

**PENGARUH MODIFIKASI PERMAINAN BOLA VOLI TERHADAP
KEGEMBIRAAN BELAJAR SISWA**

Achmad Showab*, Bernard Djawa

S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga,

Universitas Negeri Surabaya

*achmadshowab@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil modifikasi permainan bolavoli terhadap kegembiraan belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilakukan di SD Negeri Pagesangan dengan siswa kelas V sebagai subjeknya. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa modifikasi permainan bolavoli dapat meningkatkan kegembiraan belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebesar 67,63%. Peningkatan kegembiraan belajar siswa ditunjukkan dari hasil uji-t sampel sejenis yakni didapatkan nilai signifikansi (*2-tailed*) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga data disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang artinya ada pengaruh dari modifikasi permainan bolavoli. Berdasarkan hasil-hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa modifikasi permainan bolavoli dapat meningkatkan kegembiraan belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan rekreasi.

Kata kunci: Modifikasi, Permainan Bolavoli, dan Kegembiraan belajar.

Abstract

This study aims to describe the results of the volleyball game modification to the student excitement physical education. This was an experimental study with the design of *One Group Pretest-Posttest Design*. The study was conducted at Pagesangan State Elementary School with fifth grade students as subjects. Based on the results of the study, it is known that the modification of volleyball game can increase the joy of student learning in participating in Physical Education learning by 67.63%. Furthermore, It can increase student learning excitement. It is shown from the results of the t-test of similar samples that obtained significance value (*2-tailed*) amounted to $0,000 < 0.05$. So based on data, It can be concluded that there was an average difference between the pre-test and post-test results which means there is the effects of the modified game of volleyball. Based on the above results, it can be concluded that the modification of volleyball game can increase the joy of student learning in physical education, sports and recreation subjects.

Key words: Mods, Volley Ball games, and Joy of learning.

Universitas Negeri Surabaya

PENDAHULUAN

Menurut Rosdiani (2013:157) tujuan pendidikan jasmani adalah mengembangkan kondisi fisik, mental, dan integrasi sosial dan membentuk pribadi yang mandiri dan memilih bentuk pendidikan jasmani yang sesuai dengan keadaan kondisi seseorang, irama dan aktivitas fisik yang sesuai dengan keadaan lingkungan sosial dan membina kesehatan yang standar. Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), membantu siswa memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerak secara aman, efisien, dan efektif sehingga menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Suherman (2000: 1) mengatakan bahwa pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmanilah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Oleh karena itu tidaklah mengherankan apabila banyak yang meyakini dan mengatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan menyeluruh, dan sekaligus memiliki potensi yang strategis untuk mendidik. Namun pelaksanaan pendidikan jasmani di Indonesia terasa masih belum cukup memuaskan apabila dibandingkan dengan mata pelajaran lain atau dibandingkan dengan perannya sebagai bagian dari pendidikan secara umum. Kelemahan itu tampak dalam beberapa aspek seperti, ketimpangan dalam alokasi waktu untuk pendidikan jasmani dibandingkan dengan bidang studi lainnya dan status pendidikan jasmani yang masih dianggap kurang penting, dan tidak menentukan karir masa depan.

Olahraga bolavoli adalah suatu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain dan di setiap lapangan dipisahkan oleh net. Dalam permainan bolavoli ada beberapa teknik dasar yang digunakan. Teknik-teknik dalam permainan bolavoli terdiri dari *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli yaitu *passing*. *Passing* adalah memainkan bola kepada teman satu regu dengan teknik tertentu, sebagai

langkah awal untuk menyusun serangan kepada regu lawan. (Winarno, dkk 2013:114).

Guru mempunyai peran penting untuk membuat pembelajaran penjas yang sesuai (Sudarso dkk., 2019). Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh guru agar pembelajaran mencerminkan DAP yang berarti tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. (Suherman, 1999:55). modifikasi permainan bolavoli adalah memodifikasi permainan bolavoli yang sesungguhnya menjadi sebuah permainan bolavoli yang menyenangkan bagi siswa. Hal ini mempermudah pembelajaran bolavoli kepada siswa. Dalam penelitian ini modifikasi dilakukan hanya pada teknik *passing*, yakni *passing* bawah dan *passing* atas, serta memodifikasi sarana prasarana, yakni mulai dari bola, ukuran lapangan, tinggi net, dan jumlah pemain.

