

PENGARUH MEDIA PAPAN KAYU TERHADAP KETERAMPILAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA SMP

R. Dadan Pra Rudiana¹, Udi Sahudi², Indra Adi Budiman³, Martin Gustina⁴

¹Universitas Subang, Jl. R.A. Kartini Km. 3 Subang Jawa Barat Indonesia, 41285

^{2,3,4}Universitas Majalengka, Jl. K.H. Abdul Halim No.103 Majalengka Jawa Barat Indonesia, 45418

*dadan_pranudiana@yahoo.com

ABSTRACT. *The purpose of this study was to determine the effect of using wooden planks on the under-passing skills of junior high school students. To support the research implementation, the writer used experimental research method which was conducted on 20 junior high school students. The results showed an increase in the average value and the t-count value of 4.667. This is due to an increase in students' under-passing skills. The application of the wooden plank media certainly causes students to get used to hand movements when doing under passing, this causes students' skills in under-passing to increase.*

Keywords: *wood plank media; passing; volleyball game*

ABSTRAK. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penerepan media papan kayu terhadap keterampilan passing bawah siswa sekolah menengah pertama. Untuk mendukung pelaksanaan penelitian penulis menggunakan metode penelitian eksperimental yang dilakukan pada 20 siswa sekolah menengah pertama. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dan nilai t-hitung sebesar 4,667. Hal ini disebabkan adanya peningkatan keterampilan passing bawah siswa. Penerapan media papan kayu tersebut tentunya menyebabkan siswa terbiasa dengan gerak tangan pada saat melakukan passing bawah, hal ini menyebabkan keterampilan siswa dalam melakukan passing bawah semakin meningkat.

Kata Kunci: *media papan kayu; passing bawah; permainan bola voli*

Pendahuluan

Permainan bola voli disekolah merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Alasan mendasar yang menjadikan permainan bola voli sebagai materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah adalah tuntutan kurikulum pendidikan.

Pertimbangannya bahwa permainan permainan bola voli dapat menjadi salah satu media yang tepat dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan pada umumnya dan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada khususnya. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, pola hidup sehat dan penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial). Priyono (2017) menyatakan bahwa melalui aktivitas gerak diharapkan akan dapat membantu perkembangan dan pertumbuhan siswa secara

keseluruhan baik fisik, mental, sosial dan emosional. Dengan pendidikan jasmani siswa dapat memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia (Rahayu, 2013). Pembiasaan pola hidup sehat yang ditanamkan sejak dini akan merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang (Sahudi, 2017).

Adapun gerak dasar tanpa bola dalam permainan bola voli, seperti sikap, langkah, dan lompatan. Gerak dasar ini sangat berguna dan perlu dikuasai agar memudahkan untuk melakukan gerak dasar dengan menggunakan bola. Adapun gerak dasar dengan bola dalam permainan bola voli seperti *service*, *passing*, *smash*, dan *block*. Keempat jenis gerak dasar ini merupakan penentu mampu tidaknya bermain bola voli. Mengingat betapa pentingnya menguasai gerak dasar tersebut, maka sebaiknya guru membelajarkan gerak dasar ini dengan baik agar siswa dapat bermain bola voli dengan baik pula. Salah satu gerak dasar permainan bola voli yang diajarkan di tingkat SMP adalah *passing* yang meliputi *passing* atas dan *passing* bawah. *Passing* diartikan sebagai penerima serangan dari lawan atau sebagai pengumpan (Fitrian, 2020). *Passing* merupakan teknik yang harus dikuasai oleh pemain bola voli, oleh karena itu teknik gerak dasar *passing* ini menjadi bagian tak terpisahkan dalam pembelajaran permainan bola voli disekolah khususnya pada jenjang SMP.

Dalam kurikulum SMP khususnya pada kelas VII gerak dasar permainan bola voli yang diajarkan di antaranya adalah *passing* bawah dan *passing* atas. Pembelajaran permainan bola voli di kelas VII SMP IT Hafifudin Arrohimah yang berlokasi di Tenjolayar Kecamatan Cigasong Kabupaten Majalengka, rata-rata belum mencapai ketuntasan. Kemampuan siswa yang rendah terhadap gerak dasar *passing* bawah serta penguasaan materi yang kurang. Maka diperlukan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut. Ada beberapa hal untuk mengatasi permasalahan tersebut salah satunya yaitu dengan media pembelajaran. Salah satu usaha yang dilakukan guna membantu siswa untuk memperbaiki keterampilan geraknya adalah dengan cara menggunakan media pembelajaran (Priyono et al., 2020).

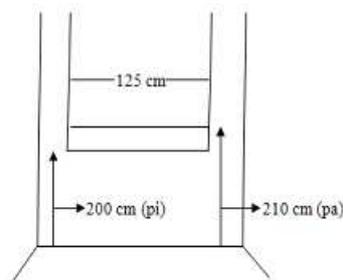
Media pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah media papan kayu. Media papan kayu merupakan sebuah media yang terbuat dari papan kayu yang

telah di modifikasi sedemikian rupa agar dapat di gunakan dalam proses pembelajaran atau pelatihan *passing* bawah bola voli. Dengan adanya media papan kayu ini bisa membantu mengatasi permasalahan siswa dalam melakukan *passing* bawah.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen. Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2010). Desain eksperimen yang akan digunakan adalah desain penelitian *one group pre-test and post-test design* yaitu sebuah desain penelitian yang digunakan dengan cara memberikan tes awal dan tes akhir terhadap sampel penelitian kelompok tunggal. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP IT Hafifudin Arrohimah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yang berjumlah 20-orang.

Instrumen dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes kemampuan *passing* bawah yang diukur dengan modifikasi *Braddy Volleyball Test* yang telah disesuaikan dengan usia dan karakteristik populasi penelitian, dalam hal ini merupakan anak usia 13-15 tahun dengan validitas tes sebesar 0,76 dan reliabilitas sebesar 0,82 (Subiman, 2012).



Gambar 2. Modifikasi *Braddy Volleyball Test*

(Sumber: Subiman, 2012: 32)

Petunjuk pelaksanaan modifikasi *braddy volley ball test*, adalah sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan: 1) Testi berdiri menghadap sasaran dengan bola voli di tangan. 2) Setelah ada aba-aba “ya” atau peluit bola dilempar ke tembok sasaran (tidak di hitung), kemudian testi menjalankan *passing* atas bisa juga *passing* bawah sesuai dengan peraturan bermain ke arah sasaran yang berukuran lebar 125 cm dan tinggi untuk putri 200 cm dan putra 210 cm. 3) Testi melakukan tes selama 1 menit berusaha memvoli bola ke arah petak sasaran sebanyak mungkin dengan *passing* atas dan *passing*. 4) Jika

bola sulit dikuasai (bola jatuh di tanah), maka sebelum waktu habis testi segera melempar bola ke tembok dan melakukan passing lagi secepat-cepatnya. 5) Jika ada aba-aba “stop” atau bunyi peluit yang kedua maka pelaksanaan tes berhenti.

- b. Penilaian: Tiap testi melakukan 2 kali giliran dengan nilai akhir hasil salah satu frekuensi terbanyak dari 2 giliran tersebut.
- c. Peralatan: Peluit, *Stopwatch*, Bola voli ukuran “4”, Buku pencatat hasil.

Tehnik analisis data yang penulis gunakan yaitu:

1. Uji Normalitas data
2. Uji Homogenitas data
3. Uji Hipotesis Pengujian hipotesis dengan kriteria sebagai berikut:
 - jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima.
 - jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Hasil dan Pembahasan

Hasil dari analisis dan pengolahan data diperoleh nilai sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

Kelompok	T_{hitung}	T_{tabel}
Eksperimen	4.667	1,734

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis nilai T_{hitung} yaitu 4.667 dan nilai T_{tabel} adalah 1,734. Oleh karena itu, nilai $T_{hitung} >$ dari T_{tabel} ($4.667 > 1,734$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* atau dengan kata lain penggunaan media alat bantu papan kayu berpengaruh terhadap keterampilan *passing* bawah siswa SMP IT Hafifudin Arrohimah.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media papan kayu terhadap keterampilan *passing* bawah siswa SMP IT Hafifudin Arrohimah. Media papan kayu merupakan sebuah media yang terbuat dari papan kayu yang telah di modifikasi sedemikian rupa agar dapat di gunakan dalam proses pembelajaran atau pelatihan *passing* bawah bola voli. Dengan adanya media papan kayu ini bisa membantu mengatasi permasalahan siswa dalam melakukan *passing* bawah.

