

Pengaruh Media Bola Karet Terhadap Kemampuan Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa Kelas IX

Tri Hadiyanti Permatasari¹, Irfan Zinat Achmad², Bambang Ismaya³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Singaperbangsa Karawang

e-mail: trihadiyantip@gmail.com¹, bambang.ismaya@fkip.unsika.ac.id², irfan.za@fkip.unsika.ac.id³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana aktivitas dan peningkatan siswa dalam pembelajaran servis bawah permainan bola voli pada siswa kelas IX di SMP Negeri 8 Karawang Barat. Metode yang digunakan dalam mengambil data untuk mengetahui pengaruh media bola karet terhadap kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli yaitu metode *Pre Experimental*, dengan cara yaitu mencoba sesuatu untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau treatment. Sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik purposive sampling, dimana penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan syarat-syarat yang dibutuhkan untuk penelitian, berjumlah 40 siswa terdiri dari 12 siswa perempuan dan 28 siswa laki-laki. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 siswa siswi yang menjadi sampel penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa telah membuktikan bahwa peningkatan servis bawah dengan menggunakan media bola karet mengalami peningkatan yang signifikan, hal tersebut menunjukkan bahwa media bola karet memiliki pengaruh guna meningkatkan kemampuan servis bawah pada permainan bola voli.

Kata kunci: servis, bola voli, permainan

Abstract

This study aims to determine the extent of student activity and improvement in learning to serve under volleyball in class IX students at SMP Negeri 8 Karawang Barat. The method used in collecting data to determine the effect of rubber ball media on the ability to serve down in volleyball games is the Pre Experimental method, by trying something to find out the effect or consequences of a treatment or treatment. The sample of this study was using purposive sampling technique, where the determination of the sample with certain considerations in accordance with the requirements needed for the study, totaled 40 students consisting of 12 female students and 28 male students. The data analysis technique in this study used quantitative statistical analysis. The results showed that of the 40 students who were the sample of the study, it could be concluded that most of the students had proven that the improvement of the underhand service using rubber ball media had a significant increase, it showed that the rubber ball media had an effect on increasing the underhand service ability in children. volleyball game.

Keywords: serve, volleyball, game

PENDAHULUAN

Bagi masyarakat Indonesia olahraga Bola voli merupakan salah satu olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat, karena olahraga ini mudah dan murah. Dizaman sekarang ini olahraga bola voli sudah berkembang pesat baik dari segi teknik, taktik maupun fisik. Karena untuk menjadi pemain bola voli yang handal harus memiliki beberapa faktor penunjang yang harus dimiliki oleh orang yang ingin mahir dalam bermain bola voli. Perkembangan bola

voli indonesia makin pesat baik putera maupun puteri dapat memainkannya, bahkan tidak jarang juga dijumpai bola voli dimainkan oleh anak sekolah dasar. Di indonesia dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, bola voli juga merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina. Dimana pembinaan tersebut melalui beberapa tahap mulai dari pembinaan teknik yang paling dasar sampai teknik yang lebih rumit, tentunya memerlukan salah satu pendukung untuk latihan yaitu media atau alat sebagai penunjang atau pendukung dalam proses pembelajaran ataupun latihan. (Anggara, 2018) Teknik dasar bola voli harus dipelajari terlebih dahulu guna pengembangan mutu prestasi pembinaan bola voli. Penguasaan teknik dasar bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam permainan disamping unsur-unsur kondisi fisik dan mental. Tanpa menguasai teknik dasar bola voli tidak mungkin mencapai prestasi bola voli yang optimal. Permainan voli mempunyai teknik-teknik tersendiri. Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi teknik passing bawah, passing atas, servis, spike, dan teknik mengumpan. Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan bola voli, salah satunya servis yang kali ini akan dibahas oleh penulis. Permasalahan yang di bahas di atas ada pada salah satu teknik yang ada dalam permainan bola voli, teknik yang sangat penting peranannya yaitu teknik servis. Teknik dasar Servis dalam permainan bola voli adalah pukulan awal dalam memulai suatu permainan bola voli, servis pula bisa dijadikan sebagai serangan awal untuk memperoleh poin (Raihan, 2015).