Tabel 1. Ukuran lapangan permainan bolavoli standar dan modifikasi.

Aspek	Standar	Modifikasi
Ukuran Lapangan	9 x 18 meter	8 x 12 meter
Bola	Nomor 5	Nomor 4
Tinggi Net	Laki-laki : 2,43 m Perempuan : 2,24 m	Laki-laki dan perempuan sama : 2,20 m
Jumlah Pemain	6 pemain	10 – 12 pemain

(Yunus, 1992 : 16).

Bentuk permainan modifikasi yang dibuat oleh penulis adalah sebagai berikut :

1. Berjalan dengan melakukan *passing* bawah berhadapan

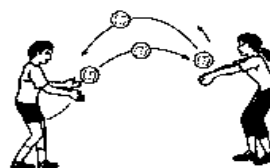
Jumlah pemain : 12 siswa (dibagi 2 tim berhdapan)

Alat yang digunakan : Bola plastik dan bolavoli

Lokasi : Di halaman atau di lapangan bolavoli modifikasi

Garis yang digunakan seperti tali, kapur atau dengan benda lainnya yang tidak membahayakan siswa pada saat pembelajaran.

Gambar 1. Melakukan *passing* bawah berhadapan



Cara bermain :

1. Siswa posisi saling berpasangan dan siap melakukan *passing*.

2. Setiap melakukan passing siswa berlari ke belakang untuk memberikan kesempatan pada siswa selanjutnya.

2. *Passing atas berhadapan*

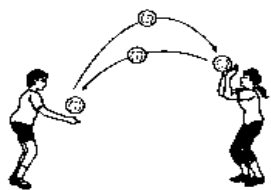
Jumlah pemain : 12 siswa (dibagi 2 tim berhadapan)

Alat yang digunakan : Bola plastik dan bolavoli

Lokasi : Di halaman atau di lapangan bolavoli modifikasi.

Garis yang digunakan seperti tali, kapur atau dengan benda lainnya yang tidak membahayakan siswa pada saat pembelajaran.

Gambar 2. Melakukan *passing atas* berpasangan



Cara bermain :

1. Siswa berbaris berhadapan dengan posisi siap melakukan passing atas
2. Setelah melakukan passing atas siswa berlari ke belakang bergantian dengan siswa yang lain.

3. *Bermain bolavoli dengan modifikasi (Bola memantul ke tanah terlebih dahulu)*

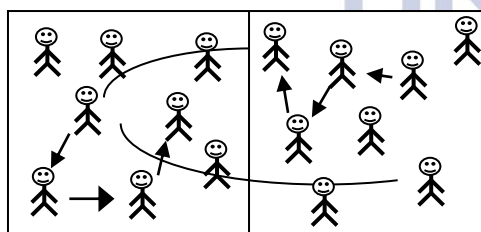
Jumlah pemain : 16 siswa (8 tim A - 8 tim B)

Alat yang digunakan : Bolavoli dan Net




Lokasi : Di halaman atau di lapangan bolavoli modifikasi.

Garis yang digunakan seperti tali, kapur atau dengan benda lainnya yang tidak membahayakan siswa pada saat pembelajaran.

Gambar 3. Bermain bolavoli dengan modifikasi *passing bawah*.



Keterangan :

-  : Siswa
-  : Arah bolavoli kepada teman
-  : Arah bolavoli ke lapangan lawan
- Lapangan : Panjang 12 m, lebar 8 m.
- Net : Tinggi 220 cm.

Peraturan permainan :

1. Guru membagi siswanya dalam beberapa kelompok Setiap kelompok terdiri dari delapan siswa dan menempati tempat yang telah ditentukan.
2. Bola yang dipassing lawan harus memantul ke tanah terlebih dahulu.
3. Dimainkan maksimal tiga kali sentuhan di lapangan sendiri.
4. bola harus memantul ke tanah maksimal sebanyak tiga kali dalam satu tim.
5. Jika bola jatuh di bidang lapangan lawan lebih dari tiga kali pantulan atau lawan tidak bisa mengembalikan bola kepada tim penyerang, maka poin untuk tim penyerang.
6. Apabila bola keluar dari bidang lapangan lawan maka poin untuk tim bertahan.
7. Pemenang ditentukan apabila sudah mencapai poin 10.
8. Dalam permainan ini hanya menggunakan satu bola.
9. Menggunakan satu bola.

Cara bermain :

1. Bila persiapan telah selesai, guru dapat memberikan tanda bahwa permainan dimulai (dengan cara meniupkan peluit tanda dimulai).
2. Guru melempar bola ke salah satu anggota kelompok.
3. Siswa yang mendapat bola melakukan *passing bawah* ke teman satu tim setelah bola memantul terlebih dahulu.
4. Setiap kelompok maksimal melakukan *passing bawah* sebanyak tiga kali (*passing ketiga* di arahkan ke lawan).

Dari penelitian Carroll dan Laumidis (2001) dikatakan bahwa siswa akan lebih cenderung melakukan aktivitas fisik jika mereka menganggap kegiatan itu menyenangkan. Dalam survei besar di Irlandia Utara yang dilakukan Kremer *et al.*, 1997 menunjukkan bahwa 69 persen dari sampel dikatakan bahwa kegembiraan merupakan faktor yang membuat anak-anak lebih tertarik dengan olahraga yang mereka pilih, dan 75 persen menyatakan kurangnya kegembiraan adalah faktor yang membuat mereka kurang tertarik dengan olahraga.

Weiss (1987) menyatakan bahwa anak-anak akan lebih cenderung untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik jika mereka menganggap kegiatan itu menyenangkan, dan kemungkinan partisipasi terus akan meningkat dengan karena motivasi intrinsik mereka juga meningkat.

Laws dan Fisher (1999) berpendapat bahwa kesenangan dan kegembiraan adalah kerangka referensi yang penting bagi remaja dan dapat merangkul segalanya

yang baik dan positif dalam lingkup pendidikan jasmani. Kesenangan dan kegembiraan juga dinilai menjadi alasan yang paling penting dari peringkat pendidikan jasmani dari siswa sekolah dasar di Taiwan (Chung dan Leung, 1998). Baik olahraga yang dari lembaga pendidikan dan organisasi non-pendidikan, berdasarkan penelitian yang dilakukan Fox dan Biddle (1988) dan Weiss (1987) menunjukkan bahwa kegembiraan meningkat karena siswa dapat menunjukkan kemampuannya, sehingga nantinya siswa akan senang dan melanjutkan kegiatan belajar. Hasil temuan dari beberapa studi menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam pendidikan jasmani berhubungan dengan kegembiraan dalam berolahraga, sehingga kemampuan anak dapat menjadi indikator kuat pada pendidikan jasmani (Luke dan Sinclair, 1991).

Dalam hal ini peneliti melakukan modifikasi permainan agar dapat membuat siswa senang dan gembira dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Karena ketika siswa merasa gembira dengan pembelajaran yang diajarkan oleh guru, siswa menjadi termotivasi untuk melakukan sesuai apa yang diajarkan oleh guru, dengan begitu mereka akan lebih mudah menerima pembelajaran dari guru.

METODE

Desain penelitian ini, dengan menggunakan *One Group Pretest-Posstest Design* yaitu yang dipilih bukan individu, melainkan kelompok atau area yang kemudian disebut *cluster*. (Maksum 2012:118).

