

PENGARUH PENGGUNAAN BOLA PLASTIK BERLAPIS SPONS TERHADAP PERMAINAN BOLAVOLI SISWA SEKOLAH DASAR

Bayu Septa Martaviano Triaiditya¹, Moh. Agung Setiabudi²

^{1,2} Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,

Universitas PGRI Banyuwangi

¹Bayusepta7@gmail.com, ²agungsetiabudi.budi@gmail.com

Abstrak. *Volleyball game is a sport game that very popular and it also becomes facility for children who have ability in improving their fate as an athlete or become a choice for their future. In fact, students have attractiveness, but they still need an improvement in order to train them better to improve their attractiveness and achievement in playing Volleyball. This research used problem whether by changing the Volleyball with plastic ball coated by sponge can improve basic skill of Volleyball game and the interest in playing Volleyball. Theoretically, if the Volleyball adjusted with body posture then it will make the higher possibility in successful mastering basic of Volleyball game. The success in doing basic of Volleyball game by using plastic ball coated by sponge was predicted will improve the spirit in playing Volleyball and also improving the accuracy and productivity in doing basic of Volleyball game. To examine the statement above, it was conducted by a research with field Experiment design or it was called by non-equivalent control group design. And the data analysis technique was conducted by average different test. From data analysis result, it could be concluded that the change of ball type in playing Volleyball had positively influenced to the four basic skills of Volleyball game. And in fact, the change of ball type was positively influenced to the pleasure in playing Volleyball. Whereas as what been appeared in observation result and informal interview with children in Experiment group, the user of plastic ball coated by sponge been success in improving pleasure in playing Volleyball. Theoretically, the improvement of interest to this Volleyball game in turn would improve training intensity, and finally it would be expected to improve the skill of Volleyball game.*

Keywords: *Plastic Volleyball Coated by Sponge*

Abstrak. Permainan bolavoli merupakan salah satu permainan olahraga yang sangat populer dan bahkan menjadi sarana bagi anak-anak yang mempunyai bakat untuk menjadi seorang atlet. Para siswa memang ada ketertarikan tapi masih perlu ditingkatkan agar lebih giat berlatih untuk meningkatkan ketertarikan dan prestasinya dalam bermain bolavoli. Penelitian ini menggunakan permasalahan apakah dengan merubah bolavoli dengan boloplastik berlapis spons bisa meningkatkan keterampilan dasar permainan bolavoli dan minat bermain bolavoli. Secara teoritik apabila bolavoli disesuaikan dengan postur tubuh maka kemungkinan untuk berhasil menguasai dasar bermain bolavoli, keberhasilan melakukan dasar bermain bolavoli dengan menggunakan boloplastik berlapis spons diduga akan meningkatkan kegairahan dalam bermain bolavoli sekaligus juga meningkatkan ketepatan dan produktifitas di dalam melakukan dasar-dasar permainan bolavoli. Untuk menguji pernyataan tersebut diselenggarakan sebuah penelitian dengan desain *Eksperimen* lapangan atau juga disebut kelompok kontrol tak-setara (*non-equivalen control-grop design*). Sampel dalam peneitian ini adalah siswa kelas V yang mengikuti olahraga sejumlah 8 Anak, dengan rincian laki-laki 6 siswa, dan perempuan 2 siswa. Tehnik analisis datanya dengan menggunakan uji beda rerata, dari hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa Perubahan jenis bola dalam permainan bolavoli tidak berpengaruh positif terhadap empat kecakapan dasar bermain bolavoli. Perubahan jenis bola, ternyata berpengaruh positif terhadap tingkat kesenangan dalam bermain bolavoli.

Walaupun demikian sebagaimana tampak dalam hasil observasi dan wawancara informal dengan anak-anak kelompok *Eksperimen*, penggunaan bola plastik berlapis *spons* telah berhasil meningkatkan kesenangan dalam bermain bolavoli. Secara teoretik, peningkatan minat terhadap permainan bolavoli ini pada gilirannya akan meningkatkan intensitas latihan, dan akhirnya bisa diharapkan juga meningkatkan kecakapan bermain bolavoli.

