-rata dari ketrampilan passing bawah siswa yang menggunakan bola plastik adalah 80 dan siswa yang menggunakan bola gabus adalah 75, dengan selisih peningkatan dari bola plastik 15,5% sedangkan bola gabus 8,2%, jadi dapat disimpulkan ketrampilan passing bawah siswa dengan menggunakan bola plastik lebih baik dibandingkan siswa yang menggunakan bola gabus, sehingga penggunaan bola plastik lebih efektif meningkatkan ketrampilan passing bawah dibandingkan bola gabus.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Ada pengaruh modifikasi bola plastik meningkatkan ketrampilan passing bawah siswa kelas VII A SMP Negeri 1 Mranggen Kabupaten Demak. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil pretest dan posttest siswa. Pada pretest presentase hasil passing bawah siswa bola plastik dengan rata-rata nilai 69,3 berupa data siswa yang tuntas 12 siswa, sedangkan yang tidak tuntas 20 siswa. Sedangkan posttest presentase hasil passing bawah siswa meningkat 15,5% dengan rata-rata nilai 80,1 berupa data siswa yang tuntas 29 siswa sedangkan tidak tuntas ada 6 siswa.

2. Ada pengaruh modifikasi bola gabus meningkatkan ketrampilan passing bawah siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Mranggen Kabupaten Demak. Hal ini dapat di buktikan dengan hasil pretest presentse dan posttest siwa. Pada pretest hasil passing bawah siswa bola gabus dengan rata-rata 69.4 berupa data siswa yang tuntas 12 siswa, sedangkan yang tidak tuntas 20 siswa. Sedangkan posttest presentase hasil passing bawah siswa meningkat 8,2% dengan rata-rata nilai 75.2 berupa data siswa yang tuntas 22 siswa sedangkan tidak tuntas ada 10 siswa

3. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan pembelajaran menggunakan modifikasi bola plastik lebih efektif dibandingkan pembelajaran yang menggunakan modifikasi bola gabus. Hal tersebut dibuktikan bahwa sama-sama

DAFTAR PUSTAKA

Anandita. (2010). *Mengenal Olahraga Voli*. Bogor: Quadra

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

Bahagia, suherman, MA, 2000. *Prinsip-prinsip pengembangan dan Modifikasi cabang olahraga*.

Jakarta: Departemen pendidikan dan kebudayaan direktorat jenderal pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran guru SLTP Setara D-III

BSNP. (2007). *Peraturan Materi Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2007 Tentang Standar Penilaian Penilaian*. Jakarta: Depdiknas

Manan, A & Bachtiar. (2017). *Penggunaan Media Modifikasi Bola Plastik Untuk Meningkatkan Hasil belajar Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli*. Seminar Nasional Pendidikan. ISBN.978-602-50088-0-1

Rohendi, Aep dan Suwandar, Etor. (2018). *Metode Latihan Dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Bandung: Alfabeta

Sugiyono (2015). *Statika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta

Sukirno dan Waluyo, (2012). *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang Universitas Sriwijaya

Wiarso G. (2015). *Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Penjas* Yogyakarta:laksitas

Widodo. (2017). *Metologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers

Winarno, dkk. (2013). *Teknik Dasar Bermain Bola Voli*. Malang: Universitas Negeri Malang