



Jurnal Bola

(Bersama Olahraga Laju Asia)
Research and Learning Physical Education



ISSN: 2655-1349 (print)
ISSN: 2655-1357(online)

Halaman 34 - 42
Volume 3 Nomor 1 Tahun 2020

PENGARUH PENGGUNAAN BOLA PLASTIK TERHADAP KEMAMPUAN BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS IV DI SDN 001 SALO

Irfan Dani¹, Iska Noviaridila², Zuhendri³

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, ²Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, ³Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

e-mail: irfandani199@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh salah satu teknik dasar permainan bola voli yang sangat penting adalah teknik dasar *passing*. Teknik *passing* ini ada dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* bawah merupakan kunci dasar pertahanan dalam permainan dalam permainan bola voli. Salah satu pembelajaran *passing* yaitu dengan menggunakan dinding sebagai media langsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan bola plastik terhadap kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli pada siswa Kelas IV di SDN 001 Salo. Jenis penelitian ini adalah eksperimen, design penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV di SDN 001 Salo yang berjumlah sebanyak 22 orang, adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total *sampling*. Hasil penelitian ini didapatkan rerata kemampuan *passing* bawah bola voli sebelum pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 62,73 dengan standar deviasi 1,804, sedangkan rerata kemampuan *passing* bawah bola voli sesudah pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 80,45 dengan dengan standar deviasi 1,463. Rerata perbedaan kemampuan *passing* bawah bola voli sebelum dan sesudah pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 17,73 dengan nilai *p value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya latihan dengan bola plastik berpengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli di SDN 001 Salo.

Kata Kunci : *Passing* Bawah, Media Bola Plastik

ABSTRACT

This research is motivated by one of the basic techniques of volleyball which is very important is the basic technique of passing. There are two *passing* techniques, namely down passing and top *passing*. *Passing* down is the basic key to defense in the game in volleyball. One of the *passing* lessons is by using the wall as a direct medium. This study aims to determine the effect of the use of plastic balls on the ability to pass down in volleyball games in Grade IV students at SDN 001 Salo. This type of research is experimental, the design of this study uses a quasi-experimental design with one group pretest-posttest. The population in this study were all fourth grade students at SDN 001 Salo totaling 22 people, while the sampling technique used total sampling technique. The results of this study showed that the average lower passing ability of volleyball before giving training with plastic balls was 62.73 with a standard deviation of 1.804, while the average under-*passing* ability of volleyball after training with plastic balls was 80.45 with a standard deviation of 1.463. The average difference in the ability to pass down volleyball before and after giving training with a plastic ball is 17.73 with a p value of 0.000 ($\rho < 0.05$), meaning that exercise with a plastic ball affects the ability to pass down in volleyball at SDN 001 Salo. . It is expected that respondents will be able to practice passing down regularly and diligently in order to master the basic techniques of passing down in volleyball games.

Keywords: Bottom *Passing*, Plastic Ball Media

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani (PENJAS) mengandung makna pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental, dan emosional siswa (Alviana, 2015). Pendidikan jasmani sering disamakan dengan setiap usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (*body building*), kesegaran jasmani (*physical fitness*), kegiatan fisik (*physical activities*), dan pengembangan keterampilan (*skill development*) (Suwarno, 2015). Kegiatan ini dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi (Alviana, 2015). Melalui pembelajaran Pendidikan jasmani peserta didik akan memperoleh pengalaman yang erat kaitannya dengan pembentukan kepribadian yang positif. Olahraga permainan yang dilakukan dalam proses pendidikan jasmani salah satunya adalah permainan bola voli (Marta, 2018).