Dalam permainan bola voli terdapat servis atas, bawah dan *jump* servis yang paling umum di gunakan dalam permainan bola voli. Secara umum, setiap jenis servis dibagi lagi tiga tahap: tahap pertama adalah melempar bola keatas, tahap kedua adalah memukul bola, tahap ketiga adalah gerak akhir atau lanjutan. Melihat dari macam – macam servis dan tahapan yang ada dalam melakukan gerakan dasar teknik servis peneliti memilih salah satu teknik servis dasar yaitu teknik dasar servis bawah. Servis bawah merupakan teknik dasar servis yang paling mudah digunakan dan dapat dilakukan oleh siapapun baik dilakukan oleh laki-laki ataupun perempuan, tetapi masih terdapat kendala dalam melakukannya walaupun terlihat gampang untuk dilakukan karena cukup besar pengaruhnya suatu media yang dipergunakan terutama ketika yang akan melakukan servis adalah siswa yang baru mencoba melakukan teknik tersebut dalam pembelajaran disekolah. media yang biasa dipergunakan adalah bola yang asli yang spesifikasinya cukup berat untuk dipergunakan oleh seorang pemula yang diantaranya dilakukan oleh siswa. Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk mencoba menggunakan pengganti media untuk tercapainya pembelajaran servis bawah yaitu dengan menggunakan media bola karet.

Media bola karet memiliki spesifikasi ringan dan berkulit halus di banding bola yang sebenarnya, ini berarti bisa dijadikan media alternatif untuk latihan atau pembelajaran servis bawah bola voli khususnya untuk siswa di sekolah menengah pertama, dengan menggunakan media bola karet peserta didik tidak akan mengalami trauma yang di akibatkan dari benturan tangan dengan bola pada saat melakukan servis bawah. Kata murah seringkali di lontarkan oleh para guru atau pelatih dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah, oleh karena itu peneliti ingin mencoba mengangkat masalah tentang media bola karet yang dijadikan sebagai salah satu solusi dari masalah yang peneliti temukan pada saat melakukan proses pembelajaran disekolah, tentunya setiap pengajar memiliki pengharapan atau tujuan dalam proses pembelajaran agar materi yang disampaikan dapat dipahami dan bisa dipraktikkan oleh siswanya dengan baik tanpa ada yang mengalami keluhan bahkan trauma akibat dari proses pembelajaran dan penggunaan media pada saat pembelajaran disekolah.

beberapa pembahasan yang peneliti bahas diatas maka peneliti ingin mencoba mengajukan permasalahan yang berkaitan dengan media atau alat bantu untuk proses pembelajaran disekolah khususnya materi servis bawah dalam permainan bola voli, oleh karena itu peneliti membuat atau mengusulkan judul “Pengaruh Media Bola Karet Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas IX di SMP Negeri 8 Karawang Barat. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui berapa besar pengaruh media bola karet terhadap kemampuan servis bawah dalam Permainan Bola Voli. Manfaat

Penelitian ini, diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dalam penelitian ini, yaitu diharapkan peserta didik tidak lagi mengalami kesulitan dalam melakukan servis bawah, peserta didik dapat memiliki kemampuan servis bawah bola voli

METODE

Pendekatan metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif (Maulana & Kiram, 2019) dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang memandang realita yang dapat diklasifikasikan, relatif tetap, kongkrit, teramati, terukur dan hubungan gejala bersifat sebab-akibat dan metode penelitian kuasi eksperimen (Quasi Experimental Research) adalah kegiatan penelitian yang bertujuan untuk menilai pengaruh suatu perlakuan (treatment) pendidikan terhadap tingkah laku siswa dan menguji hipotesis tentang ada tidaknya pengaruh tindakan itu bila dibandingkan dengan tindakan lain. Hal ini senada diungkapkan (Prabowo, 2013) yang menyatakan bahwa: "Metode penelitian kuasi eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan".

Desain yang digunakan adalah pretest- posttest kontrol group design. Penelitian ini melibatkan dua kelompok subjek yang diberikan perlakuan berbeda, satu diberikan perlakuan eksperimen (kelas eksperimen) dan yang satu diberikan pembelajaran seperti biasa (kelas kontrol). Dengan kegiatan desain ini suatu perlakuan terhadap variabel yang akan diuji dengan cara membandingkan pengaruh dari dengan variabel bebas yang ada pada kelas eksperimen setelah memperoleh perlakuan dengan kelas kontrol yang menerima perlakuan seperti biasa (konvensional). Pada penelitian ini terdapat dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen (kelas eksperimen) dan kelompok kontrol (kelas kontrol).

Populasi seluruh siswa kelas IX yang berjumlah 40 orang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok A dan kelompok B yang masing-masing berjumlah 20 orang. Karena jumlah populasi dibawah 100 orang dalam keadaan homogen karena berasal dari strata kelas yang sama, maka seluruh populasi dijadikan sampel. Pengumpulan data ini menggunakan tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan yaitu Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Perbedaan Dua Rerata dan Analisis Data Gain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis hasil penelitian yang dikemukakan mencakup analisis tes awal untuk melihat kemampuan awal siswa yang menjadi sample penelitian. Analisis tes akhir untuk melihat perbedaan kemampuan setelah diberi perlakuan. Data hasil tes awal dan tes akhir dari kedua kelompok dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian

Nilai	Pretest	Posttes
Jumlah	386	491
Rata-rata	9.41	11.98
Simpangan Baku	2.59	2.29
Variansi	6.70	5.22

Berdasarkan tabel 4.1 di atas terdapat kenaikan nilai rata-rata dari kedua kelompok pada tes awal dan tes akhir. Postes mengalami kenaikan nilai rata-rata yang lebih besar dari pretest. Hal ini menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh terdapat peningkatan yang signifikan dari pretes dengan posttest.

