

METODE MENGAJAR SERVIS BOLA VOLI

Samsudin¹

¹ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta Jl. Pemuda No. 10 Jakarta, Indonesia

samsudin@unj.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan mana yang lebih baik antara metode bermain dengan metode latihan (drill) terhadap hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 13 Kota. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisa data uji “t” dimulai dengan menghitung t_{hitung} untuk dibandingkan dengan t_{tabel} pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Hasil analisa data adalah sebagai berikut: Kelompok *metode bermain* memperoleh rata-rata sebesar 13,4. Lalu nilai standar deviasi mendapatkan nilai sebesar 3,26. Sedangkan nilai standar error mendapatkan nilai sebesar 0,8716. Dari semua itu kelompok bermain mendapatkan nilai t_{hitung} sebesar 15,37 dengan t_{tabel} 2,048. Kelompok *metode latihan* memperoleh rata-rata sebesar 16,73. Lalu nilai standar deviasi mendapatkan nilai sebesar 2,99. Sedangkan nilai standar error mendapatkan nilai sebesar 0,79. Dari semua itu kelompok latihan mendapatkan nilai t_{hitung} sebesar 21,17 dengan t_{tabel} 2,048. Pada tes akhir kedua kelompok ini memperoleh nilai standar deviasi dari metode bermain 2,14 dan metode latihan 1,94. Nilai standar error perbedaan mean 0,76, lalu t_{hitung} sebesar -4,2 dan nilai t_{tabel} 2,048 dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$, sehingga t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode latihan lebih efektif dari pada metode bermain dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 13 Kota Bekasi.

Kata kunci : servis, bola voli.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu hal yang paling penting untuk mempersiapkan kesuksesan masa depan pada zaman globalisasi ini. Pendidikan dapat diraih dengan berbagai macam cara salah satunya dengan pendidikan di sekolah. Dalam proses pendidikan ada salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu (metode pembelajaran). Metode pembelajaran merupakan salah satu cara yang diambil atau dipilih oleh pengajar untuk meningkatkan hasil belajar atau tercapainya tujuan pembelajaran yang telah direncanakan.

Selain itu tujuan dari pendidikan adalah membina dan mengembangkan kematangan berpikir, sehingga peserta didik memiliki kesehatan jasmani, rohani, maupun spiritual, dengan kata lain untuk meningkatkan kualitas

sumber daya manusia itu dapat dilihat dari pendidikan jasmaninya.

Pendidikan jasmani adalah bagian yang penting dari pendidikan, melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlihat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan, atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Keberhasilan pendidikan jasmani sangat ditentukan kompetensinya dari guru pendidikan jasmani. Khususnya bagaimana seorang guru dalam menyampaikan materi hingga dapat diserap dan diaplikasikan oleh siswa dengan baik. Sehingga hasil belajar

yang diraih oleh siswa dapat maksimal, tetapi hasil belajar itu dapat diraih jika guru pendidikan jasmani dapat menentukan metode mengajar yang tepat dan efektif dalam setiap pembelajaran yang akan disampaikan.

Belajar merupakan hal yang selalu ada dimanapun kita berada karena setiap orang akan mengalami dan membutuhkan yang namanya belajar. Belajar tidak dapat dihilangkan dalam diri dan kehidupan setiap orang karena belajar juga merupakan suatu kebutuhan yang harus dimiliki setiap orang.

Belajar adalah sebuah proses yang kompleks yang didalamnya terkandung beberapa aspek, dan aspek tersebut adalah : 1) Bertambahnya jumlah pengetahuan, 2) Adanya kemampuan mengingat dan memproduksi, 3) Ada penerapan pengetahuan, 4) Menyimpulkan makna, 5) Menafsirkan dan mengaitkannya dengan realitas, dan 6) Adanya perubahan sebagai pribadi.

Berdasarkan pengamatan dan pengalaman saat melihat proses pembelajaran yang terjadi disekolah khususnya di SMPN 6 dengan materi pembelajaran bola voli, yang mana pengajar melakukan pembelajaran dengan menggunakan metode komanda dan demonstrasi. Pada saat pembelajaran bola voli khususnya dalam melakukan servis bawah bola voli, terlihat hasil yang kurang maksimal dalam melakukan servis bawah bola voli dari setiap siswa yang melakukan, itu terlihat dari cara siswa/i melakukan gerakan servis bawah dan ada beberapa siswi yang tidak ingin melakukan servis karena takut akan rasa sakit dan tangan menjadi merah saat melakukan servis hal itu terjadi dikarenakan situasi pembelajaran yang membosankan dan pembelajaran yang dilakukan tidak berulang-ulang serta

metode yang kurang tepat dalam proses pembelajaran.

Servis bawah merupakan salah satu jenis servis bola voli yang paling sederhana dan terlihat mudah untuk dilakukan bagi pemula termasuk pada siswa SMP. Upaya yang dilakukan dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah untuk pemula ini dibutuhkan cara yang tepat dan efektif. Seorang guru dituntut memiliki kreativitas dalam mengajar servis bawah bola voli, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Seorang guru harus mampu menerapkan metode pembelajaran yang tepat.

Banyaknya metode pembelajaran menuntut seorang pengajar untuk cermat dalam menentukan atau memilih metode pembelajaran yang lebih baik dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Seperti metode pembelajaran bermain dan latihan (drill) yang memiliki karakteristik dan penerapan yang berbeda dalam proses pembelajaran, serta hasil yang berbeda. Pemilihan metode bermain dan latihan juga melihat keberadaan siswa dalam sekolah, apakah siswa memiliki keterampilan atau mengetahui teknik servis yang baik dan benar.

Siswa/i kelas VII SMPN 13 Kota Bekasi adalah sampel yang digunakan dalam penelitian untuk dapat membuktikan dan menjawab permasalahan yang muncul dalam penelitian. Dalam pembelajaran servis bawah yang telah dilakukan di SMPN 13 Kota Bekasi oleh guru disana masih belum menunjukkan hasil yang maksimal, sehingga kemampuan servis siswa masih rendah dan perlu ditingkatkan. Kemampuan servis bawah yang masih rendah tersebut perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya, apakah penguasaan teknik yang belum baik, apakah metode pembelajaran yang

kurang tepat, ataukah kreatifitas pengajar yang kurang maksimal dalam pembelajaran. Kondisi yang demikian seorang guru harus mampu mengevaluasi dari semua faktor baik dari pihak guru ataupun pihak siswa/nya.

Seorang guru pada umumnya kurang memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, Oleh karena itu hasil yang dicapai kurang memuaskan baik bagi siswa maupun bagi pengajar sendiri. Upaya meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli ini, maka seorang guru harus mampu menerapkan metode mengajar yang tepat, diantaranya metode bermain dan latihan. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh metode pembelajaran bermain dan latihan terhadap hasil belajar servis bawah bola voli, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, "Perbandingan Metode Bermain dan Latihan Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli pada Siswa/i Kelas VII di SMPN 13 Kota Bekasi".

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang merupakan penelitian kuantitatif komperatif dan dengan menggunakan teknik Random Sampling, yaitu untuk mengetahui pengaruh setiap variabel bebas terhadap variabel terikat atau mengetahui perbandingan antara metode bermain dan metode latihan manakah yang lebih baik hasilnya dalam pembelajaran servis bawah bola voli.

HASIL PENELITIAN

Hasil tes awal dan akhir metode bermain di peroleh nilai terendah yaitu 27 point dan nilai tertinggi 33 point. Untuk tes akhir di peroleh nilai terendah yaitu 40 point dan nilai tertinggi yaitu 46 point. Nilai rata-rata

perhitungan tes awal metode bermain yaitu 29,33 dan Nilai rata-rata tes akhir metode bermain yaitu 42,73, dan nilai rata-rata tes awal dan akhir 13,4. Nilai Standar Deviasi di peroleh nilai 3,26 dan Nilai Standar Error mendapatkan nilai 0,8716. Dan t_{hitung} mendapatkan nilai 15,37 dan t_{tabel} nilainya 2,048. Berarti di antara tes awal dan akhir metode bermain terdapat perbedaan atau kenaikan yang signifikan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tes Awal dan akhir Metode Bermain

Hasil tes awal dan akhir metode Latihan di peroleh nilai terendah yaitu 27 point dan nilai tertinggi 33 point.

Metode Bermain	Mean	MD	SD	SE	t_h	t_t
Awal	29,33	13,4	3,26	0,8716	15,37	2,048
Akhir	42,73					

No	Awal Metode Bermain				Akhir Metode Bermain			
	Kelas Interval	Nilai Tengah	FA	FR	Kelas Interval	Nilai Tengah	FA	FR
1.	27-28	27,5	6	40%	40-41	40,5	6	40%
2.	29-30	29,5	5	33,33%	42-43	42,5	4	26,67%
3.	31-32	31,5	3	20%	44-45	44,5	3	20%
4.	33-34	33,5	1	6,67%	46-47	46,5	2	13,33%
	Σ		15	100%	Σ		15	100%

Untuk tes akhir di peroleh nilai terendah yaitu 43 point dan nilai tertinggi yaitu 49 point. Nilai rata-rata perhitungan tes awal metode latihan yaitu 29,2 dan nilai rata-rata tes akhir metode bermain yaitu 45,93. Nilai rata-rata tes awal dan akhir 16,73. Nilai Standar Deviasi di peroleh nilai 2,99 dan Nilai Standar Error mendapatkan nilai 0,79. Dan t_{hitung} mendapatkan nilai 21,17 dan t_{tabel} nilainya 2,048. Berarti di antara tes awal dan akhir metode bermain terdapat perbedaan atau kenaikan yang signifikan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tes Awal dan Akhir Metode Latihan.

Metode Latihan	Mean	MD	SD	SE	t_h	t_t
Awal	29,2	16,73	2,99	0,79	21,17	2,048
Akhir	45,93					

No	Awal Metode Latihan				Akhir Metode Latihan			
	Kelas Interval	Nilai Tengah	FA	FR	Kelas Interval	Nilai Tengah	FA	FR
1.	27-28	27,5	6	40	43-44	43,5	4	26,67%
2.	29-30	29,5	5	33,33%	45-46	45,5	5	33,33%
3.	31-32	31,5	3	20%	47-48	47,5	4	26,67%
4.	33-34	33,5	1	6,67%	49-50	49,5	2	13,33%
	Σ		15	100%	Σ		15	100%

Berdasarkan hasil penghitungan dari tes akhir metode pembelajaran bermain dapat diperoleh nilai rata-rata sebesar 42,73. Nilai standar deviasi sebesar 2,14. Lalu standar eror mendapat nilai sebesar 0,57. Sedangkan dalam hasil perhitungan tes akhir metode pembelajaran latihan (drill) memperoleh nilai rata-rata sebesar 45,93. Nilai standar deviasi sebesar 1,94, dan nilai standar eror mendapat nilai sebesar 0,51. Lalu untuk nilai standar eror perbedaan antara X dan Y mendapatkan hasil sebesar 0,76. Sedangkan nilai t_{hitung} sebesar -4,2 dan nilai t_{tabel} sebesar 2,048. Dengan demikian $t_h > t_t$ yang berarti dapat dikatakan H_0 di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran latihan (drill) lebih efektif di dibandingkan dari pada metode pembelajaran bermain terhadap hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 13 Kota Bekasi.

KESIMPULAN

Jadi, berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat di simpulkan, bahwa adanya peningkatan yang signifikan di antara

kedua metode pembelajaran bermain dan metode pembelajaran latihan dalam hasil belajar servis bawah bola voli yang dimulai dengan tes awal dan diakhiri dengan tes akhir. Namun demikian metode pembelajaran latihan (drill) lebih efektif karena t_h dari tes awal dan tes akhir metode ini sebesar 21,17. Lebih besar dibandingkan dengan metode pembelajaran bermain yang t_h dari tes awal dan akhir sebesar 15,37 dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 13 Kota Bekasi.

Maka dari itu metode pembelajaran latihan lebih baik dari pada metode pembelajaran bermain dalam meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa/i kelas VII di SMPN 13 Kota Bekasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono, 2010. *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta, PT.Raja Grafindo Persada.
- A. Sarumpaet, Zulfar Djazet, Parno, dan Imam Sadikun, 1992. *Permainan Besar*, Departemen pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Dieter Beutelstahl, 2008. *Belajar Bermain Bola Voli*, Bandung, PIONIR JAYA.
- Dini Rosdiani, 2012. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Bandung, Alfabeta.
- Dini Rosdiani, 2013. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung, Alfabeta.
- Eka Nugraha, dkk, *Aktifitas Permainan Net*, (UPI : Modul).

- Evelin Siregar, dan Hartini Nara, 2010. *Teori Belajar dan Pembelajaran*, Bogor, Ghalia Indonesia.
- Hamdani, 2011. *Strategi Belajar Mengajar*, Bandung, CV.Pustaka Setia.
- H.Syaiful Sagala, 2003. *Konsep dan Makna Pembelajaran*, Bandung, CV Alfabeta.
- Iif Khoiru Ahmad, Sofan Amari, dkk, 2011. *Strategi Pembelajaran Berorientasi KTSP*, Jakarta, PT. Prestasi Pustakaraya.
- M.Ruhlat, Ikbal Gentar Alam, dan Jajat Darajat, *BIOMEKANIKA*, Modul Prodi PKJKR, Jurusan Pendidikan Olahraga, UPI.
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Jakarta : Litera.
- Samsudin, 2010. *Teori dan Praktek Bola Voli*, Jakarta, FIK UNJ.
- Samsudin dan Sudarso, *Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, (Modul).
- Sigit Pramono, 2014. *Panduan Evaluasi Belajar Mengajar*, Jogjakarta, Diva Press.
- Sobry Sutikno, 2014. *Metode dan Model-Model Pembelajaran*, Lombok: ISBN.
- Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*, Jakarta, Depdikbud.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, 1997. *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, PT.Rineka Cipta.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar*, Jakarta, PT. Rineka Cipta, 2006
- Tirto Apriyanto, dan Agus Salim, 2015. *Teori dan Praktek Permainan Bola Voli*, Jakarta, Lembaga Pengembangan Pendidikan UNJ.
- <http://www.google.co.id/search?q=hakikat+metode+latihan+dalam+penjas&oq=hakikat+metode+latihan+dalam+penjas&aqs=chrome..69i57j14197j0j4&client=msandroidasus&sourceid=chrome-mobile&ie=UTF-8>. (Diakses pada hari kamis, 01 september 2016, pukul 10.00)
- <http://www.google.com/search=hakikat+belajar+motorikdalampembelajaran15.wordpress.com/2014/05/17/kumpulan-belajar-motorik/>. (Diakses hari minggu, Tanggal 01/01/2017, Pukul 09.35)
- <http://www.google+chrome.co.id/search=hakikat+motorik=masturnado.com/2012/07/teori-belajar-motorik.html?m=1>. (Diakses hari minggu, Tanggal 01/01/ 2017, Pukul 10.00)