

Ladipin¹
Orbit Irwansyah²

TINGKAT KEMAMPUAN BELAJAR DAN PEMBELAJARAN PENJAS DALAM PASSING BAWAH PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA VOLI DI MTSN LAWE SIGALA-GALA

Abstrak

Pendekatan survei digunakan dalam penelitian ini, dengan data dikumpulkan melalui Tes Brumbach Foream pass Wall Volley untuk mengukur kemampuan underpass bola voli. Peserta ekstrakurikuler bola voli di MTsN Lawe Sigala-gala dipilih sebagai subjek penelitian menggunakan Teknik total sampling berjumlah 20 peserta. Data kemudian dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 6 siswa atau 30% memiliki kategori "sangat baik", 12 siswa atau 60% memiliki kategori "baik", 1 siswa atau 5% memiliki kategori "cukup", dan 1 siswa memiliki kategori "kurang" dalam kemampuan passing bawah di MTsN Lawe Sigala-gala.

Kata Kunci: Tingkat Kemampuan, Pembelajaran, Passing Bawah

Abstract

A survey approach was used in this study, with data collected through the Brumbach Foream pass Test Wall Volley to measure volleyball underpass ability. Participants volleyball extracurricular participants at MTsN Lawe Sigala-gala were selected as research subjects using a total sampling technique of 20 participants. research using the total sampling technique totalling 20 participants. Data then analysed descriptively and presented in percentage form. The results showed that as many as 6 students or 30% had a category of "very good", 12 students or 60% have a "good" category, 1 student or 5% has the "fair" category, and 1 student has the category "less" in the ability to pass down at MTsN Lawe Sigala-gala.

Keywords: Ability Level, Learning, Lower Passing.

PENDAHULUAN

Kegiatan yang dilaksanakan pada saat waktu belajar di sekolah sesuai dengan program yang telah ditetapkan oleh sekolah berdasarkan kebutuhan dan kondisi terkini dikenal sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Seni, kepramukaan, dan atletik adalah beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang tersedia. Ekstrakurikuler olahraga adalah favorit banyak siswa di antara banyak kategori ekstrakurikuler karena meningkatkan kesehatan fisik siswa. Remaja dapat bergerak lebih dinamis dan meningkatkan kualitas perilaku fisik mereka dengan berpartisipasi dalam olahraga. Selain itu, kegiatan olahraga memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendapatkan pengetahuan mengenai olahraga. dan memperluas wawasan mereka dalam mencapai tujuan olahraga dan memperoleh keberhasilan dalam olahraga yang mereka minati. (Lestari, 2016) Satu-satunya olahraga yang paling terkenal dalam dunia ini ialah bola voli. Olahraga ini digunakan tidak hanya sebagai aktivitas fisik murni, tetapi juga sebagai sarana pengembangan karakter, kerjasama tim, dan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Di tingkat MTsN, satu-satunya kegiatan yang menjadi pilihan para peserta dan banyak yang berminat ialah bola voli. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sumantri et al. (2013), Mereka mengatakan bahwa bermain bola voli adalah olahraga yang sulit dan tidak semua orang bisa menguasainya. Menurut Baidawi dan Maidarman (2019), bola voli merupakan olahraga yang dapat dinikmati oleh berbagai kalangan, baik anak-anak, dewasa, baik pria maupun wanita. Futsal, Basket, Voli, Bulu Tangkis, Tari, Pramuka, PMR, Atletik, dan Silat adalah beberapa ekstrakurikuler yang

^{1,2}Afiliasi: Universitas Gunung Leuser, Aceh

email: ladipinipin60@gmail.com, orbitirwansyah188@gmail.com

aktif di MTsN Lawe Sigala-gala. Peneliti ingin memfokuskan pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli dan melakukan kajian tentang metode passing dasar siswa ketika bermain voli.

Fokus pada Penelitian ini menitikberatkan pada teknik dasar passing karena observasi awal menunjukkan bahwa pertahanan dan serangan bola voli kurang maksimal pada saat bermain bola voli di lapangan. Peneliti berpendapat bahwa dukungan teknik dasar passing memegang peranan penting dalam pola pertahanan dan serangan dalam permainan bola voli. Untuk menilai secara objektif jumlah kemampuan dasar bola voli pada siswa MTsN Lawe Sigala-gala dan memberikan data awal kepada pelatih untuk digunakan dalam menentukan tingkat kemampuan dasar siswa dalam memperagakan gerakan teknik dasar bola voli. Peneliti ingin membuktikannya secara ilmiah melalui penelitian yang diberi nama "Kemampuan Passing bawah Diantara Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di MTsN Lawe Sigala-gala". Dalam bola voli, teknik dasar seperti passing bawah memiliki peran penting dalam memulai serangan dan mempertahankan bola. Bola voli merupakan satu dari beberapa ekstrakurikuler di MTsN Lawe Sigala-gala. Namun, sejauh ini prestasi yang diharapkan belum maksimal.