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Pagesangan Surabaya. Materi pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah materi bolavoli pada kelas V semester genap tahun ajaran 2018/2019 dengan subyek penelitian berjumlah 60 peserta didik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket respon kegembiraan siswa. Deskripsi skor tersebut adalah skor 4 sangat setuju, skor 3 setuju, skor 2 tidak setuju, dan 1 sangat tidak setuju. Skor pada masing-masing pernyataan tercantum dalam tabel di bawah ini:

Tabel 2. Tabel skala likert

Pertanyaan	Skor			
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Adapun angket respon siswa diadopsi dari *Journal Of Sport And Exercise Psychology* yang Berjudul *Physical Activity Enjoyment Scale : Two Validation Studies* (Deborah & De Carlo, 1991).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data tersebut diperoleh dari hasil pengisian angket kuisisioner sebelum penerapan

modifikasi permainan bolavoli (*pre-test*) dan sesudah penerapan modifikasi permainan bolavoli (*post-test*), hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap kegembiraan siswa dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan program SPSS (*Statistical Package for the social science*) deskripsi data penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil rekapitulasi pre-test dan post test

Deskripsi	Pre-test	Post-test
Mean	35,93	60,23
Sandart Deviasi	6,40	7,40
Varians	40,97	54,82
Nilai Minimum	25,00	43,75
Nilai Maksimum	50,00	78,13

Berdasarkan hasil analisis Tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan berupa modifikasi permainan bolavoi (*pre-test*) didapat skor rata-rata sebesar 35,93 dengan *standart deviasi* 6,40, nilai *varians* sebesar 40,97, skor minimum 25,00, dan skor maksimum 50,00. Sedangkan hasil data yang diperoleh setelah diberikan perlakuan berupa modifikasi permainan bolavoli (*post-test*) yaitu didapatkan nilai rata-rata sebesar 60,23 dengan *standart deviasi* 7,40, nilai *varians* sebesar 54,82 skor minimum 43,75, dan skor maksimum 78,13.

Prasyarat untuk pengujian hipotesis adalah pengujian normalitas. Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang dianalisis tedistribusi normal atau tidak. Berdasarkan perhitungan SPSS menggunakan uji normalitas *one sample kolmogrov-smirnov test*, ketentuan pengujian hipotesisnya adalah jika nilai signifikan dari nilai hitung *kolmogrov-smirnov* berada di bawah nilai alpha (5%) maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Sedangkan jika nilai hitung *kolmogrov-smirnov* berada diatas nilai alpha (5%) maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Berikut data hasil pengujian normalitas.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Tes	Asymp sig (2-tiled)	Sig
Pre-test	0,199	0,05
Post-test	0,200	

Berikut hipotesis dari pengujian normalitas :

H_0 : Data terdistribusi normal

H_a : Data tidak terdistribusi normal

Dari Tabel 4 di atas dapat dikatakan bahwa nilai signifikansi dari kegembiraan belajar siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada *pre-test* 0,199>0,05 dengan alpha sebesar 5%, dan *post-test* didapatkan signifikansi

0,200>0,05 dengan alpha yang sama yaitu 5%. Sehingga dapat dikatakan bahwa data terdistribusi normal.

Untuk menguji hipotesis maka dilakukan uji t. Uji t digunakan untuk menguji hipotesis yakni adanya pengaruh yang signifikan modifikasi permainan bolavoli terhadap kegembiraan siswa. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Apabila nilai signifikansi (2-tailed) < 0,05, maka H₀ ditolak dan H_a diterima, sebaliknya jika nilai signifikansi (2-tailed) > 0,05, maka H₀ diterima dan H_a ditolak. Jika hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka penggunaan metode modifikasi permainan bolavoli memberikan pengaruh terhadap peningkatan kegembiraan siswa. Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan maka analisis data yang dilakukan adalah dengan analisis uji *paired t-test* (uji t dengan sampel sejenis). Nilai yang digunakan dalam perhitungan uji t adalah nilai *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel 4.3 sebagai berikut.

Tabel 5. Hasil uji t

Tes	Rerat a	Bed a	Uji T		
			t _{hitung}	Sig	Peningkata n
<i>Pre-test</i>	35,93	24,3	30,32	0,00	67,63%
<i>Post-test</i>	60,23	0	2	0	

Dari data yang ditunjukkan pada Tabel 5 di atas maka dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima, diketahui dari tabel bahwa nilai signifikansi (2-tailed) adalah sebesar 0,000<0,05, sehingga data disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil *pre-test* dan *post-test* yang artinya ada pengaruh dari modifikasi permainan bolavoli dalam meningkatkan kegembiraan belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Untuk mengetahui berapa peningkatan kegembiraan belajar siswa dilakukan perhitungan berikut

$$\begin{aligned}
 \text{Peningkatan} &= \frac{M_D}{M_{pre}} \times 100\% \\
 &= \frac{24,30}{35,93} \\
 &= 67,63 \%
 \end{aligned}$$

Keterangan :

M_D = Mean degree
(beda mean *pre-test* dan *post-test*)

M_{pre} = Mean *pre-test*

Dari hasil analisis uji-t terdapat perbedaan yang signifikan antara kegembiraan siswa kelas V SD Negeri Pagesangan dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebelum dan sesudah diterapkannya modifikasi permainan bolavoli. Pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap kegembiraan siswa kelas V SD Negeri Pagesangan dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diperoleh sebesar 67,63%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi permainan bolavoli dapat menumbuhkan rasa gembira siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.

PENUTUP

Simpulan

Hal ini dapat dikatakan bahwa penerapan modifikasi permainan bolavoli terhadap kegembiraan siswa memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kegembiraan siswa SD Negeri Pagesangan dalam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penerapan modifikasi permainan bolavoli memberikan peningkatan yang positif terhadap kegembiraan siswa SD Negeri Pagesangan dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yakni sebesar 67,63%.

Saran

Penerapan modifikasi permainan bola voli dapat sebagai acuan bagi para pendidik dalam menumbuhkan kegembiraan peserta didik dalam pelajaran bola voli. Modifikasi dapat dilakukan dengan variasi lain yang lebih banyak. Serta modifikasi disesuaikan dengan kemampuan peserta didik sehingga dapat lebih mudah dimengerti.

DAFTAR PUSTAKA

Carroll, B. and Laumidis, J. (2001). *Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school*. European Physical Education Review, Vol 7(1) : 24-43.

Chung, P. and Leung, M. (1998) *Attitudes Toward Physical Activity among Primary School Children in Hong Kong and Taiwan*, Journal of Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance 34: 32-7.

Deborah, K and De Carlo, K. J. 1991. *Physical Activity Enjoyment Scale : Two Vallidation Studies*. Journal Of Sport And Exercise Psychology 13: 50-64.

- Fox, K. and Biddle, S. (1988). *The Child's Perspective in Physical Education, Part 3: A Question of Attitudes*, British Journal of Physical Education 19: 107–11.
- Kremer, J., Trew, K. and Ogle, S. (eds) (1997) *Young People's Involvement in Sport*. London: Routledge.
- Laws, C. and Fisher, R. (1999) 'Pupils' Interpretations of Physical Education', in C.A. Hardy and M. Mawer (eds) *Learning and Teaching in Physical Education*, pp. 23–37. 1 311 Routledge.
- Luke, M.D. and Sinclair, G.D. (1991) *Gender Differences in Adolescents' Attitudes Towards School Physical Education*, Journal of Teaching in Physical Education 11: 31–46.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2018. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Rosdiani, Dini. 2013. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Sudarso, Djawa, B., Wisnu, H., Prabowo, S. A., Al Ardha, M. A., & Prakoso, B. B. (2019). Physical Education Teacher's Quality Based on the Indonesia National Standards. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 335, 824–829. Retrieved from <https://www.atlantispress.com/proceedings/icesshum-19/125914738>
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud Dikdasmen.
- Winarno, M.E. dkk. 2013. *Teknik Dasar Bermain Bolavoli*. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Weiss, M.R. (1987) *Self Esteem and Achievement in Children's Sport and Physical Activity*, in D. Gould and M.R. Weiss (eds) *Advances in Pediatric Sport Sciences*, vol. 2, Behavioural Issues, pp. 87–119. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.