



**PENGARUH PEMBELAJARAN METODE DRILL TERHADAP
PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR BOLA *SOFTBALL*
KELAS 7 SMP NEGERI 1 KOTA MALANG**

Abimantrana Astari Pradana ^{1✉, 2}

Universitas Negeri Malang
abimantrana.ap@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: September-2019
Disetujui: Desember-2019
Dipublikasikan : Desember-2019

Kata Kunci:

pembelajaran, metode *drill*, hasil belajar, lempar, *softball*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* akibat pembelajaran metode *drill* dinamis dan statis. Hasil analisis varian satu jalur dan LSD $\alpha 0,05$ ($F_{hitung} 13,0949 > F_{tabel \alpha 0,05} 4,1708$ dan \bar{X}_1 vs $\bar{X}_2 1,60 > LSD_{\alpha 0,05} 0,01$) ada perbedaan pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis dan statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball*. Pembelajaran *drill* dinamis lebih baik terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* dibandingkan *drill* statis.

Abstract

The Purpose of this research is to know the effect of learning method of dynamic drill and static drill to increase learning result of throwing in softball. The result of one way anova analysis and LSD $\alpha 0,05$ ($F_{count} 13,0949 > F_{table \alpha 0,05} 4,1708$ and \bar{X}_1 vs $\bar{X}_2 1,60 > LSD_{\alpha 0,05} 0,01$) mean there is difference of influence effect of learning drill and command method to increase learning result throwing in softball. Learning dynamic drill method is better than static drill method to increase result softball throwing.

© 2019 Universitas Negeri Malang

✉ Alamat korespondensi:
E-mail: abimantrana.ap@gmail.com

ISSN: 2614-8293 (Online)

PENDAHULUAN

Saat ini kemampuan siswa melakukan teknik-teknik dalam mata pelajaran pendidikan jasmani cukup rendah. Hal tersebut dikarenakan siswa kurang bersemangat dan kurang fokus dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Faktor lain yang menyebabkan kemampuan siswa rendah adalah para siswa mudah merasa bosan dengan pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Variasi metode

pembelajaran dibutuhkan dalam kegiatan pembelajaran. Variasi metode dibutuhkan untuk menghilangkan rasa bosan siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Selain itu variasi metode dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan teknik-teknik yang diajarkan saat pembelajaran.

Rendahnya kemampuan teknik dasar siswa juga terjadi pada pembelajaran *softball*. Salah satu teknik dasar dalam *softball* yang harus dikuasai adalah melempar. Menurut Christina dan Advendi (2011:15) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain *softball*, yaitu teknik melempar, menangkap, memukul bola, lari mengelilingi lapangan (*base running*), dan *sliding*. Hal tersebut dikarenakan, inti dari permainan *softball* adalah lempar dan tangkap. Hampir seluruh permainan didominasi oleh lemparan bola baik dari jarak yang cukup dekat hingga jarak yang jauh.

Di dalam proses belajar-mengajar, guru harus memiliki strategi agar siswa dapat belajar secara efektif dan efisien, mengena pada tujuan yang diharapkan. Menurut Hamid (2012:216), “metode latihan atau *drill* merupakan metode yang digunakan guru untuk mengajar dalam upaya menanamkan berbagai kebiasaan atau keterampilan tertentu kepada para siswa”. Hal tersebut sebagai sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan. Dengan mengulangi gerakan atau kegiatan yang dilakukan, maka seseorang akan dapat membentuk suatu kebiasaan yang akan direkam oleh otak.

Menurut Khanifatul (2013:14) menjelaskan “ pembelajaran adalah usaha sadar yang dilakukan oleh guru atau peserta didik untuk membuat siswa atau peserta didik belajar (mengubah tingkah laku untuk mendapatkan kemampuan baru) yang berisi suatu sistem atau rancangan untuk mencapai suatu tujuan”. Hubungannya dengan beberapa hal yang tidak bisa ditinggalkan dalam mencapai tujuan pembelajaran adalah cara pengajar atau guru dalam mengkoordinasi bahan ajarnya, mengkoordinasi murid, dan bagaimana menata interaksi antara sumber belajar yang ada supaya dapat berfungsi secara optimal.

Ciri utama dari kegiatan pembelajaran adalah adanya interaksi yang terjadi antara siswa dengan lingkungan belajarnya, baik itu dengan guru, teman-temannya, media pembelajaran, dan atau sumber-sumber belajar yang lain, yang berkaitan dengan komponen-komponen pembelajaran itu sendiri. Menurut Riyana (2010:3) yang menyatakan bahwa “di dalam pembelajaran akan terdapat komponen-komponen sebagai berikut; tujuan, materi/bahan ajar, metode dan media, evaluasi, anak didik/siswa, dan pendidik/guru”.

Belajar dan proses pembelajaran erat kaitannya dengan proses kearah perubahan sebagai hasil belajar. Banyak kelompok teori yang memberikan pandangan khusus tentang hasil belajar. Salah satunya teori belajar Gagne yang merupakan perpaduan seimbang antara behaviorisme dan kognitivisme yang berpangkal pada teori pengolahan informasi. Gagne (dalam Ainurrahman, 2013:46-47) menyimpulkan ada 5 macam hasil belajar, (1) keterampilan intelektual, (2) strategi kognitif, (3) informasi verbal, (4) keterampilan motorik, (5) sikap. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses kegiatan atau interaksi yang dilakukan anatar guru dan siswa maupun interaksi siswa dengan sumber belajar lainnya untuk mencapai suatu tujuan.

Beberapa penelitian sehubungan dengan metode *drill* pernah dilakukan sebelumnya, di antaranya dengan judul *Upaya Meningkatkan Keterampilan Smash Bolavoli Menggunakan Metode Drill Bervariasi untuk Pembelajaran Siswa Kelas Olahraga SMP Negeri 1 Batu* oleh Pradanang Arif Wibowo (2012), penelitian yang dilakukan oleh Miqdad Yosi Nizhom Fahmi (2018) dengan judul *Pengaruh Pembelajaran Variasi Dribble Lurus dan Dribble Zig-zag Menggunakan Modifikasi Bola Plastik terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dribble Sepakbola Siswa Kelas XI SMAN 5 Malang*, dan penelitian yang dilakukan oleh Tri Sakti Oktaviani (2018) dengan judul *Pengaruh Pembelajaran Metode Drill dan Komando terhadap Peningkatan Hasil Belajar Dribble Bolabasket Kelas XI SMAN 5 Malang*. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa metode *drill* adalah proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu. Metode *drill* dengan variasi yang diberikan dapat meningkatkan keterampilan tertentu.

Dapat disimpulkan bahwa metode *drill* atau latihan adalah metode cara mengajar dengan melakukan kegiatan yang berbasis menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu yang bertujuan agar siswa memiliki ketangkasan dari materi yang diberikan oleh guru. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan metode *drill* sebagai metode yang diterapkan kepada objek penelitian agar mampu menguasai teknik lempar dalam olahraga *softball*. Metode *drill* yang digunakan dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua macam yakni, *drill* dinamis dan *drill* statis. *Drill* dinamis dimaksudkan dengan

melakukan gerakan melempar bola *softball* dengan menggunakan awalan berlari atau berjalan, sedangkan *drill* statis dalam penelitian ini dimaksudkan dengan melakukan gerakan lempar bola *softball* tanpa menggunakan awalan.

Hasil tes awal observasi berupa tes lempar bola *softball* yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan 3 orang (8,82%) terdapat pada kategori baik sekali, 5 orang (14,71%) terdapat pada kategori baik, 11 orang (32,35%) terdapat pada kategori cukup, 5 orang (8,82%) terdapat pada kategori kurang, dan 10 orang (29,41%) terdapat pada kategori sangat kurang.

Berdasarkan penjelasan dan fakta mengenai pembelajaran lempar bola *softball* yang telah disebutkan, maka telah dilakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pembelajaran Metode Drill Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Lempar Bola Softball Kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Malang”. Secara khusus, penelitian memiliki tujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh pembelajaran antara metode *drill* dinamis dan statis yang paling efektif terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Malang.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen bentuk “*desain randomized control group pretest-posttest*”. Dilihat dari masalah yang diteliti, jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen semu. Variabel yang diteliti berupa, (1) variabel terikat yaitu hasil belajar lempar jauh bola *softball*, (2) variabel bebas yaitu, (a) metode *drill* dinamis dan (b) metode *drill* statis.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7B SMP Negeri 1 Kota Malang yang mendapat pembelajaran *softball* berjumlah 32 siswa. Teknik sampel yang dipilih adalah *purposive systematic random sampling*. Sesuai dengan rancangan yang disusun dalam penelitian ini, maka dalam penelitian ini peneliti membagi kelompok menjadi dua kelompok dengan menggunakan teknik *ordinal pairing matching* (Kusumawati, 2015:90) yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (sebagai pembandingan).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa instrumen tes dan non-tes. Tes yang dilakukan dalam penelitian ini berupa tes lempar bola dengan jarak sejauh-jauhnya dari garis batas lempar, dan instrumen non-tes dalam penelitian ini berupa lembar pedoman observasi yang digunakan untuk mengamati pelaksanaan tes lempar jauh bola *softball* dan pelaksanaan pembelajaran.

Teknik pengumpulan data menggunakan (1) teknik pengukuran bentuk tes berupa tes lempar bola *softball*, (2) teknik eksperimen dengan memberikan *treatment* berupa pembelajaran, dan (3) teknik observasi untuk mengamati tes keterampilan dan pembelajaran teknik dasar melempar. Tahapan pengumpulan data dimulai dengan tahap persiapan, (a) menentukan subyek penelitian, (b) mengajukan surat ijin penelitian, (c) menyusun RPP menggunakan metode *drill* dinamis dan *drill* statis, (d) menyusun petunjuk pelaksanaan tes, dan (e) menyiapkan sarana prasarana. Tahap pelaksanaan, penulis melakukan kegiatan, (a) memberi penjelasan mengenai instrumen tes lempar bola *softball*, (b) melakukan tes awal (*pretest*) berupa tes lempar bola *softball*, (c) pelaksanaan pemberian perlakuan berupa metode *drill* dinamis dan *drill* statis selama 6 minggu yang dalam setiap minggunya terdapat 2 kali pertemuan, (d) melakukan tes akhir (*posttest*) berupa tes lempar bola *softball*, (e) mengumpulkan hasil tes yang telah dilakukan, dan (f) menganalisis data yang telah diperoleh.

Berdasarkan tujuan penelitian dan dengan pertimbangan jenis data berupa data rasio, maka data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji-t berpasangan dan analisis varian satu jalur (*one way anova*). Analisis varian satu jalur membutuhkan persyaratan yang harus dipenuhi, yaitu uji normalitas data menggunakan teknik *Lilliefors* (Djudin, 2013:7) dan uji homogenitas varian dalam populasi dilakukan dengan teknik uji F_{max} (Sudaryono dan Asep, 2012:211). Jika hasil analisis varian satu jalur (*one way anova*) $F_{hitung} > F_{tabel\alpha = 0,05}$, dilakukan uji lanjut menggunakan uji *Least Significance Difference* (LSD). Prosedur analisis data dilakukan secara manual dengan menggunakan bantuan kalkulator Casio FX 3900 PV. Pengujian hipotesis menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL

Hasil data tes keterampilan lempar bola *softball* untuk analisis adalah skor awal (*pretest*) dan skor akhir (*posttest*) keterampilan lempar bola *softball* peserta didik kelas 7B SMP Negeri 1 Malang. Deskripsi data hasil tes keterampilan lempar bola *softball* terdapat pada tabel 1.

Tabel 1. Data Hasil

Data Hasil Belajar		Tes Awal (m)	Tes Akhir (m)
Kelompok Drill Dinamis	N	17	17
	Mean	16,6125	21,3188
	SD	2,9019	3,20
	Max	21,5	27,3
	Min	11,5	15,5
Kelompok Drill Statis	N	17	17
	Mean	16,6063	19,7125
	SD	2,7709	3,1874
	Max	20,8	25,4
	Min	12,3	15,1

Keterangan:

N : Jumlah sampel

mean : Rata-rata skor tes keterampilan lempar bola *softball*

SD : Standar deviasi (simpangan baku)

maks : Skor maksimum hasil tes lempar bola *softball*

min : Skor minimum hasil tes lempar bola *softball*

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas menggunakan teknik liliefors, diperoleh untuk kelompok *drill* dinamis pada jarak lempar untuk tes awal yaitu $L_{hitung} 0,0966 < L_{tabel \alpha 0,05} 0,2130$, pada saat pelaksanaan tes akhir diperoleh $L_{hitung} 0,0645 < L_{tabel \alpha 0,05} 0,2130$. Berdasarkan hasil analisis uji normalitas menggunakan teknik liliefors, diperoleh untuk kelompok *drill* statis pada jarak lempar untuk tes awal yaitu $L_{hitung} 0,1172 < L_{tabel \alpha 0,05} 0,2130$, pada saat pelaksanaan tes akhir diperoleh $L_{hitung} 0,1496 < L_{tabel \alpha 0,05} 0,2130$.

Berdasarkan hasil analisis data uji normalitas untuk seluruh kelompok menggunakan teknik *liliefors* pada waktu tes awal diperoleh hasil $L_{hitung} 0,0860$ dan $L_{tabel \alpha 0,05} 0,15662$, dan pada waktu tes akhir diperoleh hasil $L_{hitung} 0,0972$ dan $L_{tabel \alpha 0,05} 0,15662$. Secara keseluruhan hasil analisis uji normalitas untuk populasi kelompok tes awal dan tes akhir $L_{hitung} < L_{tabel \alpha 0,05}$, sehingga data menunjukkan berdistribusi normal dan analisis lanjutan dapat dilakukan.

Berdasarkan hasil analisis data uji homogenitas menggunakan Uji F yang telah dilaksanakan kelompok pembelajaran *drill* dinamis memperoleh hasil varian untuk $F_{hitung} 1,2160 < F_{tabel \alpha 0,05} 4,6001$. Hasil analisis data uji homogenitas menggunakan Uji F yang telah dilaksanakan kelompok pembelajaran *drill* statis memperoleh hasil varian untuk $F_{hitung} 1,150 < F_{tabel \alpha 0,05} 4,6001$. Secara keseluruhan hasil analisis uji homogenitas pretest dan posttest untuk populasi kelompok pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis menunjukkan varian populasi homogen, sehingga analisis lanjutan dapat dilakukan.

Hasil analisis uji-t berpasangan dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ pada kelompok pembelajaran *drill* dinamis memperoleh $t_{hitung} 13,640 > t_{tabel \alpha 0,05} 2,145$, pada kelompok *drill* statis memperoleh $t_{hitung} 11,234 > t_{tabel \alpha 0,05} 2,145$. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah pembelajaran menggunakan metode *drill* dinamis dan *drill* statis.

Hasil analisis varian satu jalur (*Anova One way*) memperoleh hasil $F_{hitung} 13,095 > F_{tabel \alpha 0,05} 4,1708$. Hal tersebut menunjukkan ada perbedaan pengaruh antara pembelajaran metode *drill* dinamis dan pembelajaran metode *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Malang. Kemudian dilakukan uji lanjutan menggunakan teknik *least significance difference* (LSD). Dari penghitungan LSD memperoleh hasil \bar{X}_1 vs \bar{X}_2 besar mean $1,60 >$ koefisien LSD $\alpha 0,05 0,0185$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pembelajaran metode *drill* dinamis dengan pembelajaran metode *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball*.

PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data Tentang Perbedaan Sebelum dan Sesudah Memperoleh Pembelajaran Metode *Drill* Dinamis terhadap Peningkatan Hasil Belajar Lempar Bola *Softball* Kelas 7B SMP Negeri 1 Malang

Hasil analisis data menggunakan Uji t berhubungan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah pembelajaran lempar bola *softball* menggunakan metode *drill* dinamis telah diperoleh hasil bahwa $t_{hitung} 13,640 > t_{tabel \alpha 0,05} 2,145$ sehingga hipotesis nihil yang berbunyi tidak ada perbedaan sebelum dan sesudah pembelajaran *drill* dinamis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang ditolak. Hipotesis kerja yang menyatakan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah pembelajaran metode *drill* dinamis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang diterima. Dengan demikian, pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah memperoleh pembelajaran metode *drill* dinamis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang.

Ada perbedaan pengaruh sebelum dan sesudah pembelajaran *drill* dinamis dalam penelitian ini dikarenakan metode *drill* dinamis adalah metode latihan yang menggunakan banyak variasi. Variasi yang diberikan selama proses pembelajaran diantaranya, variasi jarak, variasi gerakan teknik dasar melempar, dan adanya tambahan gerak awalan pada teknik dasar melempar. Variasi jarak awal yang ditentukan mulai dari 5 meter lalu bertahap hingga 25 meter. Variasi gerakan teknik dasar melempar, membenaran dasar-dasar melempar yang diawali dengan cara memegang bola, posisi tangan saat akan melempar, posisi badan sebelum melempar hingga gerak lanjutan setelah melakukan lemparan bola. Variasi tambahan gerak awalan pada teknik dasar melempar, berupa jalan beberapa langkah, awalan lari, dan awalan dengan lari serta lompat. Hal tersebut dilakukan dengan bertahap sehingga pembelajaran menggunakan metode *drill* dinamis memberikan peningkatan hasil belajar lempar jauh yang signifikan.

Ada pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis karena peserta didik mendapatkan pembelajaran dengan menggunakan metode *drill* dinamis, yang diberikan selama 6 minggu dengan 2 kali pertemuan setiap minggunya. Dalam sekali pertemuan pembelajaran, dilakukan selama 40 menit. Pembelajaran metode *drill* dinamis dilakukan agar peserta didik tidak bosan dalam mengikuti pembelajaran demi keberhasilan peserta didik dalam menguasai materi. Hal tersebut didukung dengan pendapat Majid (2015:239) bahwa “pembelajaran yang memiliki stimulus bervariasi merupakan bentuk pembelajaran yang dirancang oleh guru dalam konteks proses interaksi belajar mengajar yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik sehingga dalam situasi belajar mengajar, peserta didik senantiasa menunjukkan ketekunan, serta penuh partisipasi”.

Melalui pembelajaran metode *drill* dinamis peserta didik mendapat kesempatan lebih banyak dan mencoba melakukan porsi tugas yang telah diberikan dalam proses belajar lempar jauh tersebut. Pembelajaran menggunakan metode latihan atau *drill* ialah suatu teknik yang dapat diartikan sebagai suatu cara mengajar dimana peserta didik melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, agar peserta didik memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari (Roestiyah 2008:125). Peran guru sebagai penyedia materi dan memberikan umpan balik kepada peserta didik dan memastikan peserta didik telah memiliki keterampilan yang diperlukan.

Terkait dengan hasil penelitian terdahulu oleh Fahmi (2018) yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Variasi *Dribble* Lurus dan *Dribble Zig-Zag* Menggunakan Modifikasi Bola Plastik Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan *Dribble* Sepakbola Siswa Kelas XI SMAN 5 Malang” , yang menyimpulkan bahwa pembelajaran variasi *dribble* lurus lebih baik dibanding pembelajaran variasi *dribble* zig-zag untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan *dribble* sepakbola. Dengan demikian penelitian eksperimen menggunakan metode *drill* dinamis yang berpengaruh terhadap hasil belajar lempar bola *softball* telah didukung oleh teori yang relevan dan didukung oleh hasil-hasil penelitian terdahulu.

Pembahasan Hasil Analisis Data Tentang Perbedaan Sebelum dan Sesudah Memperoleh Pembelajaran Metode *Drill* Statis terhadap Peningkatan Hasil Belajar Lempar Bola *Softball* Kelas 7B SMP Negeri 1 Malang

Hasil analisis data menggunakan Uji t berhubungan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah pembelajaran lempar bola *softball* menggunakan metode *drill* statis diperoleh hasil bahwa $t_{hitung} 11,234 > t_{tabel \alpha 0,05} 2,145$ sehingga hipotesis nihil yang berbunyi tidak ada perbedaan sebelum dan sesudah pembelajaran *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang ditolak. Hipotesis yang menyatakan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah pembelajaran *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang diterima. Dengan demikian, pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa

ada pengaruh sebelum dan sesudah memperoleh pembelajaran metode *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang.

Ada perbedaan pengaruh sebelum dan sesudah pembelajaran *drill* statis dikarenakan metode *drill* statis yang lebih mengutamakan membenaran pada gerakan-gerakan dasar dari materi lempar bola *softball*. Benbenaran gerakan-gerakan dasar tersebut diantaranya membenaran gerak lempar dengan menggunakan media botol, posisi tangan saat memegang bola *softball*, dan posisi badan saat sebelum melakukan lemparan hingga setelah melakukan lemparan. Pada proses pembelajaran hanya terdapat variasi jarak lempar, yang berawal dari dekat hingga jauh lalu variasi pendek jauh, agar membiasakan peserta didik terhadap gerak dasar melempar yang baik dan benar sehingga pembelajaran metode *drill* statis dapat memberikan peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* untuk peserta didik kelas 7B SMP Negeri 1 Malang.

Ada perbedaan pengaruh pembelajaran metode *drill* statis dikarenakan peserta didik telah mendapatkan pembelajaran dengan menggunakan metode *drill* statis, yang diberikan selama 6 minggu dengan 2 kali pertemuan setiap minggunya. Dalam sekali pertemuan pembelajaran, dilakukan selama 40 menit. Benbenaran gerakan-gerakan dasar dengan metode *drill* statis akan membentuk kebiasaan-kebiasaan pada peserta didik untuk melakukan gerakan dasar lempar bola *softball* yang benar. Sependapat dengan Sagala (2009:217) yang menyatakan bahwa metode latihan (*drill*) atau metode *training* merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Metode *drill* merupakan sarana untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan. Dengan mengulangi gerakan atau kegiatan yang dilakukan, maka seseorang akan dapat membentuk suatu kebiasaan yang akan direkam oleh otak.

Kegiatan yang telah direkam oleh otak akan memudahkan seseorang tersebut dalam melakukannya sehari-hari saat diperlukan. Metode *drill* statis adalah metode latihan berulang untuk membentuk suatu keterampilan tertentu yang akan direkam oleh otak untuk memudahkan peserta didik dalam melakukan atau mempraktikkannya. Pendapat lain tentang metode *drill* diberikan oleh Pribadi (2011:84), “metode latihan berulang atau *drill and practice* berisi serangkaian latihan atau praktik yang sengaja dirancang untuk membangun kecakapan (*fluency*) dalam sebuah keterampilan baru yang dipelajari oleh peserta didik”. Terkait dengan hasil penelitian terdahulu oleh Oktaviani (2018) yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Metode *Drill* dan Komando Terhadap Peningkatan Hasil Belajar *Dribble* Bolabasket Siswa Kelas XI SMAN 5 Malang”, menyimpulkan bahwa pembelajaran metode *drill* lebih baik terhadap peningkatan hasil belajar *dribble* bolabasket siswa kelas XI SMAN 5 Malang dibanding pembelajaran metode komando.

Secara umum dapat dikatakan bahwa dari penelitian ini tentang hasil belajar lempar bola *softball* menggunakan pembelajaran metode *drill* statis mempunyai pengaruh untuk meningkatkan hasil belajar lempar bola *softball* kelas 7B SMP Negeri 1 Malang, hal ini disebabkan proses pembelajaran peserta didik yang mengulang-ulang gerakan yang baik dan benar sehingga gerakan tersebut menjadi kebiasaan baru yang tertanam pada ingatan peserta didik tersebut. Dengan demikian penelitian eksperimen menggunakan metode *drill* dinamis yang berpengaruh terhadap hasil belajar lempar bola *softball* telah didukung oleh teori yang relevan dan didukung oleh hasil-hasil penelitian terdahulu.

Pembahasan Hasil Analisis Data Tentang Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Metode *Drill* Dinamis dan *Drill* Statis terhadap Peningkatan Hasil Belajar Lempar bola *softball* Kelas 7B SMP Negeri 1 Malang

Berdasarkan hasil uji F ditemukan $F_{hitung} 13,0949 > F_{tabel \alpha 0,05} 4,1708$ serta hasil uji lanjut menggunakan teknik uji LSD (*least significance difference*) data sebelum dan sesudah pembelajaran diperoleh hasil \bar{X}_1 vs \bar{X}_2 $1,60 > LSD_{\alpha 0,05} 0,01$ maka hipotesis nihil yang menyatakan tidak ada pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang ditolak, dan hipotesis kerja yang menyatakan ada pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* peserta didik kelas 7 SMP Negeri 1 Malang diterima.

Ada peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* karena peserta didik memperoleh pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis selama 6 minggu, setiap 1 minggu dilakukan 2 kali pembelajaran yang terbagi pertemuan pertama dilakukan selama 2 x 40 menit dan pertemuan kedua dilakukan selama 1 x 40 menit. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya kegiatan pengulangan. Prinsip hukum latihan adalah koneksi antara kondisi (yang merupakan perangsang) dengan tindakan akan menjadi lebih kuat karena latihan-latihan, tetapi akan melemah bila koneksi antara keduanya tidak dilanjutkan atau dihentikan (Thorndike dalam Rahyubi, 2012:36). Prinsip hukum latihan diatas

menjelaskan bahwa yang diutamakan dalam belajar adalah pengulangan. Makin sering diulangi, materi pelajaran akan semakin dikuasai.

Di SMP Negeri 1 Malang dalam proses pembelajaran PJOK disajikan materi tentang olahraga *softball* sedangkan kajian yang dilakukan oleh peneliti adalah pembelajaran lempar bola *softball* dengan metode *drill* dinamis dan *drill* statis. Hal ini berarti pembelajaran lempar bola *softball* dapat dipandang sebagai pembelajaran yang bermakna, karena hasil pembelajaran dapat digunakan sebagai penilaian keterampilan teknik dasar lempar bola *softball* yang dibutuhkan dalam permainan dan bermain *softball*. Kaitannya dengan pembelajaran bermakna Karim (2017) berpendapat pembelajaran bermakna merupakan suatu proses dikaitkan informasi baru pada konsep-konsep relevan yang terdapat dalam struktur kognitif pada individu.

Peserta didik yang dibimbing untuk terus-menerus melatih kemampuannya sehingga menjadi suatu kebiasaan akan mampu meningkatkan kemampuan dan kreativitasnya. Hal tersebut dapat diperoleh melalui metode pembelajaran *drill*. Pengalaman belajar melalui aktivitas adalah pengalaman belajar yang diperoleh oleh peserta didik melalui kegiatan pembelajaran yang didesain oleh guru. Keberhasilan peserta didik dalam belajar, tidak ditentukan oleh orang lain termasuk guru, akan tetapi sangat ditentukan oleh kemampuan dan kreativitas peserta didik itu sendiri (Sanjaya dan Budimanjaya, 2017:143).

Pembelajaran dengan metode *drill* lebih memfokuskan pada latihan secara berulang-ulang sebagai pembiasaan peserta didik terhadap suatu keterampilan. Metode *drill* ini akan menimbulkan tingkah laku baru apabila peserta didik yang akan belajar telah siap untuk mengikuti pembelajaran dengan metode pembelajaran yang tepat. Yamin (2008:152) menjelaskan bahwa “metode pembelajaran merupakan cara melakukan atau menyajikan, menguraikan, memberi contoh, dan memberi latihan isi pelajaran kepada peserta didik untuk mencapai tujuan tertentu”.

Pembelajaran metode *drill* yang dibedakan menjadi *drill* dinamis dan *drill* statis tentunya akan menghasilkan perbedaan dikarenakan perbedaan materi yang disampaikan. Metode *drill* dinamis menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dengan mendapatkan variasi pembelajaran. Belajar akan lebih bersemangat karena peserta didik diberikan kebebasan untuk mengambil keputusan dan kesempatan dalam melakukan tugas secara individu maupun berkelompok. Metode *drill* dinamis yang bervariasi mampu memberikan berbagai pengalaman kepada peserta didik agar peserta didik mampu mengambil keputusan untuk menggunakan salah satu teknik yang telah dikuasai.

Variasi metode *drill* dinamis yang diberikan selama proses pembelajaran diantaranya variasi jarak, variasi gerakan teknik dasar melempar, dan adanya tambahan gerakan lanjutan teknik dasar melempar. Peserta didik yang pada awalnya merasa kurang nyaman dengan teknik dasar lempar bola *softball* akan merasa diuntungkan dengan adanya variasi teknik dasar yang diajarkan. Peserta didik yang telah menemukan teknik dasar yang sesuai untuk dirinya akan merasa jauh lebih percaya diri dan mampu mempraktikkan teknik lempar bola *softball* dengan benar. Kemampuan tersebut dapat ditumbuhkan dengan cara mengembangkan rasa ingin tahu peserta didik melalui kegiatan mencoba-coba, berpikir secara intuitif, atau bereksplorasi (Sanjaya dan Budimanjaya, 2017:150). Variasi pada metode *drill* dinamis mampu membuat peserta didik berpikir, teknik dasar yang sesuai dengan dirinya. Peserta didik akan mulai mencoba-coba berbagai teknik dasar yang telah diajarkan kemudian akan memutuskan teknik yang dikuasainya.

Metode *drill* statis merupakan metode *drill* yang mengutamakan pembenaran gerakan dasar melempar. Dalam pelaksanaan pembelajaran metode *drill* statis, peserta didik dituntut untuk melakukan gerakan dengan baik dan benar tanpa adanya gerak tambahan seperti yang tertera pada *drill* dinamis. Metode *drill* statis membuat peserta didik lebih terpacu untuk menggunakan teknik dasar melempar bola yang diajarkan dengan baik dan benar. Peserta didik terpusat memperbaiki gerak melempar dari cara memegang bola (*grip*), posisi tangan dan badan sebelum melempar, cara mengayun, posisi melepas bola, hingga gerak lanjutan (*followthrough*) melempar. Hal tersebut sama seperti pendapat Aprianova & Hariadi (2016: 71) menyatakan bahwa “latihan yang dilakukan secara kontinyu atau diulang-ulang untuk dapat menambah hasil latihan selalu ada refleksi atau pembenaran kekurangan pada latihan yang telah dilakukan”.

Pada penelitian ini telah dihitung seberapa besar peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* menggunakan teknik analisis varian satu jalur yang memperoleh $F_{hitung} 13,0949 > F_{tabel \alpha 0,05 4,1708}$, berarti terdapat peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* yang diakibatkan pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis.

Berdasarkan rakpitulasi hasil analisis rata-rata hitung tes lempar bola *softball* saat tes awal dan tes akhir pada kelompok pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis, maka pada kelompok

pembelajaran metode *drill* dinamis terdapat peningkatan hasil tes lempar bola *softball* sebesar 4,70 m, dan pada kelompok pembelajaran metode *drill* statis terdapat peningkatan hasil tes lempar bola *softball* sebesar 3,11 m. Berdasarkan data pada tabel analisis di atas, terdapat peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* yang lebih besar pada kelompok pembelajaran menggunakan metode *drill* dinamis dibanding kelompok pembelajaran menggunakan metode *drill* statis.

Kaitannya dengan pembelajaran lempar bola *softball* dengan menggunakan metode *drill* telah didukung dengan teori tentang hukum latihan Thorndike (Rahyubi, 2012:36) bahwa “semakin sering tingkah laku diulang, dilatih, dan dipraktikkan, maka asosiasi tersebut akan semakin kuat”. Artinya bahwa dengan adanya pembelajaran metode *drill*, perlakuan yang akan diberikan menjadi lebih kuat karena latihan-latihan tetapi akan melemah bila koneksi antara keduanya tidak dilanjutkan atau dihentikan. Dengan demikian berarti pembelajaran lempar bola *softball* dengan menggunakan metode *drill* memberikan prinsip yang utama dalam belajar dengan adanya pengulangan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis dan *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar bola *softball* kelas 7 SMP Negeri 1 Kota Malang. Hasil analisis data mengacu pada hasil pengujian hipotesis, maka penelitian dapat disimpulkan *pertama*, ada pengaruh pembelajaran metode *drill* dinamis terhadap peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Malang. *Kedua*, ada pengaruh pembelajaran metode *drill* statis terhadap peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Malang. *Ketiga*, pembelajaran metode *drill* dinamis lebih baik terhadap peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* siswa kelas VII SMP Negeri 1 Malang, dibandingkan pembelajaran metode *drill* statis. Besarnya peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* metode *drill* dinamis sebesar 4,70 m, sedangkan metode koman peningkatan hasil belajar lempar jauh bola *softball* metode *drill* statis sebesar 3,11 m.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianova dan Hariadi. 2016. *Metode drill untuk meningkatkan teknik dasar menggiring bola (dribbling) dalam permainan sepakbola pada siswa sekolah sepakbola putra zodiac kabupaten bojonegoro usia 13-15 tahun*. (<http://journal.um.ac.id/index.php/jko/article/view/7709>), diakses 2 Oktober 2018.
- Aunurrahman. 2014. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: ALFABETA.
- Christina dan Advendi K. 2011. *Petunjuk Praktis Bermain Softball*. Malang: Wineka Media.
- Daryanto, S. K. 2017. *Pembelajaran Abad 21*. Yogyakarta: Gava Media
- Djudin, T. 2013. *Statistika Parametrik: Dasar Pemikiran dan Penerapannya dalam Penelitian*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Fahmi, M. Y. N. 2018. *Pengaruh Pembelajaran Variasi Dribble Lurus dan Dribble Zig-zag Menggunakan Modifikasi Bola Plastik terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dribble Sepakbola Siswa Kelas XI SMAN 5 Malang*. Skripsi diterbitkan. Malang: FIK UM.
- Hamid, M. S. 2014. *Metode Edutainment*. Jogjakarta: DIVA Press.
- Khanifatul. 2013. *Pembelajaran Inovatif: Strategi Mengelola Kelas Secara Efektif dan Menyenangkan*. Jogjakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Kusumawati, M. 2015. *Penelitian Pendidikan PENJASORKES (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Oktaviani, T. S. 2018. *Pengaruh Pembelajaran Metode Drill dan Komando terhadap Peningkatan Hasil Belajar Dribble Bolabasket Kelas XI SMAN 5 Malang*. Skripsi diterbitkan. Malang: FIK UM.
- Rahyubi, H. 2012. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media
- Riyana, C. 2010. *Modul 6: Komponen-Komponen Pembelajaran*, (Online), (http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/196209061986011-AHMAD_MULYADIPRANA/PDF/Komponen_Pembelajaran.pdf), diakses 2 Oktober 2018.
- Sanjaya dan Andi. 2017. *Paradigma baru Mengajar*. Jakarta: Kencana.

- Sagala, S. 2009. *Konsep dan Makna Pembelajaran: Untuk Membantu Memecahkan Problematika Belajar dan mengajar*. Bandung: Alfabeta.
- Sudaryono dan Asep S. 2012. *Statistik Deskriptif: Langkah Mudah Analisis Data*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wibowo, P. A. 2012. *Upaya Meningkatkan Keterampilan Smash Bolavoli Menggunakan Metode Drill Bervariasi untuk Pembelajaran Siswa Kelas Olahraga SMP Negeri 1 Batu*. Skripsi diterbitkan. Malang: FIK UM.
- Yamin, H. Martinis. 2008. *Desain Pembelajaran Berbasis Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Gaung Persada Press.