Hal tersebut dapat dilihat karena ekstrakurikuler bola voli belum pernah menjuarai perlombaan. Untuk mendapatkan prestasi beberapa faktor yang mempengaruhi adalah kualitas fisik yang baik, kemampuan teknik dasar yang baik dan taktik yang dapat diterapkan didalam pertandingan. Sejauh ini pelatih tidak memiliki data terkait kemampuan teknik dasar dalam tim bola voli, sehingga pelatih tidak dapat mengevaluasi program latihan dengan baik. Teknik dasar permainan bola voli dari bawah merupakan teknik dasar terpenting dalam permainan bola voli. Peserta di luar lapangan harus menguasai teknik passing bawah dan melatih keterampilannya secara rutin. Sehingga, diperlukan analisis terhadap tingkat kompetensi teknik passing bawah dari para peserta ekstrakurikuler bola voli di MTsN Lawe Sigala-gala.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran bagi guru pendidikan jasmani, diharapkan dapat menjadi sumbangan dalam meningkatkan kemampuan belajar dan pembelajaran penjas dalam passing bawah peserta ekstrakurikuler bola voli juga bagi Pelatih Memberikan masukan tentang cara meningkatkan kemampuan belajar dan pembelajaran penjas dalam passing bawah peserta ekstrakurikuler bola voli dari segi pandang biomekanika.

METODE

Populasi penelitian ini mencakup seluruh peserta didik yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli, di MTsN Lawe Sigala-gala. 20 siswa dan siswi tersebut menjadi total jumlah siswa yang termasuk dalam populasi penelitian ini. Bagian dari populasi penelitian adalah sampel. Dalam penelitian ini, karakteristik sampel harus sama dengan populasi yang diteliti. Oleh karenanya jumlah populasi tidak lebih dari 100 peserta didik, total sampling menjadi teknik pengambilan sampel yang digunakan, pengambilan elemen dari populasi dijadikan sebagai sampel dari penelitian (Rofli, 2021:6). Masing-masing 10 siswa dan 10 siswi peserta ekstrakurikuler bola voli MTsN Lawe Sigala-gala menjadi sampel yang dipakai dalam penelitian ini.

Pendekatan deskriptif kuantitatif dipakai dalam penelitian ini yang berfokus pada bagaimana siswa ekstrakurikuler bola voli MTsN Lawe Sigala-gala melakukan teknik passing bawah. Tanpa pengujian teori atau hipotesis, metode deskriptif kuantitatif mencoba untuk memberikan penjelasan yang tepat tentang bagaimana siswa menerapkan teknik passing bawah dalam permainan bola voli. Observasi langsung terhadap siswa yang mengikuti latihan dan pertandingan bola voli akan digunakan untuk memperoleh data penelitian. Peneliti akan mendokumentasikan secara cermat bagaimana siswa melakukan teknik passing bawah, meliputi gerakan tubuh, postur yang dipilih, sinkronisasi tangan dan mata, serta hasil akhir dari penggunaan teknik tersebut.

Peneliti mungkin menggunakan teknik deskriptif kuantitatif untuk menghasilkan penjelasan yang obyektif dan terukur dari fenomena yang diamati. Temuan Penelitian ini akan menyajikan informasi yang terperinci mengenai tingkat atau taraf kompetensi siswa dalam ekstrakurikuler bola voli di MTsN Lawe Sigala-gala dengan metode passing bawah. Data ini akan membantu instruktur, pelatih, dan sekolah dalam mengidentifikasi area pengembangan dalam program ekstrakurikuler bola voli dan menerapkan strategi peningkatan yang lebih efektif. Menurut Ali (2012:29), gagasan kunci dari variabel yang menjadi pokok bahasan penelitian ini adalah variasi atau perbedaan. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu tingkat kemampuan

passing bawah dalam permainan bola voli. Passing bawah mengacu pada kemampuan individu untuk melakukan operan bola voli menggunakan lengan bawah secara efektif. Ketika melakukan sebuah penelitian, diperlukan penggunaan alat atau instrumen untuk memperoleh data-data yang diinginkan.