Kata kunci: Bolavoli Plastik Berlapis Spons

PENDAHULUAN

Peranan olahraga dalam kehidupan manusia merupakan satu hal yang sangat penting. Sejak manusia hidup di abad sebelum masehi pada jaman modern ini, manusia selalu melakukan kegiatan olahraga dalam upaya menjaga kesehatan baik jasmani dan rohani, disamping meningkatkan ketangkasan.

Salah satu diantara kegiatan olahraga tersebut adalah bolavoli, permainan bolavoli sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Hal ini dapat dibuktikan dengan banyak munculnya klub-klub bolavoli di kota-kota besar maupun di pedesaan. Sejak dulu permainan bolavoli memasyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan. Akan tetapi kurangnya perhatian dari pengurus dan menejemennya yang kurang bagus.

Hampir semua cabang olahraga permainan dirancang untuk dilakukan oleh kaum dewasa. Karena itu, misalnya, baik ukuran lapangan maupun ketinggian net dan ukuran bola, juga dirancang untuk ukuran

tubuh dan kekuatan kaum dewasa. Tidak terkecuali permainan bolavoli.

Permainan bolavoli dimainkan oleh 6 orang dan ukuran lapangan 9 m x 18 m, garis batas untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring) garis tepi lapangan adalah 5 cm. Untuk jaring putra 2,24 meter, putri adalah 2,24 meter, dan bola memiliki lingkaran 65 hingga 67 cm, dengan berat 260 – 280 gram. Tekanan dari bola tersebut 0,30 – 0,325 kg/cm² (4,26-4,61 psi, 294,3-318,82 mbar/hPa).

Kenyataannya bagi siswa sekolah dasar dengan ukuran yang sesungguhnya siswa akan kesulitan untuk melakukan permainan bolavoli ini. Oleh sebab itu perlu adanya penyesuaian terhadap permainan bolavoli ini yang disesuaikan dengan postur tubuh siswa dan kekuatannya, agar siswa menjadi lebih senang dalam memainkan bolavoli ini dan akan lebih terampil untuk penguasaan dasar-dasar permainan bolavoli.

Anak usia dini merupakan individu yang berbeda, unik dan memiliki karakteristik terdiri sesuai dengan tahapan usianya. Maka usia dini merupakan masa keemasan

dimana stimulasi seluruh aspek pengembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya masa awal kehidupan anak merupakan masa terpenting dalam rentan kehidupan seorang anak.

Olahraga memberi manfaat bagi perkembangan motorik anak. Selain untuk perkembangan fisiknya, olahraga juga amat baik untuk perkembangan otak serta psikologis anak. Mengikutkan anak pada kelompok olahraga akan meningkatkan kesehatan fisik, psikologis serta psikososialnya. Anak menjadi senang mendapat stimulasi kreativitas yang baik untuk perkembangannya.

Usia dini merupakan usia dimana anak mulai mengenal diri dan lingkungan disekitarnya oleh karna itu pada masa ini anak harus diberi berbagai stimulus atau rangsangan agar tumbuh kembangnya menjadi baik. Stimulus tersebut dapat berupa pendidikan dengan pendidikan anak-anak lebih terarah khususnya dalam hal bermain anak akan diarahkan oleh guru atau pembimbing untuk melakukan aktifitas-aktifitas yang bermanfaat bagi perkembangan fisik dan mentalnya. Pendidikan usia dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan

perkembangan jasmani dan rohani anak sebagai persiapan untuk hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan lebih lanjut.

Permainan bolavoli terdapat teknik dasar yang diartika menurut sebagai cara memainkan bola secara efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal teknik dasar bolavoli meliputi teknik *servis*, *passing*, *smash*, dan *block* bila mana atlit menguasai teknik tersebut permainan bolavoli akan lebih menarik, begitu juga bila siswa bisa menguasai teknik dasar bolavoli siswa akan menjadi senang bila memainkan permainan bolavoli.