Bola voli merupakan salah satu permainan yang dipelajari di sekolah serta menjadi salah satu olahraga yang digemari masyarakat umum baik pedesaan maupun di perkotaan (Manan, 2017). Hal ini dapat dibuktikan dengan banyak munculnya banyak klub bola voli di kota besar maupun di pedesaan (Triaiditya, 2019). Permainan bola voli juga mengandung nilai pendidikan karena permainan bola voli ini selalu diberikan dalam pendidikan jasmani dan olah raga berdasarkan kurikulum pendidikan. Bola voli mulai diberikan dari tingkat SD, SMP, SMA sampai tingkat pendidikan perguruan tinggi (Salimun, 2011). Dalam mengembangkan permainan bolavoli menuju prestasi yang optimal diperlukan usaha-usaha pembinaan dan pelatihan keterampilan dasar bermain bolavoli. Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar (Marta, 2018). Adapun teknik dasar dalam permainan bolavoli agar memainkan bola secara efisien dan efektif sesuai dengan peraturan - peraturan permainan yang berlaku yaitu teknik servis, passing, smash, dan block (Triaiditya, 2019).

Passing merupakan salah satu cara bagi pemain untuk menyajikan bola kepada teman satu regu. *Passing* dibedakan menjadi dua yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. Teknik *passing* bawah merupakan salah satu pola gerakan yang dirangkaikan secara baik dan harmonis agar *passing* bawah yang dilakukan menjadi lebih baik dan sempurna (Marta, 2018). *Passing* bawah merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli. *Passing* bawah biasanya digunakan sebagai langkah awal dalam menyusun serangan terhadap tim lawan dengan cara mengoper kepada rekan satu tim. Selain itu *passing* bawah sering juga digunakan sebagai dasar pertahanan ketika mendapatkan serangan dari tim lawan. Oleh karena itu pemain harus benar-benar menguasai teknik ini, karena besarnya peranan *passing* dalam sebuah permainan bola voli (Manan, 2017).

Pada kenyataannya masih banyak peserta didik Sekolah Dasar yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik *passing* bawah dengan benar. Kesulitan tersebut disebabkan karena yang digunakan bola voli standar sehingga siswa merasa bola yang digunakan berat dan sakit ditangan sehingga peserta didik menjadi kurang termotivasi untuk belajar *passing* bawah. Agar peserta didik senang belajar *passing* bawah, maka digunakan metode pembelajaran dengan modifikasi bola plastik. Penggunaan media bola plastik supaya peserta didik tidak merasakan berat dan sakit dalam belajar *passing* bawah. Pada dasarnya peserta didik Sekolah Dasar suka dengan bermain, karena dunia peserta didik Sekolah Dasar adalah dunia bermain. Modifikasi bola plastik diharapkan peserta didik akan lebih termotivasi dalam proses pembelajaran *passing* bawah karena bola plastik merupakan bola yang cukup ringan dan terasa lebih lunak jika menyentuh lengan peserta didik (Supriyono, 2013).

Modifikasi bola plastik merupakan bola yang terbuat dari bahan plastik sebagai lapisan luar. Bola plastik merupakan bola yang cukup menarik bagi peserta didik karena bentuknya yang warna – warni. Bola plastik memungkinkan untuk digunakan belajar *passing* bawah peserta didik sekolah dasar karena dapat berfungsi sebagai pelindung rasa sakit. Bola plastik ini berdiameter 65,5 cm dan berat 100 gram. Dengan ukuran berat yang cukup ringan ini sangat sesuai digunakan pada peserta didik Sekolah Dasar yang sebagian peserta didik masih belum kuat otot lengannya (Alviana, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wijatmiko (2012) menunjukkan hasil belajar *passing* bawah meningkat setelah dilakukan tindakan yang berupa pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan bola plastik.

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan pada tanggal 10 Maret 2021 di Sekolah Dasar Negeri 001 Salo terhadap kemampuan peserta didik dalam permainan bola voli didapatkan khususnya *passing* bawah, didapatkan 11 orang peserta didik tidak mampu melakukan *passing* bawah, 4 orang peserta didik tidak mau melakukan *passing* bawah karena peserta didik merasa sakit dengan bola yang digunakan, dan 5 orang peserta didik mampu melakukan *passing* bawah namun belum terarah. Ketidakmampuan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah disebabkan karena metode pembelajaran bola voli yang digunakan di SDN 001 Salo masih menggunakan bola voli yang standar PBVSI yang biasa digunakan pada permainan bola voli orang dewasa. Sehingga menyebabkan sebagian besar peserta didik tidak mau melakukan kegiatan latihan *passing* bawah karena mengeluhkan tangannya sakit pada saat latihan *passing* bawah. Akibatnya banyak peserta didik yang tidak termotivasi untuk melakukan praktek pembelajaran bola voli terutama *passing* bawah. Hal ini dibuktikan banyak peserta didik yang memilih duduk

dipinggir lapangan dan tidak mengikuti latihan *passing* bawah pada saat mata pelajaran penjas. Padahal sarana yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran bola voli dirasa lengkap, hal ini dibuktikan terdapatnya lapangan bola voli, net, yang sudah memadai untuk peserta didik.