Alat tersebut berfungsi sebagai sarana untuk memperoleh informasi yang relevan dan akurat mengenai variabel atau fenomena yang menjadi objek penelitian. Pemilihan alat harus disesuaikan dengan jenis data yang ingin dikumpulkan serta karakteristik dari penelitian yang sedang dilakukan. (Faradrita, 2020:50). Penelitian ini menggunakan instrumen tes passing bawah sebagai sarana pengukuran untuk mengumpulkan data sesuai dengan topik penelitian. Peserta diuji untuk melakukan passing bawah sebanyak-banyaknya dalam waktu 60 detik setelah perkenaan pertama, tetapi saat tes yang sebenarnya, peserta diberikan kesempatan mencoba selama sekitar 20 detik. Dalam tes yang sebenarnya, masing-masing peserta memiliki 3 kali percobaan. Hanya 2 nilai skor terbaik dari ketiga percobaan yang dikumpulkan dan dijadikan rata-rata. Penggunaan tes passing bawah memiliki beberapa keunggulan, di antaranya bisa dilakukan di lapangan yang kecil, memudahkan pengawasan terhadap peserta tes, dan sesuai dengan karakteristik bermain bola voli siswa di MTsN Lawe Sigala-gala. Strategi dalam mengumpulkan datanya ketika melakukan penelitian yang dilaksanakan ini meliputi penggunaan tes serta pengukuran. Tes adalah Metode sebagai upaya untuk mengumpulkan data-datanya. Tes menjadi suatu ketentuan yang dilakukan secara terarah dan obyektif dalam upaya mengumpulkan informasi serta data yang diperlukan dan memerlukan tingkat ketelitian yang tinggi. bila berhasil mengumpulkan seluruh data-datanya, tahap berikutnya adalah melakukan analisis data agar dapat menyimpulkan hasilnya. Microsoft Excel digunakan untuk menganalisis data dan dilakukan secara manual.

Dalam analisis ini, beberapa ukuran statistik seperti nilai tengahnya atau median, nilai rata-ratanya atau mean, nilai tertinggi dari datanya atau maximum, nilai dari data terendahnya atau minimum, serta standar deviasi (SD) dihitung untuk memberikan gambaran tentang karakteristik data yang telah terkumpul. Setelah memperoleh data berupa skor tunggal, data dapat diklasifikasikan ke dalam kategori tertentu. Baik Sekali, Baik, Cukup, Kurang, Kurang Sekali Menjadi 5 Klasifikasi dalam Pengkategorian. Anindya Chynta Adiyant (2019: 562). Sesudah mengkategorikan data, gunakan rumus dari persentase untuk menghitung persentase masing-masing data. Perhitungan persentase yang dipakai adalah: $P = x / 100\% (1)$ Keterangan: P : merupakan representasi dari angka persentase F : melambangkan frekuensi yang ingin dihitung persentasenya N : Jumlah keseluruhan responden yang terlibat dalam perhitungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Senin, 06 Mei 2024, dilakukan penelitian di Aula MTsN Lawe Sigala-gala yang beralamat di Jalan Suka Damai, Kecamatan Lawe Sigala-gala. Penelitian ini berlangsung dari pukul 16.00 hingga 19.00. Penelitian ini melibatkan peserta didik MTsN Lawe Sigala-gala yang tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Total partisipan dalam penelitian ini adalah 20 siswa dan siswi, dengan rincian 10 putra dan 10 putri yang berpartisipasi. Analisis data pada partisipan laki-laki diketahui bahwa skor terendah (minimal) adalah 40 dan skor tertinggi (maksimum) adalah 90. Jumlah sampel (n) dalam penelitian ini adalah 20 orang dengan jumlah 20 orang. Data ini memiliki nilai median 80, nilai rata-rata 74, dan simpangan baku atau standar deviasinya (SD) 16,46545. Lalu berikutnya data ditata pada distribusi frekuensi menggunakan rumus-rumus dan telah ditetapkan di bab sebelumnya. Analisis data peserta wanita didapatkan nilai rendahnya (minimum) ialah 40 dan skor tertinggi (maksimum) adalah 90. Jumlah sampel (n) dalam penelitian ini adalah 20 orang dengan jumlah 20 orang. Data ini memiliki nilai median 80, nilai ratarata 83, dan standar deviasi 6,74949.

Lalu berikutnya data ditata pada distribusi frekuensi menggunakan rumus-rumus dan telah ditetapkan di bab sebelumnya. Dari grafik batang di atas terlihat bahwa anak perempuan yang mengikuti kegiatan voli di MTsN Lawe Sigala-gala memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi. masuk kategori "baik" dengan total penilaian 6/10 siswa, sekitar 60%. Dalam kategori "sangat baik" terdapat empat siswa, yang merupakan 40% dari total jumlah siswa. Sementara itu, kategori "baik" diikuti oleh enam siswa, yang menyusun 60% dari keseluruhan populasi. Namun, dalam kategori "cukup", "kurang", dan "sangat kurang", tidak terdapat siswa yang masuk di kategori tersebut, sehingga proporsi siswa dalam kategori-kategori tersebut adalah nol

atau 0%. Sedangkan tingkat hasil dari keseluruhannya dari hasil tes yang dilakukan oleh 10 putra dan 10 putri yang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di MTsN Lawe Sigala-gala menunjukkan bahwa nilai terendah (minimum) adalah 40, sementara nilai tertinggi (maksimum) adalah 90. 20 Siswa dan siswi menjadi sampel dalam penelitian ini. Nilai median dari data tersebut adalah 80, sedangkan nilai rata-rata (mean) mencapai 78,5, dan standar deviasi adalah 78,08. Seluruh data telah diorganisir kala mendistribusikan frekuensinya sesuai dengan rumus sebelumnya.

SIMPULAN

Penelitian ini telah mengungkapkan bahwa dari 20 siswa peserta voli (putra dan putri) di MTsN Lawe Sigala-gala, sekitar 60% dari mereka memiliki keterampilan yang baik dalam melakukan passing bawah. Mayoritas peserta berada dalam kategori "Baik" dan "Sangat Baik," menunjukkan kemampuan yang baik hingga sangat baik dalam teknik ini. Meskipun demikian, ada sebagian kecil peserta yang berada dalam kategori "Cukup" dan "Kurang," yang menunjukkan perluasan upaya untuk meningkatkan keterampilan mereka. Penting bagi pelatih dan guru untuk memberikan perhatian ekstra kepada peserta yang berada di kategori "Cukup" dan "Kurang" agar mereka dapat meningkatkan performa mereka dalam permainan bola voli, yaitu teknik passing bawah. Usaha ini akan membantu meningkatkan kualitas permainan tim secara keseluruhan dan memberikan kesempatan yang lebih baik untuk meraih keberhasilan dalam kompetisi voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Sumantri, E., Imran, & Supriatna, E. (2013). Survei Tingkat Keterampilan Servis Atas Pada Siswi Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Santo Paulus Singkawang.
- Irwansyah, O. (2023). Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Dalam Lompat Jauh Terhadap Motivasi Belajar Dan Pembelajaran Penjas Mahasiswa FKIP Program Studi Ilmu Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Gunung Leuser Aceh. Innovative: Journal Of Social Science Research, 3(6), 8239-8245.
- Rizal, F., Irwansyah, O., & Nababan, M. B. (2023). PENGARUH LATIHAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK PADA SISWA SMA NEGERI 1 KETAMBE KELAS XI TAHUN AJARAN 2022/2023. Jurnal Penelitian Progresif, 2(1), 30-34.
- Rizal, F., Irwansyah, O., & Junaidi, J. (2021). Kontribusi Power Otot Tungkai Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulu Tangkis pada Atlet KONI Aceh Tenggara. Jurnal Serambi Akademica, 9(3), 501-511.
- M. Marianto. 2006. Buku Ajar Bola Voli. IKIP Semarang.
- PBVSI. 2005. Peraturan Permainan Bola voli. Jakarta: Gedung Voli Senayan.
- Salunta, H. & Yendrizza. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli. Jurnal Patriot, 1(3), 1012-1025.
- Sumosardjuno, Sadoso. (1990). Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga 2. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Aly, M. A., et al. (2020). Analysis of Tactical Actions in Volleyball Matches. International Journal of Science Culture and Sport, 8(2), 77-88.
- Indrayana, Boy. (2017). Peranan Kepelatihan Olahraga Sebagai Pendidik, Pelatih Dan Pembina Olahraga Di Sekolah. Jurnal Olahraga Prestasi, 13(1), 34-42
- Darto, Y., (2018). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Prestasi Olahraga Bola Basket Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 4 Palembang. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 1(2), 190-202
- Baidawi, T & Maidarman. (2019). Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Bolavoli. Jurnal Patriot, 1(3), 1300-1306. <https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.420>
- Lestari, R. Y. (2016). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Mengembangkan Watak Kewarganegaraan Peserta Didik. Untirta Civic Education Journal, Vol. 1 No.(2), 136– 152.
- Roflin, E. (2021). Populasi, Sampel, Variabel Dalam Penelitian kedokteran. Jawa Tengah: PT. Nasya Expanding Management, Jl. raya wangandowo, Bojong Pekalongan, Jawa Tengah 51156.