Pengukuran kemampuan awal didasarkan kepada pemberian tes awal berupa servis bawah bola voli kepada seluruh sample. Sebelum materi pelajaran dalam materi ini diberikan,

sebagai prasyarat dalam melakukan perhitungan dalam menggunakan uji-t terlebih dahulu diuji kenormalan antara tes awal dan tes akhir. Kemudian di uji homogenitas varians.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini menggunakan uji lilliefors. Hasil pengujian ini menentukan pendekatan mana yang digunakan dalam menganalisis data. Adapun hasil uji kenormalan lilliefors kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Lilliefors Tes Awal dan Tes Akhir

Hasil Tes	L_o	L_{tabel}	Keterangan
Pretes	0,125	0,138	Berdistribusi Normal
Postest	0,123	0,138	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 4.2 diatas diketahui bahwa L_o lebih kecil dari L_{tabel} , tes awal dan tes akhir Dapat disimpulkan bahwa kedua tes tersebut berdistribusi normal, oleh karena itu perhitungan statistik yang digunakan adalah statistik parametric. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas tes awal dari kedua kelompok sampel. Pengujian homogenitas ini menggunakan uji kesamaan dua variansi. Dari hasil pengujian ini akan diketahui apakah kedua kelompok sampel tersebut homogen atau tidak homogen.

Tabel 4.3 Uji Homogenitas Dua Variansi Tes Awal Dan Tes Akhir Hasil Tes Servis Bawah Bola Voli

Hasil Tes	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
Pretes dan Postes	1,28	1,69	Homogen

Kriteria pengujian homogenitas Hasil tes sampel tersebut adalah terima hipotesis (H_o) jika $F_{hit} < F_{\alpha(n_1-1, n_2-1)}$

Hasil pengujian dua variansi pada tabel diketahui bahwa F_{hitung} dari F_{hitung} Pretes dan Postest = (1,28) yang lebih kecil dari F_{tabel} = (6,39) pada $dk = (40,40)$ dengan taraf nyata = 0,05. Dengan demikian, maka hasil pengujian tersebut diketahui bahwa hasil tes servis bawah pretes dan Postes berasal dari populasi yang homogen. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

c. Uji Signifikansi Dua Rata-rata (Skor Berpasangan) Kedua Kelompok

Pengujian dari analisis data tes dari kedua hasil tes terhadap sampel (pengujian dan analisis ini untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan kemampuan servis bawah yang signifikan) dengan menggunakan uji kesamaan dua rata-rata (skor berpasangan). Hasil analisis statistik dapat dilihat pada Tabel 4.4 berikut ini :

Table 4.4 Hasil Uji Signifikan Dari Kedua Kelompok

Hasil Tes	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
Tes Awal	22,95	1,68	Signifikan
Tes Akhir	33,28	1,68	Signifikan

Perhitungan dan uji signifikan peningkatan kemampuan servis bawah dilakukan dengan menggunakan uji signifikan dua rata-rata dua pihak yaitu uji t. Dari hasil pengujian tersebut yang ada pada Tabel 4.4 diperoleh bahwa untuk tes awal diperoleh $t_{hitung} (22,95) > t_{tabel} (1,68)$ pada taraf kepercayaan/signifikan $\alpha = 0,05$ dengan dk (40.40). Kriteria pengujian adalah, terima jika $-t_{1-\frac{1}{2}\alpha} < t_{hitung} < t_{1-\frac{1}{2}\alpha}$. Dalam hal ini t_{hitung} berada pada daerah penolakan H_0 , artinya H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari media pembelajaran terhadap kemampuan servis bawah pada permainan bola voli. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

d. Uji Signifikansi Kesamaan Dua Rata-Rata (uji satu pihak)

Untuk membuktikan hipotesis yang sudah ditetapkan oleh penulis mengenai peningkatan kemampuan servis bawah, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan uji kesamaan dua rata-rata dengan mengarah ke satu sisi atau satu pihak. Adapun pasangan hipotesisnya adalah:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 > \mu_2$$

Kriteria yang digunakan adalah:

$$\text{Terima } H \text{ jika: } t^1 < \frac{W_1 t_1 + W_2 t_2}{W_1 + W_2}$$

$$\text{Tolak } H \text{ jika: } t^1 \geq \frac{W_1 t_1 + W_2 t_2}{W_1 + W_2}$$

Untuk memperjelas hasil perhitungan dari uji t, maka dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 4.5
Hasil pengujian signifikansi kesamaan dua rata-rata