Berdasarkan masalah tersebut makanya peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh penggunaan bola plastik terhadap kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli pada siswa kelas IV di SDN 001 Salo”.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen, dengan desain penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Rancangan ini juga tidak ada kelompok pembanding (kontrol), desain yang dilakukan dengan cara melakukan observasi sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan setelah dilakukan tindakan (Notoadmojo, 2010).

HASIL PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di SDN 001 Salo pada tanggal 01-15 Agustus 2021 dengan jumlah responden sebanyak 22 responden. Data yang diambil yaitu pengaruh penggunaan bola plastik terhadap kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli di SDN 001 Salo. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada analisis univariat dan bivariat berikut ini :

Analisa Univariat

Distribusi Frekuensi Kemampuan *Passing* Bawah Responden

Hasil analisis univariat pada variabel penelitian ini yaitu variabel kemampuan *passing* bawah. Peneliti membagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok *pre test* dan *post test*. Selengkapnya hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.1 dibawah ini :

Tabel 4.1 :
Distribusi Frekuensi Responden pada Kelompok *Pre Test* dengan media bola plastik Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa di SDN 001 Salo

No	Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	F	Persentase (%)
1.	Sangat Baik (100)	0	
2.	Baik (90)	2	9,1
3.	Cukup (80)	4	18,2
4.	Kurang (70)	6	27,3
5.	Kurang sekali (≤ 60)	10	45,4
Total		22	100

Sumber : Lembar Observasi

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa pada umumnya responden sebelum diberikan latihan dengan bola plastik memiliki kemampuan *passing* bawah kurang sekali pada permainan bola voli sebanyak 10 orang (45,4%).

Tabel 4.2 :
Distribusi Frekuensi Responden pada Kelompok *Post Test* dengan Bantuan Media Bola PLastik Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Siswa di SDN 001 Salo

No	Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	F	Persentase (%)
1.	Sangat Baik (<100)	2	9,1
2.	Baik (90)	9	40,9
3.	Cukup (80)	5	22,7
4.	Kurang (70)	2	9,1
5.	Kurang sekali (≤ 60)	4	18,2
Total		22	100

Sumber : Lembar Observasi

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa pada umumnya responden setelah diberikan latihan dengan media bola plastik memiliki kemampuan *passing* bawah baik pada permainan bola voli sebanyak 9 orang (40,9%).

Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Responden

Klasifikasi kemampuan *passing* bawah bola voli responden merupakan data numerik yang dianalisis menggunakan *central tendency* untuk mendapatkan nilai mean, median, standar deviasi, nilai minimal dan nilai maksimal yang peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :

Tabel 4.3 :
Distribusi kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Responden pada
Kelompok Sebelum dan Sesudah Pemberian Latihan Bola
Plastik di SDN 001 Salo

Variabel	Rata-rata	SD	95% CI	Min-maks
Kemampuan <i>passing</i> bawah Sebelum	62,73	1,804	19,57-21,96	30-90
Kemampuan <i>passing</i> bawah Sesudah	80,45	1,463	73,97-86,94	50-100

Sumber : Analisis Uji-t

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa rerata kemampuan *passing* bawah responden pada permainan bola voli sebelum diberikan latihan dengan bola plastik yaitu 62,73 dengan standar deviasi 1,804 dan rerata kemampuan *passing* bawah bola voli responden sesudah diberikan latihan dengan bola plastik meningkat yaitu 80,45 dengan standar deviasi 1,463. Dari estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rerata kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli sebelum pemberian latihan dengan bola plastik CI 95% (19,57–21,96) dan 95 % diyakini bahwa rerata kemampuan *passing* bawah bola voli sesudah pemberian latihan bola plastik CI 95% (73,97-86,94).

Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menganalisa perbedaan klasifikasi kemampuan *passing* bawah bola voli responden sebelum dan sesudah diberikan latihan dengan bola plastik, sebelumnya peneliti melakukan uji normalitas data untuk menentukan apakah data yang diuji berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Berdasarkan uji kenormalan data diketahui bahwa data tersebut berdistribusi normal, dibuktikan dengan 3 cara yaitu :

1. Dilihat dari grafik histogram dan *kurve* normal, bentuknya menyerupai *bel shape*, artinya data berdistribusi normal
2. Dilihat dari nilai *skewness* dan standar errornya didapatkan kemampuan *passing* bawah sebelum $0,342/0,491 = 0,7$ dan sesudah $0,889/0,491 = 1,8$, nilainya masih ≤ 2 , artinya data berdistribusi normal. Jadi dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga uji yang bisa digunakan pada penelitian ini adalah uji *Paired T-Test*.

Analisa ini menggunakan uji *Paired T-Test* untuk melihat pengaruh pemberian latihan dengan bola plastik terhadap kemampuan *passing* bawah

pada permainan bola voli di SDN 001 Salo seperti yang terlihat pada tabel 4.4 dibawah ini :

Tabel 4.4 :
Pengaruh Pemberian Latihan dengan Bola Plastik Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Pada Permainan Bola Voli di SDN 001 Salo

Variabel	Rata-rata	SD	95%CI	Selisi h Mean	P Value
Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Pre/sebelum	62,73	1,804	54,73-70,73	17,73	0,000
Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Post/sesudah	80,45	1,463	73,97-86,94		

Sumber : Hasil Uji T-Test

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat bahwa secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli sebelum dan sesudah pemberian latihan dengan bola plastik, dengan selisih mean kemampuan *passing* bawah bola voli sebesar 17,73 $p\ value = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya latihan dengan bantuan bola plastik berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli di SDN 001 Salo.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini yaitu :

1. Rerata kemampuan *passing* bawah bola voli sebelum pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 62,73 dengan standar deviasi 1,804.
2. Rerata kemampuan *passing* bawah bola voli sesudah pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 80,45 dengan dengan standar deviasi 1,463.
3. Rerata perbedaan kemampuan *passing* bawah bola voli sesbelum dan sesudah pemberian latihan dengan bola plastik yaitu 17,73 dengan nilai $p\ value 0,000$ ($p < 0,05$), artinya latihan dengan bola plastik berpengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli di SDN 001 Salo.

DAFTAR PUSTAKA

- Alviana E. (2015). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dan Servis Dalam Permainan Bolavoli Dengan Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 3 Mulyosari, Kecamatan Pagerwojo Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran 2015/2016. *Artikel Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri.*
- Manan A. (2017). Penggunaan Media Modifikasi Bola Plastik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bawah Dalam Bolavoli Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 3 Pabuaran 2017. *Seminar Nasional Pendidikan.*
- Marta. (2018). Peningkatan Passing Bawah Bola Voli dengan Media Bola Plastik di SDN 04 Setolo. *Artikel Ilmiah, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak.*
- Notoadmojo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Jakarta : Rineka Cipta.*
- Salimun (2011) Pengaruh Latihan Passing Bawah Dengan Bantuan Tembok Metode Langsung Dan Tidak Langsung Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Mini Siswa Putra Kelas V SDN Godo 03 Kecamatan Winong 2010/2011. *Skripsi Universitas Negeri Semarang.*
- Supriyono, Sydarso. (2013). Penerapan Modifikasi Bola Plastik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas IV A SDN Dupak V Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, volume (1), nomor (1).*
- Suwarno. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Voli Mini Dengan Bola Plastik SD Negeri Ketawang Grabag Purworejo. *Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Triaiditya BS, Setiabudi MA. (2019). Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berlapis Spons Terhadap Permainan Bolavoli Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan, volume (8), nomor (2).*
- Wijatmiko A. (2012). Upaya Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain Melempar Bola Plastik Pada Siswa Kelas V. *Jurnal Elementaria Edukasia, volume (1), nomor (2).*