Penelitian peningkatan bolavoli telah dilakukan antara lain Heny Nurbaya dkk (2014) yang meneliti keterampilan *bloking* dengan metode bola *gantung*. Adhy (2015) meneliti keterampilan *passing* bawah dengan metode bermain bola pantul. Yoliana (2016) meneliti *servis* bawah dengan metode tahapan. Asri dan Ikhwan Abduh (2016) meneliti *passing* bawah dengan model pembelajaran langsung. Edwan dkk (2017) meneliti jamping *smash* dengan metode latihan *plyometric*.

Pembelajaran bolavoli untuk siswa sekolah dasar dapat dimodifikasi dengan menggunakan bola plastik berlapis spons agar dapat mempraktikkan gerakan teknik dasar

bermain secara menyenangkan. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pengaruh penggunaan bola plastik berlapis spon terhadap permainan bolavoli siswa sekolah dasar.

METODE PENELITIAN

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa kelas V MI Islamiyah Gunung Geni, dan siswa kelas V MI Sunan Derajat Banyuwangi. Peneliti mengambil teknik sampling secara nonprobalitas adalah teknik pengambilan sample yang ditemukan atau ditentukan sendiri oleh peneliti atau pertimbangan pakar. Peneliti mengambil sampel siswa kelas V MI Islamiyah yang mengikuti olahraga sejumlah 8 Anak. Dengan rincian laki-laki 6 siswa, dan perempuan 2 siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah 2 tes yaitu: *Pretest* keterampilan berupa *servis*, *Passing* bawah, *Passing* atas, *smash*, dan *block*. Dan *Post-test* sebelum *Post-test* siswa diberi pelatihan sebanyak 16x pertemuan dengan program latihan, test angket atau *kuesioner* ketertarikan siswa dalam bermain bola voli.

Rancangan Penelitian ini menggunakan rancangan kelompok kontrol tak-setara (*non-equivalent Control-Group design*) menurut kompromi kelompok kontrol-kelompok eksperimen (*compromise experimental group-control group*),

merupakan salah satu dari sejumlah jenis rancangan percobaan semu (*quasi experimental design*) yang paling lazim digunakan dalam lapangan pendidikan, karena peneliti tidak bisa melakukan perambangan (*random assignment*).

Pada uji beda rerata pada hasil *Pretest*, dimaksudkan untuk menjamin bahwa kedua sampel tidak berbeda secara *signifikan*. Pada uji beda *rerata* pada hasil *Posttest*, dimaksudkan untuk menguji hipotesis yang diajukan (bila dikehendaki lebih cermat, yang diuji bisa pula nilai-tambah antara *posttest* dengan *Pretest*). Berikut adalah rumus uji beda rerata yang digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan (bila dikehendaki lebih cermat, yang diuji bisa pula nilai-tambah antara *posttest* dengan *PreTest*). Contoh berikut, hanya dilakukan pada hasil *posttest*. Uji beda rerata dua sampel independen (t-test).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut adalah hasil perhitungan yang dilakukan dengan program Microstat, dan dioperasikan dengan sistem operasi DOS. Penulis memilih program ini karena tidak perlu diinstall tersendiri, melainkan cukup dicopy dan dijalankan di bawah perintah DOS (*Command Prompt C:* pada Menu *accessories*). Berikut jua dilampirkan tabel harga kritik dengan saya tandai terlebih

Bayu Septa Martaviano Triaiditya dan Moh. Agung Setiabudi

Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berlapis Spons Terhadap Permainan Bolavoli Siswa Sekolah Dasar

dulu sesuai dengan penelitian yang sedang dibahas.

1. *Pretest Deskripsi Data Utama*

Data Pretest

Tabel 1. Kecakapan awal kelompok eksperimen

No	Nama	Servis	P. Atas	P. Bawah	Smash	Block	Jml
1	Wahid	3,5	3	4	3,5	2,5	16,5
2	Dani	2	2	1,5	2	2,5	10
3	Sidik	3	2	3,5	2,5	3	14
4	Mistar	2	2	2,5	2	2,5	11
5	Fitri	1,5	1,5	2	2	2,5	9,5
6	Zahro	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	7,5
7	Amir	3	1,5	1,5	2	1	9
8	Junaidi	2,5	2,5	3	3	2	13

Data Pretest

Tabel 2. Kecakapan awal kelompok kontrol

No	Nama	Servis	P. Atas	P. Bawah	Smash	Block	Jml
1	Shohibul	4	3	3,5	2,5	2	15
2	Haris	3,5	2,5	2,5	1,5	1,5	16,5
3	Ahmad. M	3	2,5	4	3,5	2,5	15,5
4	Agus T	3,5	2,5	4	2,5	1,5	14,5
5	Hanifa	1,5	1	2	1,5	1,5	7,5
6	Dina	1,5	1,5	1,5	1	1,5	7
7	Muhammad R	3	1,5	3,5	2	1,5	11,5
8	Joni	4,5	3	2,5	2,5	3,5	16

2. *Post-test Deskripsi Data Utama*

Tabel 3. Kecakapan Akhir Kelompok *Eksperimen*

No	Nama	Servis	P. Atas	P. Bawah	Smash	Block
1	Wahid	6	5,5	6	6	6
2	Dani	4	5	6,5	4,5	4
3	Sidik	7	5	6	5	4,5
	Mistar	6	5	5	4,5	4,5
5	Fitri	5	4	4,5	4	4
6	Zahro	5	4	5	4	4
7	Amir	5,5	4,5	6	4,5	6
8	Junaidi	6	6	5	5,5	6

3. Deskripsi Data Utama Minat

a. Data Utama Minat MI Islamiyah

Tabel.4. Tabel Data Utama Minat

No	Nama	Pre test	Post test
1	Wahid	7	9
2	Dani	6	7
3	Sidik	4	6
4	Mistar	4	8
5	Fitri	4	8
6	Zahro	4	7
7	Amir	6	7
8	Junaidi	4	5

Data Utama Minat MI Sunan Derajat
Tabel 5. Data Utama Minat MI Sunan Derajat

No	Nama	Pre test	Post test
1	Shohibul	9	9
2	Haris	9	9
3	Ahmad. M	8	8
4	Agus Tianto	6	7
5	Hanifa	8	8
6	Dina	5	9
7	Muhammad Roni	5	9
8	Joni	5	8

Pembahasan

Uji perbedaan rerata sebelum perlakuan (*Pretest*) menunjukkan bahwa rerata untuk kelompok *Eksperimen* adalah 11.312, sedangkan kelompok kontrol adalah 12.937. Memang tampak lebih tinggi kelompok kontrol bila dibanding dengan kelompok *Eksperimen*. Namun demikian, perbedaan tersebut, berdasarkan hasil analisis uji beda rerata, menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan. Nilai t hitungnya adalah -1,6250, lebih rendah dengan d.f. 14, yang

dengan demikian t kritisnya adalah 2.145.

Uji perbedaan rerata setelah perlakuan (*Post-test*) menunjukkan bahwa rerata untuk kelompok *Eksperimen* adalah 25.4375, sedangkan kelompok kontrol adalah 25.3570. Memang tampak lebih tinggi kelompok *Eksperimen* bila dibanding dengan kelompok kontrol. Namun demikian, perbedaan tersebut, berdasarkan hasil analisis uji beda rerata, menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan. Nilai t hitungnya adalah 0375, dengan d.f. 14, yang dengan demikian t kritisnya adalah 2.145.

Uji perbedaan rerata sebelum perlakuan (*Pretest*) menunjukkan bahwa rerata untuk kelompok *Eksperimen* adalah 4.8750, sedangkan kelompok kontrol adalah 6.8750. Memang tampak lebih tinggi kelompok kontrol bila dibanding dengan kelompok *Eksperimen*. Namun demikian, perbedaan tersebut, berdasarkan hasil analisis uji beda rerata, menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan. Nilai t hitungnya adalah -2.5762, lebih rendah dengan dengan d.f. 14, yang dengan demikian t kritisnya adalah 2.145

Uji perbedaan rerata setelah perlakuan (*Post-test*) menunjukkan bahwa rerata untuk kelompok *Eksperimen* adalah 7.1250, sedangkan kelompok kontrol adalah 8.3750. Memang tampak lebih tinggi

kelompok kontrol bila dibanding dengan kelompok *Eksperimen*. Namun demikian, perbedaan tersebut, berdasarkan hasil analisis uji beda rerata, menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan. Nilai t hitungnya adalah -2.4356, dengan d.f. 14, yang dengan demikian t kritisnya adalah 2.145.

SIMPULAN

Berdasarkan pada data yang telah terkumpul, diolah, di analisa sebagai mana telah dijelaskan secara umum, penelitian ini telah menjawab permasalahan yang telah diajukan. Demikian pula permasalahan yang merupakan arah kegiatan penelitian ini telah di uji, maka dapat di simpulkan bahwa perubahan jenis bola dalam permainan bolavoli tidak berpengaruh positif terhadap empat kecakapan dasar bermain bola voli dan perubahan jenis bola, ternyata berpengaruh positif terhadap tingkat kesenangan dalam bermain bola voli.

Secara teoretik, berarti penggunaan bolaplastik berlapis *spons* dalam latihan bolavoli untuk anak-anak usia sekolah dasar tidak berpengaruh terhadap peningkatan kecakapan dasar bermain bola voli. Walaupun demikian, sebagaimana tampak dalam hasil observasi dan wawancara informal dengan anak-anak kelompok *Eksperimen*, penggunaan bolaplastik berlapis *spons* telah berhasil meningkatkan kesenangan dalam bermain bolavoli. Secara teoretik, peningkatan minat

terhadap permainan bolavoli ini pada gilirannya akan meningkatkan *intensitas* latihan, dan akhirnya bisa diharapkan juga meningkatkan kecakapan bermain bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, Abduh I (2016). Peningkatan Pemebelajaran Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Melalui Model Pembelajaran Langsung (*direct instructions*) pada siswa kelas V SDN No 1 Pesaku Kecamatan Dola Barat Kabupaten Sigi. *E-Jurnal Physical Education, Health And Recreation*, 4 (1): 1-15
- Edwan dkk (2017). Pengaruh metode latihan *plyometric* terhadap kemampuan *jumping smash* bolavoli siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang, kinestetik: jurnal ilmiah pendidikan jasmani, 1(1): 60-67
- Nur AAB (2015). Peningkatan Keterampilan *Passing Bawah* Bolavoli Dengan Menggunakan Metode Bermain Bolavoli Pantuk Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra di SMA Negeri 1 Sirampog Brebes, Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nur Baya dkk (2014). Upaya Meningkatkan Keterampilan *Blocking* Dalam Permainan Bolavoli Melalui Metode Bola Gantung Siswa Kelas V SDN 5 Landau Garong Tahun Pelajaran 2011/2012. *Jurnal Pendidikan*

Bayu Septa Martaviano Triaiditya dan Moh. Agung Setiabudi

Pengaruh Penggunaan Bola Plastik Berlapis Spons Terhadap Permainan Bolavoli Siswa Sekolah Dasar

- Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, 1 (1): 69-74
- Rahman A, Sahputra, Wakidi, (2014). Peningkatan dan Kecematan Smash Bolavoli dengan penerapan Media Audio visual pada kelas VIII SMP Negeri 1. Pinoh Utara, Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. 1 (1): 8-14.
- Winarno. M.E, (2011). Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani. Media cakrawala utama press.
- Fallo IS, Hendri, (2016). Upaya Meningkatkan Keterampilan Smash Permainan Bolavoli Melalui Pembelajaran Gaya Komando, Jurnal Pendidikan Olahaga 5(1): 10-19
- Yuliana, (2016). Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Bolavoli Dengan Metode Tahapan Di Sdn 08 Batuk, Artikel Ilmiah, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura
- Yudiana Y. (2013). *Permainan Bolavoli Bagi Anak Usia*, (Online). (<http://www.alkobandung.com>, diakses 20 Februari 2018)