Kelompok	\bar{X}	Nilai t_{hitung}	Nilai dk	Nilai t_{tabel}	Kesimpulan
		$t^1 = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}\right)}}$	$n_1 + n_2 - 2$	$1 - \alpha (0,05)$	
Pretes	9,41	-4,76	80	1,69	Tidak Signifikan
Postest	11,98				

Berdasarkan penghitungan uji t didapat $t_{hitung} = -4,76$ dan nilai $t_{0,05} = (0,95)$ dengan dk = $(41 + 41 - 2) = 80$ adalah = 1,69. kriteria pengujiannya adalah terima hipotesis $t_1 <$ dan lainnya ditolak. t_{hitung} hasil penghitungan adalah (-4,76) lebih kecil dari hasil perhitungan adalah (1,69) maka hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa perhitungan berada dalam daerah penerimaan. Dengan demikian hasil tes kemampuan servis bawah bola voli menggunakan media bola karet menunjukkan adanya pengaruh yang sama terhadap kemampuan servis bawah bola voli.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka peneliti menyimpulkan secara keseluruhan hasil penelitian. Kesimpulan dari penelitian ini secara umum bahwa peningkatan servis bawah dengan menggunakan media bola karet mengalami peningkatan yang signifikan, hal tersebut menunjukkan bahwa media bola karet memiliki pengaruh guna meningkatkan kemampuan servis bawah pada permainan bola voli. Ditinjau dari tes awal dan akhir yang diberikan kepada sampel, penulis berpendapat bahwa siswa yang diberikan media bola karet mengalami peningkatan yang signifikan terhadap

kemampuan servis bawah. Hal tersebut disebabkan karena sampel yang menggunakan media bola karet memiliki koordinasi gerak yang sama baik dari awal gerakan hingga akhir gerakan pukulan / dorongan pada saat melakukan servis bawah yang dilakukan serta siswa tidak terlalu terbebani baik dari berat bola maupun tingkat kekerasan bola.

Hal tersebut belum bisa menentukan media manakah yang terbaik, jadi peneliti menarik kesimpulan dari apa yang sudah di analisis menggunakan pendekatan statistika. Karena dalam proses penilaian hanya di ambil nilai hasilnya saja tanpa mengambil nilai proses servisnya atau bisa dikatakan tidak mengambil nilai tekniknya, jadi hasil yang bagus belum menentukan proses yang bagus pula. Dalam hal ini peneliti berharap ada yang membahas atau melanjutkan apa yang menjadi bahan penelitian peneliti sekarang untuk di teliti ulang dan terfokuskan tidak hanya ke bagian gerakanya saja tetapi dikombinasikan dengan proses servisnya. Hasil penelitian inidiharapkan berguna bagi guru, siswa, dan dunia pendidikan. Peneliti menyarankan agar adanya perbaikan proses pembelajaran yang berkesinambungan, dan kepada guru Penjas khususnya agar lebih mampu mengatur suasana kelas yang kondusif sehingga bisa dicapai hasil belajar yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, T. (2018). Hubungan Koordinasi Mata kaki, Daya Ledak Otot Tungkai dan Percaya Diri dengan Hasil Lari Sprint 100 Meter pada Atlet PPLP Bangka Belitung. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 08(02), 135–146.
- Maulana, A., & Kiram, Y. (2019). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(1), 24–28.
- Prabowo, M. H. (2013). *tingkat kebugaran jasmani siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket di sman 1 bantul*. 26(4), 1–37.
- Raihan, Y. (2015). Pengaruh kelentukan Otot Tungkai Terhadap Gerakan Smash Sepak Takraw. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 03(01), 98–101.
<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Abidin, M. F., & Prihanto, J. B. (2016). Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Antara Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di SMAN 1 Taman Sidoarjo Dengan Sma Khadijah Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 4(3), 617–622.
<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Aquarista, F., & Nurhayati, F. (2014). Ekstrakurikuler Futsal dengan Ekstrakurikuler Bola Basket di SMP Negeri 2 Cerme Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 02(03), 799–804. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Firmansyah, F., & Hamdani. (2018). Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa di SMKN 2 Surabaya Dengan SMAN 12 Surabaya Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 07(01), 29–34.
- Ilham, S., & Bagas, R. (2014). Media Pembelajaran Manual dan DigitalLatihan pliometerik dan latihan beban keduanya efektif untuk meningkatkan efisiensi teknik dalam lari. *Patriot Olahraga*, 2(165), 81.
- Saronson. (2017). Keterampilan Renang Gaya Kupu-Kupu Melalui Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Akuatik. *JPJO*, 2(SePTEMBER), 43–52.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, cv.