

PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA DAN TANGAN DENGAN CARA PASSING BOLA KE ATAS TERHADAP HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLAVOLI STUDI PADA SISWA SMA ASSA'ADAH BUNGAH GRESIK

Muhammad Hendrik Supriyanto

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, yayaakchyono@gmail.com

Pardijono

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Pembelajaran bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang membangun rasa kebersamaan dan kerjasama sebuah tim agar terbentuk sebuah regu yang kompak yang akan digunakan untuk penyerangan ke daerah lawan. Salah satu bentuk teknik dasar dalam olahraga bolavoli adalah *passing* bawah dengan mengkoordinasikan mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap permainan bolavoli. Hasil yang diharapkan itu akan tercapai setelah masa yang cukup lama. Karena itu upaya pembinaan peserta didik melalui latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli, membutuhkan keuletan, kesabaran dan keikhlasan untuk berkorban.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran dan peningkatan koordinasi mata dan tangan dengan metode *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa pada kelas yang memiliki rata-rata nilai latihan koordinasi, di SMA ASSA'ADAH Bunga Gresik. Metode pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling*. Sampel pada dalam penelitian ini yaitu siswa kelas X yang memiliki nilai rata-rata latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara memassing bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli di SMA ASSA'ADAH Bunga Gresik. Jumlah sampel pada penelitian ini berjumlah 45 siswa. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu. Pengumpulan data dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi, variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis.

Berdasarkan hasil tes melalui latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa SMA ASSA'ADAH Bunga Gresik memiliki rata-rata sebesar 13,8 dengan varians sebesar 115.375, standar deviasi sebesar 10.741, serta nilai terendah 3,0 dan tertinggi sebesar 43,5. Hal ini membuktikan bahwa latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa SMA ASSA'ADAH Bunga Gresik termasuk dalam kondisi kurang yaitu 32.4%.

Kata Kunci : latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli

Abstract

Learning volleyball one a sport that builds a sense of community and cooperation in order to form a team a team that will be used to compact the area to attack the opponent. One form of the basic techniques in the sport of volleyball is passing under the hand eye co-ordinate the way up to the ball memasing volleyball game. The expected results will be achieved after a fairly long period. Because the coaching efforts of students through exercises and hand eye coordination by way of passing the ball to the top of the learning outcomes of passing down volleyball, requires tenacity, patience and the willingness to sacrifice.

The purpose of this study was to determine the effect of learning and improving hand-eye coordination and the method of passing the ball to the top of the learning outcomes of students passing under the volleyball in a class that has an average value of coordination exercises, in high school ASSA'ADAH Bunga Gresik. Sampil retrieval method is purposive sampling. The sample in this study are students of class X which has an average value of eye and hand coordination exercises memassing way the ball up against the learning outcomes in high school volleyball passing under ASSA'ADAH Bunga Gresik. The number of samples in this study are 45 students. This research uses descriptive quantitative research. Descriptive research is research conducted to describe the phenomena or event. File collection was conducted to obtain information related to the phenomena, conditions, certain variables and is not intended to perform hypothesis testing.

Based on the test results through exercise and hand eye coordination by way of passing the ball to the top of the learning outcomes of students' high school volleyball passing under ASSA'ADAH Bunga Gresik has an average of 13.8 with a variance of 115 375, a standard deviation of 10 741, and the lowest value 3 ,

0 and the highest was 43.5. This proves that the eye and hand coordination exercise by passing the ball to the top of the learning outcomes of students' high school volleyball passing under ASSA'ADAH Bungah Gresik including in poor condition ie 32.4%.

Keywords: hand-eye coordination exercise by passing the ball to the top of the learning outcomes of passing under volleyball

PENDAHULUAN

Permainan bolavoli mengalami perkembangan yang sangat pesat yang artinya telah terkenal dan diminati oleh seluruh lapisan masyarakat dari anak-anak hingga orang dewasa, baik pria maupun wanita.

Arti dari permainan bolavoli sendiri adalah permainan beregu bola besar yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regunya terdiri atas enam orang dan dimainkan dilapangan yang berukuran 9 x 18 m, dengan dibatasi oleh sebuah net ditengah lapangan. Cara memainkan bolavoli yaitu tiap regu berhak atas tiga kali sentuhan bola dengan menggunakan tangan untuk dapat menyebrangkan bola kedaerah lawan tanpa ada unsur bola menyentuh lantai atau daerah permainan sendiri.

Dalam permainan bolavoli terdapat beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan bolavoli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block* dan *smash*.

Setiap cabang olahraga memerlukan koordinasi gerakan, pengaturan gerakan yang termasuk didalamnya *passing* bawah dalam bolavoli, agar dapat dihasilkan gerakan yang benar. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh hasil belajar *passing* bawah bolavoli diperlukan pembelajaran koordinasi mata tangan.

Adapun "koordinasi mata-tangan" adalah kemampuan seseorang untuk menggabungkan daya lihat dan gerakan tangan kedalam suatu pola gerak yang efisien, kemampuan untuk melempar, memukul, menangkap dan menuntut hubungan kerja yang erat antara mata dan *System Neomuscular*. (Yunus, 1992:201).

Dari pengamatan di atas nampak bahwa koordinasi mata-tangan memainkan peran yang sangat besar dalam setiap aktifitas gerak dalam olahraga, terutama yang melibatkan fungsi tangan dan pengamatan terhadap suatu obyek. Kedua anggota tubuh tersebut, yaitu mata dan tangan, bila melaksanakan fungsinya untuk suatu tugas bersama-sama dengan yang lain akan bekerja secara terpadu. Banyak gerakan dalam olahraga yang memerlukan koordinasi mata-tangan.

Dari uraian di atas maka peneliti mengambil suatu judul permasalahan dalam penelitian ini. Yaitu "Pengaruh latihan koordinasi mata dan tangan dengan cara *passing* bola ke atas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli studi pada siswa SMA Assa'adah Bungah Gresik

METODE

Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan *kuantitatif*, yang artinya suatu penilaian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan sebab-

akibat diantara variabel-variabel yang ada. (Maksum, 2008:10).

Variabel adalah suatu konsep yang dimiliki variabilitas atau keragaman. Sedangkan konsep sendiri abstraksi atau penggambaran dari suatu fenomena atau gejala tertentu. Variabel juga dapat digolongkan menjadi dua yaitu Variabel bebas (*Independent Variable*) dan Variabel Terikat (*Dependent Variable*). Dalam penelitian ini Variabel bebas adalah latihan koordinasi mata-tangan dengan cara *passing* bola ke atas sedangkan Variabel terikat adalah hasil belajar *passing* bawah permainan bolavoli.

Populasi dalam penelitian ini yaitu keseluruhan siswa kelas X SMA Assa'adah Bungah Gresik yang terdiri dari sepuluh kelas.

penelitian ini menggunakan teknik *Random sampling*. *Random sampling* adalah teknik sampling yang memberikan peluang yang sama bagi individu yang menjadi anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel.

Cara pengambilan sampel berupa undian dengan menggunakan kertas kecil yang didalamnya ditulis nama kelas yang akan dijadikan sampel, kemudian dimasukkan kedalam toples untuk diundi. Dengan demikian masing-masing kelas mempunyai kesempatan untuk menjadi sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil peneilitian ini akan membahas tentang hasil tes pengaruh latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*). Penerapan pembelajaran latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah pada permainan bolavoli. Kemudian ke-2 data hasil tes tersebut (*pre-test* dan *post-test*) akan dianalisis untuk mengetahui apakah ada perbedaan kemampuan *passing* siswa sebelum dan sesudah menerima penerapan latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah pada permainan bolavoli. Deskripsi data hasil tes

Tabel 1 Deskripsi Hasil Tes *Passing* siswa

Deskripsi	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Beda
Rata-rata	13,8	17,9	4,9
Standar Deviasi	10,741	11,12	2,798
Varians	115,375	123,700	7,828
Nilai Maksimum	43,5	45,5	11,5
Nilai Minimum	3,0	5,0	-1,0
Peningkatan	32,4%		

Tabel 2 Hasil normalitas data

Data	χ^2 hitung	χ^2 tabel	Keterangan
Pre-test	19,280	11,07	Tidak Normal
Post-test	20,242	11,07	Tidak Normal

Tabel 3 Hasil uji homogenitas

Data	F _{hitung}	F _{tabel}	Keterangan
Pre-test dan post-test	1,072	1,64	Homogen

Berdasarkan hasil dengan perhitungan manual dan dengan menggunakan program SPSS for windows release 17,0, selanjutnya deskripsi data hasil tes dapat dijabarkan lebih lanjut sebagai berikut:

Dari Tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata nilai hasil test *passing* siswa sebelum penerapan latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas (Pre-Test) permainan bolavoli sebesar 13,8 dengan varians sebesar 115.375, standar deviasi sebesar 10.741, serta nilai terendah 3,0 dan tertinggi sebesar 43,5.

Untuk hasil sesudah penerapan latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas permainan bolavoli (Post-Test) rata-rata memperoleh 17,9 dengan varians sebesar 123,700, standar deviasi sebesar 11,12, serta nilai terendah dan tertinggi sebesar 5,0 dan 45,5.

Nilai beda rata-rata antara *pre-test* dan *post test* adalah sebesar 4,4 dengan varians sebesar 7,828, standar deviasi sebesar 2,798, dan untuk nilai beda terendah dan tertinggi masing-masing sebesar -1,0 dan 11,5.

Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada peningkatan rata-rata hasil belajar *passing* siswa sebesar 32,4%. Hal ini berarti bahwa penerapan latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas permainan bolavoli ternyata memberikan rata-rata peningkatan yang positif sebesar 32,4%.

koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas siswa kelas X di SMA ASSA'ADAH Bungah Gresik dan berdasarkan hasil dengan perhitungan menggunakan program komputer *Statistical Package the Social Sciences (SPSS) FOR Window 17.0* menunjukkan nilai tes rata-rata sebesar 13,8 dengan varians sebesar 115.375, standar deviasi sebesar 10.741, serta nilai terendah 3,0 dan tertinggi sebesar 43,5.

Dalam hal ini akan disajikan kesimpulan dan saran-saran sesuai dengan hasil penelitian sebagai rekomendasi hasil penelitian.

PENUTUP

Simpulan

1. Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian terdapat pengaruh tentang latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola

keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa kelas X di SMA ASSA'ADAH Bungah Gresik.

2. Pengaruh latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa kelas X di SMA ASSA'ADAH Bungah Gresik memiliki nilai rata-rata sebesar 32,4%.

Saran

Berdasarkan keseluruhan dari hasil dan pembahasan pada penelitian ini, maka diberikan beberapa saran yang diharapkan dapat memberi manfaat hasil penelitian ini. Adapun saran tersebut antara lain:

1. Sesuai dengan hasil penelitian maka guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan disekolah harus berusaha lebih baik lagi untuk dapat memberikan penjelasan sejak dini tentang pentingnya latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli.
2. Agar mendapatkan hasil belajar yang lebih baik khususnya dalam melakukan permainan bolavoli, hendaknya siswa mengupayakan agar lebih memahami pentingnya latihan koordinasi mata tangan dengan cara memasing bola keatas terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli, sehingga siswa mampu melakukannya dengan teknik dan kemampuan yang sesuai dengan prosedur tanpa mengalami kesalahan dan kelelahan yang berarti.

DAFTAR PUSTAKA

- Maksum, Ali. 2008. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya
- Maksum, Ali. 2008. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPTK.