

## PEMANFAATAN BOLA SPON TERHADAP HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH BOLAVOLI PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 1 SUKODONO

**Khairunisa\*, Taufiq Hidayat**

S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

\*khairunisakhairunisai@mhs.unesa.ac.id

### **Abstrak**

Bola spon yaitu salah satu bolavoli yang digunakan untuk memudahkan anak saat melakukan aktivitas fisik olahraga agar tidak mengalami rasa sakit saat bersentuhan dengan bola sehingga anak dapat dengan mudah mempelajari dan mempraktekkan *passing* bawah bolavoli saat pelajaran PJOK karena bola spon tergolong ringan dibanding dengan bolavoli standar pada umumnya. Bola Spon merupakan bola plastik polos yang lapsi dengan spon bergambar logo atau tulisan. Bola spon memiliki berat sekitar 100-110 gram, diameter bola spon 8 inci/20.32cm, dan ukuran keliling lingkaran bola spon 63,8cm. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono. Dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah *Randomized Control Group Pree Test-Post test design*. Populasi pada penelitian ini yaitu siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono sebanyak 10 kelas yaitu A, B, C, D, E, F, G, H, I, J dengan jumlah keseluruhan 310 siswa. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 2 kelas dari 10 kelas yang ada. Dari hasil analisa menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 25 dapat diketahui hasil penelitian ini adalah sebagai berikut 1) Ada pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono tahun ajaran 2018/2019. Hal ini ditunjukkan dari hasil penilaian kelompok eksperimen, pretest memiliki rata-rata 72.667 dan posttest 83.1667. Sedangkan kelompok kontrol memiliki rata-rata pretest 72.667 dan posttest 76.00. 2) Besarnya pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono tahun ajaran 2018/2019 yaitu sebesar 14.45% untuk kelompok eksperimen dan 4.58% untuk kelompok kontrol.

**Kata Kunci** : Bola spon, Bolavoli

### **Abstract**

Sponge ball is a modification volley balls which is used to facilitate the students in doing physical training. So, students will not be hurt when they use the ball. Thus, students could learn and practice volley ball passing technique in PE lesson easily, because sponge ball is relatively light compared to standard volley ball. Sponge ball is a plain plastic ball which is covered by lettering sponge. Sponge ball weight is around 100-110 grams with the diameter of the sponge ball is 8 inches / 20.32cm and the circumference of the ball is 63.8 cm. The purposes of this research are to find out the effect of using sponge ball toward the volleyball under-passing learning outcome and also to find out the influence of using sponge balls on the volleyball under-passing learning outcomes for seventh graders at Junior High School 1 Sukodono. This research used quasi experiment and descriptive quantitative approach. While Randomized Control Group Pre-test and Post-test design is used in this study. The populations in this study were seventh graders from 10 classes of Junior High School 1 Sukodono. The ten classes are namely A, B, C, D, E, F, G, H, I and J with the amount of the students are 310 students. While the samples in this study were 2 classes from 10 existing classes. From the SPSS application (Statistical Product and Service Solution) 25 version analysis, it is found that there are two results in this study; 1) there is an effect of the use of sponge balls toward the volleyball under-passing learning outcomes on seventh graders at Junior High School 1 Sukodono year period 2018/2019. This is proven by the results of the experimental group assessment, the mean score of the pre-test is 72.667 and the post-test is 83.1667. For the control group, the mean score of pre-test is 72.662 and the post-test is 76.00; 2) the magnitude of the effectiveness of using sponge balls on the volleyball under-passing learning outcomes for seventh graders at Junior High School 1 Sukodono year period 2018/2019 is 14.45% for the experimental group and 4.58% for the control group.

**Keywords** : Sponge ball, Volleyball.

## PENDAHULUAN

Dalam pendidikan formal, belajar merupakan suatu hal yang menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif. Sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Pendidikan suatu negara ditentukan oleh kualitas sumber daya manusia yang ada di dalamnya. Pendidikan begitu penting peranannya dalam membangun karakter suatu bangsa. Karakter suatu bangsa dapat dibentuk, salah satunya melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang ada di setiap jenjang pendidikan mulai dari tingkat dasar, menengah dan lanjutan. Pengertian Pendidikan Jasmani Menurut Undang-Undang No.20 tahun 2003 (di dalam Khamidi, 2008:82). Sistem Pendidikan Nasional adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi. menurut Jurnal Internasional Henrique (2017) Pendidikan Olahraga adalah model pembelajaran yang berupaya memberikan pengalaman olahraga yang lebih otentik Dalam ruang lingkup pendidikan jasmani kelas 7, pada silabus terdapat pembelajaran bola besar yang terdiri dari bolavoli, bola basket, dan sepak bola. Dari sekian banyak materi pembelajaran bola besar, penulis hanya meneliti tentang pembelajaran bolavoli. Bolavoli merupakan suatu olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing terdiri dari 6 orang pemain yang dipisahkan dengan net. Tidak dapat dipungkiri bahwa bolavoli telah menjadi olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat dunia, khususnya Indonesia. Untuk itu diharapkan pembinaan bolavoli sejak dini sudah mulai dilakukan di sekolah dengan latihan yang bertujuan meningkatkan kemampuan bermain serta untuk memperoleh kemenangan. Untuk dapat meningkatkan kemampuan bermain harus dapat menguasai teknik-teknik dasar permainan bolavoli dengan baik. Tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, permainan bolavoli tidak dapat dimainkan dengan sempurna. Adapun teknik dasar bolavoli dalam buku pardijono (2011:19) yaitu *passing*, *smash*, *block*, *serve*. *Passing* bawah merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai oleh pemain. Menurut Yunus (1992:79) *passing* bawah adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Agar pemain tidak merasa takut untuk melakukan *passing* bawah, maka bola yang digunakan haruslah lunak agar tidak menimbulkan rasa sakit. Salah satu bola yang lunak

adalah bola spon. Bola spon yaitu salah satu bolavoli yang digunakan untuk memudahkan anak saat melakukan aktivitas fisik olahraga agar tidak mengalami rasa sakit saat bersentuhan dengan bola sehingga anak dapat dengan mudah mempelajari dan mempraktikkan *passing* bawah bolavoli. Berdasarkan 2 kali observasi yang dilakukan penulis pada tanggal 12 dan 13 November 2018 di SMP Negeri 1 Sukodono. Siswa melakukan teknik *passing* bawah dengan menggunakan bola yang standar, sehingga banyak siswa yang mengeluh karena tangan yang merah dan bengkak karena tidak biasa melakukan *passing* bawah bolavoli dengan bola yang standar, sehingga siswa mengalami kesulitan dalam melakukan aktifitas gerakanya, dan mengakibatkan siswa malas mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah, khususnya materi *passing* bawah bolavoli. Sehingga ketika guru mengambil nilai akhir untuk kelas VII B tentang materi *passing* bawah bolavoli hasilnya belum maksimal karena dari 30 siswa yang ada masih 22 siswa yang belum mencapai KKM yang telah ditentukan sekolah yaitu 76 sedangkan yang sudah mencapai KKM ada 8 siswa. Maka dari itu perlu diberikan bola spon untuk *passing* bawah bolavoli. Berdasarkan masalah diatas maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “Pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono”. Bola spon yaitu salah satu bolavoli yang digunakan untuk memudahkan anak saat melakukan aktifitas fisik olahraga agar tidak mengalami rasa sakit saat bersentuhan dengan bola sehingga anak dapat dengan mudah mempelajari dan mempraktikkan *passing* bawah bolavoli saat pelajaran PJOK karena bola spon tergolong ringan dibanding dengan bolavoli standar pada umumnya. Ukuran keliling lingkaran bola voli standar adalah sekitar 65 – 67 cm. Berat bola voli standar sekitar 260 – 280 gram dan diameter bola voli standar adalah sekitar 18 – 20 cm. Bola Spon merupakan bola plastik polos yang lapisinya dengan spon bergambar logo atau tulisan. Bola spon memiliki berat sekitar 100-110 gram, diameter bola spon 8 inci/20.32cm, dan ukuran keliling lingkaran bola spon 63,8 cm. Belajar adalah proses mendapatkan pengetahuan. Menurut Mrunal dan Manvinder, Importance and Benefits of Learning Outcomes (2017:66) Hasil belajar adalah indikator keberhasilan suatu program. Sedangkan hasil belajar menurut Suprijono (2009:13) adalah perubahan perilaku, pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi dan keterampilan. Menurut Darlene A (2010) Bola voli adalah permainan interaktif dan dapat dibagi menjadi dua fase utama serangan dan pertahanan. Salah satu bentuk pertahanan yaitu *passing*

bawah. *Passing* bawah adalah mengoper bola kepada teman sendiri dengan posisi badan condong kedepan  $\pm 45^\circ$ , kaki dibuka selebar bahu, lutut sejajar dan rata rata air, tangan lurus kedepan dan jari-jari tangan mengepal serta pandangan fokus kepada bola. Menurut Yunus (1992:79) *Passing* adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Menurut Suprijono (2009:13) Hasil belajar adalah perubahan perilaku, pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi dan keterampilan

## METODE

Desain yang digunakan untuk penelitian ini adalah *Randomized Control Group Pree Test-Post test design*. Karena desain ini mendekati sempurna, karena adanya perlakuan, subjek digunakan secara acak/random, dan adanya pretest-posttest untuk memastikan adakah hasil dari perlakuan yang diberikan. Karena kelebihan yang dimiliki, desain ini banyak dipilih dan digunakan oleh para peneliti (Maksum,2018:118).

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono sebanyak 10 kelas, yaitu A - J dengan jumlah keseluruhan 310 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah 2 kelas dari 10 kelas yang ada, dengan pengambilan sampel dari perwakilan setiap kelas untuk mengambil kertas secara acak yang di dalamnya sudah tertulis sampel 1 dan sampel 2, perwakilan dari setiap kelas yang mengambil lintingan kertas bertuliskan sampel 1 atau sampel 2, dan kelas VIIC dan VIID menjadi sampel penelitian. Setelah sampel terpilih diundi lagi dengan mengambil kertas yang sudah tertulis kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perwakilan kelas VIIC yang mendapatkan lintingan kertas bertuliskan eksperimen, kelas tersebut yang menjadi sampel kelompok eksperimen dan perwakilan kelas VIID yang mendapat lintingan kertas bertuliskan kelompok kontrol, kelas tersebut yang menjadi sampel kelompok kontrol.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data yang diperoleh berdasarkan penelitian di lapangan saat melakukan tes keterampilan dapat dijabarkan sebagai berikut :

**Tabel 1. Deskripsi Data kelompok eksperiment**

Deskripsi Statistik						
	N	Minim	Maksi	Mean	Std. Deviasi	Varia n
Eks_P rettest	30	65.00	90.00	72.666	5.5294	30.575
Eks_P osttest	30	75.00	90.00	83.166	4.8215	23.247

Dari tabel 1 diketahui bahwa :

1. Pada pretest memiliki nilai mean sebesar 72.666, nilai varian sebesar 30.575, nilai standar deviasi sebesar 5.5294, nilai paling rendah sebesar 65.00, dan nilai paling tinggi sebesar 90.00.
2. Pada posttest memiliki nilai mean sebesar 83.166, nilai varian sebesar 23.247, nilai standar deviasi sebesar 4.8215, nilai paling rendah sebesar 75.00, dan nilai paling tinggi sebesar 90.00.

**Tabel 2. Deskripsi Data Kelompok Kontrol.**

Deskripsi Statistik						
	N	Minim al	Maks imal	Mean	Std. Deviasi	Varian
Kontrol_P retest	30	60.00	90.00	72.6667	6.26062	39.195
Kontrol_P osttest	30	70.00	90.00	76.0000	5.47723	30.000

Dari tabel 2 diketahui bahwa :

1. Pada pretest memiliki nilai mean sebesar 72.6667, nilai varian sebesar 39.195, nilai standar deviasi sebesar 6.26062, nilai paling rendah sebesar 60.00, dan nilai paling tinggi sebesar 90.00.
2. Pada posttest memiliki nilai mean sebesar 76.00, nilai varian sebesar 30.00, nilai standar deviasi sebesar 5.47723, nilai paling rendah sebesar 70.00, dan nilai paling tinggi sebesar 90.00.