Pembelajaran *passing* bawah dengan alat bantu adalah dibuat untuk memperbaiki dan meningkatkan keterampilan teknik *passing* bawah. Suherman & Bahagia (2000) mengatakan bahwa: modifikasi adalah salah satu usaha yang dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice (DAP)*. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunkan dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Dengan memodifikasi suatu permainan dan olahraga dalam hal ini permainan bola voli, maka membuat siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran karena lebih memudahkan siswa untuk mengembangkan keterampilannya. Selanjutnya media tersebut menjadi sumber belajar dikatakan alat peraga jika hal tersebut fungsinya hanya sebagai alat bantu. Hal tersebut dikatakan media jika sumber belajar itu merupakan bagian yang integral dari seluruh kegiatan belajar (Emirina, 2009).

Saat penggunaan alat bantu papan kayu bentuk lengan siswa akan dituntut selalu lurus, karena di desain panjangnya melebihi siku siswa. Pembelajaran ini juga membuat siswa lebih merasa tertantang dan menyenangkan dalam berlatih *passing* bawah serta meningkatkan kemampuan teknik *passing* bawah siswa. Budiman & Sahudi (2020) mengatakan bahwa latihan pada prinsipnya adalah memberikan tekanan fisik pada tubuh secara teratur dan sistematis, berkesinambungan sehingga akan menambah kemampuan atlet yang akhirnya akan meningkatkan kemampuan siswa. Dan untuk melaksanakan suatu latihan diperlukan metode latihan yang dapat diartikan sebagai suatu cara untuk mencapai tujuan.

Penguasaan teknik dasar bola voli sangat diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Ada empat teknik dasar, yaitu: *passing*, *service*, *block* dan *smash*. Teknik *passing* dalam bola voli adalah penting, keberhasilan suatu regu dalam pertandingan banyak ditentukan oleh keberhasilan *passing* (Ahmadi, 2007). Teknik *passing* bawah selalu dipergunakan dalam permainan untuk *receive service*, bertahan dari serangan lawan ataupun untuk menyusun serangan. Keterampilan teknik dasar *passing* bawah yang dimiliki akan memudahkan siswa untuk menghidupkan permainan.

Kesimpulan

Media papan kayu dapat membantu meningkatkan keterampilan *passing* bawah siswa. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan nilai keterampilan *passing* bawah sebelum diberikan



perlakuan media papan kayu dengan nilai keterampilan *passing* bawah sesudah diberikan perlakuan media papan kayu. Peneliti menyimpulkan bahwa media papan kayu berpengaruh terhadap keterampilan *passing* bawah siswa SMP IT Hafifudin Arrohimah.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Era Pustaka.
- Budiman, I. A., & Sahudi, U. (2020). Kontribusi Latihan Depth Jump, Push Up, dan Wrist Curl Terhadap Peningkatan Keterampilan Smash. *Jurnal Respects*, 2(2), 91–94.
- Emirina. (2009). *Alat Bantu sebagai sumber dan bahan ajar dalam pencapaian kompetensi pembelajaran*. [Online]. <https://emirina.wordpress.com/2009/10/06/alat-bantu-sebagai-%0Asumber-dan-bahan-ajar/>
- Fitriani, A. (2020). *Pengertian dan Teknik Passing Bola Voli*. [Online]. <https://tutorian21.com/pengertian-dan-teknik-passing-bola-voli/>
- Priyono, A. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif untuk Meningkatkan Kerjasama Tim Pada Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 3(1), 1–6. <http://www.jurnal.unma.ac.id/index.php/edc/article/view/446>
- Priyono, A., Badriah, D. L., & Kartadilaga, D. S. (2020). Penggunaan Media Pembelajaran Jasmani Suara. *Prosiding Nasional*, 314–321.
- Rahayu, E. T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Alfabeta.
- Sahudi, U. (2017). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Pribadi dengan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 3(1), 26–30. <http://www.jurnal.unma.ac.id/index.php/edc/article/viewFile/452/1534>
- Subiman. (2012). *Peningkatan Kemampuan Passing Bawah Dengan Model Bermain Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Pendulan Baru Kecamatan Moyudan Kabupaten Sleman [Skripsi]*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D). In *Manajemen Pelayanan Umum Di Indonesia*. Alfabeta.
- Suherman, A., & Bahagia, Y. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Depdiknas.