**Tabel 3. Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

Kelompok	Tes	Stat.	Sig.	Hasil
Eksperimen	Pre	.252	.000 <sup>c</sup>	Tidak Normal Tidak Normal
	Post	.215	.001 <sup>c</sup>	
Kontrol	Pre	.198	.004 <sup>c</sup>	Tidak Normal Tidak Normal
	Post	.206	.002 <sup>c</sup>	

Dari tabel 3 diketahui bahwa :

Penghitungan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov - Smirnov* yang dimana data dikatakan normal jika nilai sig. melebihi 0,05.

Data kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak normal dikarenakan nilai sig < 0,05. Kemudian akan dilakukan uji beda, dikarenakan distribusi data tidak normal maka akan menggunakan uji *non-parametrik wilcoxon*.

**Tabel 4. Uji Non-Parametrik Wilcoxon pretest posttest**

kelo mpo k	N	test	Mean	Seli sih	Penin gkata n	Z	Sig.
Eks perimen t	30	Pre	72.6 667	10.5	14.45 %	-	.000
		Post	83.1 667				
Kon trol	30	Pre	72.6 667	3.33	4.58 %	-	.000
		Post	76.0 000				

Dari tabel 4 diketahui bahwa :

Kelompok eksperimen memiliki peningkatan 14.45% sedangkan kelompok kontrol memiliki peningkatan 4.58%.

Penelitian ini memiliki hasil yang sama dan mendukung, terlihat dari peneliti sebelumnya yang telah dilakukan oleh Setiana, dkk (2013) dengan judul Pendekatan Media Bola Karet *Passing* Bawah Bolavoli kelas IV SDN 1 Singkawang Tengah, yang menyatakan pembelajaran dengan modifikasi media pembelajaran menggunakan bola karet dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah dalam olahraga permainan bolavoli. Pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada ranah keterampilan memiliki nilai taraf signifikan, sig 0.00 < 0.05. Membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemanfaatan bola spon dengan hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pelaksanaan penelitian. Pada penelitian ini peneliti menemukan banyak keuntungan dalam melaksanakan penelitian,

yaitu siswa aktif mengikuti pembelajaran tanpa ada rasa takut dan sakit saat bersentuhan dengan bola dan terdapat juga kekurangan yang menjadi hambatan dalam proses penelitian, yaitu kehadiran siswa yang tidak lengkap sesuai dengan daftar absen yang ada pada saat penelitian berlangsung.

## PENUTUP

### Simpulan

1. Ada pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono tahun ajaran 2018 / 2019. Hal ini ditunjukkan dari hasil penilaian kelompok eksperimen, pretest mempunyai rata rata 72.667 dan posttest 83.1667. Sedangkan kelompok kontrol mempunyai rata-rata pretest 72.667 dan posttest 76.00.
2. Besarnya pengaruh pemanfaatan bola spon terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VII SMPN 1 Sukodono tahun ajaran 2018/2019 untuk kelompok eksperimen yaitu sebesar 33.03% dan untuk kelompok kontrol 4.58%.

### Saran

Guru PJOK bisa menjadikan bola spon sebagai pengenalan awal pada siswa dalam pembelajaran bolavoli untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa dan agar pembelajaran bisa lebih efisien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Darlene A. (2010) *International Journal of Volleyball research*.USA. Grambling State university of Louisiana
- Henrique, M.A (2017) *European journal of physical education and sports science European*. Auburn University
- Khamidi, Amrozi. (2008). Pendidikan dan Strategi Belajar Mengajar: pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: Unesa University Press
- Mrunal, dkk.2017. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS) Volume 22, Issue 3*,
- Maksum, Ali. (2018). Metodologi Penelitian dalam olahraga. Surabaya:Unesa University Press
- Maksum, Ali. (2018). Statistik dalam olahraga. Surabaya: Unesa University Press
- Pardijono, Taufiq Hidayat, dkk. (2011).BolaVoli. Surabaya: Unesa University Press
- Suprijono. 2009. Cooperative Learning (Teori Dan Aplikasi). Surabaya. Tanpa Penerbit.
- Yunus, M.1992. Olahraga Pilihan bolavoli. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti