

PENGARUH METODE LATIHAN GUIDED DISCOVERY DAN METODE *SERIES OF PLAY* TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATLET BOLAVOLI PUTRI ROKAN HULU

Lolia Manurizal¹ dan Laily Fitriana²

Universitas Pasir Pengaraian

E-mail: loliamanurizal90@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilakukan melalui tiga tingkatan, yaitu (1) Tingkat Persiapan, yang meliputi pengumpulan referensi terkait dengan penelitian, membuat perizinan, kemudian melakukan perjanjian sama pelatih terkait dengan waktu pelaksanaan penelitian (2) Tingkat Pelaksanaan, yang meliputi menentukan sampel subjek penelitian, kemudian memberikan perlakuan agar mengetahui pengaruh metode yang dilaksanakan dan (3) Tingkat analisis data, hasil yang di deskripsikan peneliti dalam laporan adalah pengaruh. Metode Latihan *Guided Discovery*, Metode *Series Of Play*, *Servis*. Model penelitian ini *quasi eksperimen*. Populasi disini pemain bolavoli putri se-Kabupaten Rokan Hulu yang berjumlah sebanyak 68 orang, sedangkan sampel diseleksi menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga sampel berjumlah 30 orang putri. Instrument tes kemampuan servis menggunakan tes servis Bolavoli. Untuk tes dilakukan tes awal terlebih dulu, sebelum memberikan perlakuan Metode *Guided Discovery*, Metode *Series Of Play*, kemudian tes akhir sebagai data akhir penelitian setelah perlakuan dilaksanakan dan data dianalisis memakai uji-t. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) Terdapat pengaruh Metode *Guided Discovery Style* terhadap kemampuan Servis dengan nilai sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$. 2) Terdapat pengaruh Metode *series of play* terhadap kemampuan servis dengan nilai sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$. 3) Metode *series of play* lebih efektif dalam memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan servis dibanding dengan metode *guided discovery style*. Karena pengaruh yang diberikan metode *series of play* (1,8) > Metode *guided discovery style* (1,34) pada hasil *mean* dari ke dua metode.

Kata Kunci : Metode latihan *Guided Discovery*; Metode *Series Of Play*; *servis*.

Abstract

research is conducted through three levels, namely (1) the level of preparation, which includes the collection of references related to the research, making permits, then conducting the same agreement of coaches related to the time of research implementation (2) Implementation rate, which includes determining the sample of the study subject, then giving the treatment to know the effect of the implemented methods and (3) The level of data analysis, the results described by researchers in the report are influence. Training methods *Guided Discovery*, *Series Of Play* methods, *servicing*. This research Model *quasi experimentation*. The population here is the player of the women's Bolavoli district of Rokan Hulu which amounted to 68 people, while the samples were selected using the *purposive sampling* technique so that the sample amounted to 30 daughters. Instrument test serviceability using Bolavoli service tests. For test conducted preliminary tests first, before giving the treatment *Guided Discovery* method, *Series Of Play* method, then the final test as the final data Of research after the treatment is implemented and data analyzed using Test-T. Data analysis results show that: 1) there is an influence of *Guided Discovery Style* method of service capability with GIS value. (2-tailed) $0.000 < 0.05$.3) The series of play method is more effective in contributing to increased serviceability than the *guided Discovery style* method. Because of the influence given the series of Play Method (1.8) > method *Guided discovery Style* (1.34) on the mean result from the two methods.

Keywords: *Guided Discovery exercise method; The Series Of Play method; Service.*

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan di suatu negara tidak terlepas dari kualitas sumber daya manusia yang dimilikinya. Pembangunan tidak akan berjalan dengan baik dan bahkan tidak akan berjalan sama sekali apabila tenaga penggerakannya yaitu masyarakat tidak memiliki kesehatan yang baik dalam menjalankan pembangunan tersebut. Sementara itu, dalam slogan "*mensana in corpore sano*" memiliki pengertian bahwa didalam tubuh yang sehat terdapat otak yang cerdas, yang mana dalam mencapai kualitas manusia yang baik harus pula didukung dengan kesehatan jasmani agar rohani dapat berkembang kepada arah yang lebih baik pula.

Dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa pemerintah Indonesia melaksanakan pembangunan berbagai bidang, salah satu diantaranya adalah dalam bidang olahraga. Hal ini merupakan kebijakan yang tepat sekali diambil pemerintah, karena olahraga merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Saat ini olahraga telah memasuki aspek kehidupan seperti Industri, Perekonomian, Pendidikan dan lain sebagainya. Salah satu langkah maju yang dibuat bangsa Indonesia adalah dengan dilahirkannya Undang-Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab II pasal 3 dan 4 menjelaskan fungsi dan tujuan Keolahragaan Nasional : "Keolahragaan Nasional berungsi mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat. Keolahragaan nasional bertujuan

memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh pertahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa"

Berdasarkan undang-undang di atas sangat jelas bahwa, sistem keolahragaan nasional di indonesia memiliki fungsi dan tujuan yang sangat baik sekali diantaranya mengembangkan jasmani, rohani dan sosial serta meningkatkan prestasi. Dalam mencapai tujuan dari sistem keolahragaan nasional tersebut dapat dilakukan melalui pembinaan-pembinaan sejak dini dalam bidang olahraga.

Menurut PBVSI, 2005:3. bahwa "Tujuan kegiatan bermain bolavoli ialah supaya yang bartanding atau latihan dapat menyemberangi bola secara baik melalui atas net hingga bola tersebut menyentuh lantai kawasan musuh lalu membendung supaya bola yang dimasukkan tidak masuk lapangan sendiri". Permainan akan lebih menarik apabila pemain menguasai keterampilan dasar bolavoli, seperti servis, passing atas, passing bawah. Passing adalah usaha seorang pemain untuk menerima bola, mengoper bola, menahan bola dari serangan lawan serta dapat mematikan bola dengan cara mengecoh lawan pada daerah sasaran yang tidak terlihat pemain lawan sedangkan service merupakan keterampilan teknik buat mengawali kegiatan permainan. Servis juga dapat berfungsi untuk menghasilkan point pada tim sendiri apabila dilakukan dengan baik. Dalam menguasai teknik permainan bolavoli pada hakikatnya atlet harus mempelajari gerak-gerak dasar

untuk menuju keterampilan agar makin bagus. Maka yang dikaji 3 item keterampilan yaitu Service, passing bawah dan passing atas.

Yunus (1992:107) mengemukakan bahwa kemampuan teknik bolavoli terdiri dari “*service, passing, umpan (set-up), smash (spike) dan bendungan (block)*”. Kemampuan penguasaan teknik dasar merupakan persyaratan untuk mampu melaksanakan penyerangan dan pertahanan. Servis pada awalnya hanya digunakan sebagai pukulan pembuka permainan akan tetapi sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini sudah merupakan suatu serangan pada awal permainan bolavoli hal ini sependapat dengan (Yunus 1992:69) “Teknik servis saat ini hanya sebagai pembuka permainan, tetapi ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar sesuatu regu berhasil meraih kemenangan”. Servis merupakan serangan awal oleh karena itu servis merupakan dasar untuk memperoleh angka atau poin. Servis harus dipukul sebaik mungkin, sehingga menyulitkan bagi lawan untuk membangun serangan dan pertahanan. Servis merupakan serangan awal oleh karena itu servis merupakan dasar untuk memperoleh angka atau poin. Servis harus dipukul sebaik mungkin, sehingga menyulitkan bagi lawan untuk membangun serangan. Servis adalah pukulan pembuka, oleh karena itu servis merupakan dasar menjaring poin. Servis harus dipukul semaksimal agar menyulitkan bagi penantang membangun serangan. Syafruddin mengemukakan (2004:85) “secara taktis servis yang di pukul betul sebagai berikut: (1) Servis kearah pemain lawan yang lemah menerima servis, (2) Servis dengan jarak

jauh dari penyerangan utama. (3) Jauhkan servis dari penerima servis terbaik pihak lawan. (5) Servis kearah pemain lawan yang melakukan pertukaran posisi (6) Servis yang sulit bagi lawan bila lawan tidak mampu melakukan serangan yang membahayakan”.

Hakikat Metode Latihan

Latihan Tangkudung (2012:46) “Metode latihan mengabarkan pembelajaran untuk mengembangkan latihan, di mana kata metode itu digunakan untuk kondisi materi kegiatan”⁷. Lebih lanjut Syafruddin (2011:21) mengatakan “latihan merupakan realisasi pelaksanaan/penerapan dari materi-materi latihan yang telah di rencanakan sebelumnya, sehingga dapat memajukan performa orang yang berlatih”³. Berlandaskan pendapat diatas maka hakikat metode latihan merupakan aktifitas untuk dilaksanakan secara berulang-ulang oleh atlet yang berisi suatu rancangan oleh pelatih sehingga proses latihan dapat terlaksana dengan adanya rancangan tersebut.

Metode Latihan Guided Discovery

Nurtia (2008:23) mengemukakan “Metode latihan Discovery merupakan metode dimana atlet diarahkan untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari serangkaian kegiatan atlet sehingga atlet seolah-olah menemukan sendiri pengetahuan tersebut”⁸. Berdasarkan pendapat ahli tersebut maka metoda latihan *discovery* merupakan suatu metoda yang menempatkan atlet sebagai subjek belajar di samping sebagai obyek pembelajaran, dimana pelatihan berperan sebagai fasilitator untuk membimbing dan mengarahkan atlet mencari sebuah konsep pembelajaran berlangsung dan juga

metode *discovery* dominan mengutamakan kemahiran secara nyata.

Metode *Series Of Play*

Series Of Play menurut Darwis (1999:39) "Rangkaian latihan yang dipakai untuk usaha pencapaian tujuan dalam gerakan yang rumit sehingga mencerminkan suatu permainan atau pertarungan terhadap kedua tim penyerang dan bertahan"⁹. Dalam *Series Of Play* adanya kompetisi menang dan kalah agar memberikan nuansa kompetitif dan dorongan motivasi untuk berlatih supaya atlet giat lagi, sehingga ia mampu menghilangkan kejenuhan saat latihan. Sementara itu Fleck dan Quinn (2002:1) menyatakan "Dengan pendekatan permainan akan membuat tim tertarik pada bolavoli, juga akan mengembangkan kreativitas pemain, menaikkan kepandaian dalam mengambil keputusan, serta meningkatkan kemampuan fisik mereka dengan adanya pendekatan ini maka pemain akan termotivasi, sehingga agresifitas instrumental pemain akan terealisasi, dan akan menghasilkan kesenangan, tantangan, kreatifitas, dan pemecahan masalah yang akan dihadapi pemain baik dalam latihan maupun bertanding"¹⁰. Dari sebagian para ahli tersebut beranggapan jika *Series Of Play* merupakan rangkaian latihan yang diberikan kepada pemain dimulai dari yang mudah dan sedang lalu sukar dan lebih kompleks sesuai dengan bentuk bermain yang diharapkan, sehingga menjadikan suasana atau situasi bermain untuk menumbuhkan persaingan yang menyenangkan pada atlet agar mereka termotivasi untuk melakukan latihan

Melalui tanya jawab melalui Plt. Ketua KONI Rokan Hulu yaitu bapak Indra Gunawan dan pelatih bolavoli bapak

Syafianur menyebutkan atletnya mengalami penurunan prestasi pada cabang olahraga bolavoli putri, yang mana tim yang dibawanya untuk bertanding tidak masuk pada babak final bahkan ke semifinal dan hal ini dapat dibuktikan pada Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Riau ke-IX tahun 2017 yang dilaksanakan di kabupaten Kampar. Saat bertanding atlet putri bolavoli Rokan Hulu langsung kalah dengan kabupaten Kampar dengan skor akhir (3-0) yang fatalnya lagi adalah pertandingan tersebut merupakan pertandingan perdana padahal Atlet Rokan Hulu sudah melakukan TC penuh sepanjang enam bulan tapi masih tidak maksimal juga. Selain itu pelanggaran yang selalu dilakukan saat bertanding adalah para atlet tidak dapat bekerjasama dengan baik kemudian dalam mengolah bola masih banyak yang belum tepat sasaran dan keluar atau mati didaerah sendiri sehingga membuat atlet kalah dalam bertanding salah satunya dari teknik servis. Selain itu, dipicu pelatih tidak menggunakan program latihan secara tepat dan kontinyu. Penelitian ini bermaksud untuk (1) Melihat apakah metode latihan *Guided Discovery* memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis atlet bolavoli putri rokan hulu, (2) Melihat apakah Metode *Series Of Play* memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis atlet bolavoli putri rokan hulu, (3) Melihat Perbedaan Pengaruh Metode latihan *Guided Discovery* dan Metode *Series Of Play*.

Bentuk latihan yang berkualitas itu dilihat dari pemilihan metode yang tepat, dalam arti lain sesuai dengan situasi dan kondisi atlet yang dapat berdampak pada pencapaian kemampuannya. Diharapkan nantinya dengan memberikan perlakuan dua metode dapat memberikan kontribusi atau sumbangan dalam kemampuan

teknik servis Atlet bolavoli PB Fortuna Rokan Hulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan melalui tiga tingkatan, yaitu (1) Tingkat Persiapan, yang meliputi pengumpulan referensi terkait dengan penelitian, membuat perizinan, kemudian melakukan perjanjian sama pelatih terkait dengan waktu pelaksanaan penelitian (2) Tingkat Pelaksanaan, yang meliputi menentukan sampel subjek penelitian, kemudian memberikan perlakuan agar mengetahui pengaruh metode yang dilaksanakan dan (3) Tingkat analisis data, hasil yang di deskripsikan peneliti dalam laporan adalah pengaruh Metode Latihan *Guided Discovery*, Metode *Series Of Play*, *Servis*. Model penelitian ini *quasi eksperimen*. Untuk mendapatkan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *Purposive Sampling*. Menurut Yunus (2005:205) "Penentuan sampel secara purposive dilandasi tujuan-tujuan tertentu terlebih dahulu. Dengan demikian pengambilan sampel ditentukan pada

maksud yang telah ditetapkan sebelumnya". Populasi disini pemain bolavoli putri se-Kabupaten Rokan Hulu yang berjumlah sebanyak 68 orang, sedangkan sampel diseleksi menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga sampel berjumlah 30 orang putri. Instrument tes kemampuan servis menggunakan Tes servis. Bolavoli. Untuk tes dilakukan tes awal terlebih dulu, sebelum memberikan perlakuan Metode *Guided Discovery*, Metode *Series Of Play*, kemudian tes akhir sebagai data akhir penelitian setelah perlakuan dilaksanakan dan data dianalisis memakai uji-t. Tempat penelitian dilaksanakan di lapangan bolavoli PB Fortuna Rokan Hulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk distribusi frekuensi hasil *pre test* teknik dasar Kemampuan servis kelompok data dengan metode *guided discovery Style* dapat dilihat pada tabel berikut:

Deskripsi Data Penelitian

Tabel 1. Distribusi frekuensi skor *pre test* kemampuan servis.

Kelas Interval		Kemampuan servis	
Total Skor dari 3 test	Keterangan	<i>Absolute</i>	<i>Alternative (%)</i>
1-3	Kurang Sekali	0	0 %
4-6	Kurang	0	0 %
7-9	Sedang	0	0 %
10-12	Baik	12	80 %
13-15	Baik Sekali	3	20 %
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dari 15 orang sampel untuk *pre test* kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *guided*

discovery Style, 6 orang (40%) pada interval 7-9 dengan kategori sedang, 9 orang (60%) pada interval 10-12 dengan kategori baik. Untuk distribusi frekuensi hasil *post test*

keterampilan teknik dasar Kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *guided*

discovery Style dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi skor *post test* kemampuan passing atas, passing bawah dan servis

Kelas Interval		Kemampuan servis	
Total Skor dari 3 test	Keterangan	<i>Absolute</i>	<i>Alternative (%)</i>
1-3	Kurang Sekali	0	0 %
4-6	Kurang	0	0 %
7-9	Sedang	0	0 %
10-12	Baik	13	86,67 %
13-15	Baik Sekali	2	13,33 %
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dari 15 orang sampel untuk *post test* kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *guided discovery Style*, 13 orang (86,67%) pada interval 10-12 dengan kategori baik, 2 orang (13,33%) pada interval 13-15 dengan kategori baik sekali.

Untuk distribusi frekuensi hasil *pre test* keterampilan teknik dasar Kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *series of play* dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 3. Distribusi frekuensi skor *pre test* kemampuan servis

Kelas Interval		Kemampuan servis	
Total Skor dari 3 test	Keterangan	<i>Absolute</i>	<i>Alternative (%)</i>
1-3	Kurang Sekali	0	0 %
4-6	Kurang	0	0 %
7-9	Sedang	6	40 %
10-12	Baik	9	60 %
13-15	Baik Sekali	0	0 %
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dari 15 orang sampel untuk *pre test* kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *series of play*, 6 orang (40%) pada interval 7-9

dengan kategori sedang, 9 orang (60%) pada interval 10-12 dengan kategori baik.

Untuk distribusi frekuensi hasil *post test* teknik dasar Kemampuan passing servis kelompok data dengan metode *series of playd* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Distribusi frekuensi skor *post test* servis

Kelas Interval		Kemampuan servis	
Total Skor dari 3 <i>test</i>	Keterangan	<i>Absolute</i>	<i>Alternative (%)</i>
1-3	Kurang Sekali	0	0 %
4-6	Kurang	0	0 %
7-9	Sedang	0	0 %
10-12	Baik	12	80 %
13-15	Baik Sekali	3	20 %
Jumlah		15	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dari 15 orang sampel untuk *post test* kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *series of play*, 12 orang (80%) pada interval 10-12

dengan kategori baik, 3 orang (20%) pada interval 13-15 dengan kategori baik sekali.

Hasil Uji Normalitas Data

Uji normalitas *pre test* teknik dasar Kemampuan servis kelompok data dengan metode *guided discovery style*.

Tabel 5. Uji Normalitas *pre test* kelompok data dengan metode *guided discovery style*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.179	15	200*	.911	15	140
a. Lilliefors Significance Correction						

Pada hasil perhitungan *Tests of Normality*, dapat dilihat nilai *Sig.* pada kolom *Kolmogorov-Smirnov^a* adalah .200 yang artinya 0,200. Dan sesuai dengan kriteria uji kita, bahwa jika nilai *Sig.* lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Ini artinya data yang kita miliki berdistribusi secara normal.

1. Uji normalitas *post test* keterampilan teknik dasar Kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *guided discovery style*.

Tabel 6. Uji Normalitas *post test* kelompok data dengan metode *guided discovery style*

Tests of Normality		
	Kolmogorov-Smirnov ^a	Shapiro-Wilk

	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Post Test	.200	15	101*	.885	15	056
a. Lilliefors Significance Correction						

Pada hasil perhitungan *Tests of Normality*, dapat dilihat nilai *Sig.* pada kolom *Kolmogorov-Smirnov^a* adalah .101 yang artinya 0,101. Dan sesuai dengan kriteria uji kita, bahwa jika nilai *Sig.* lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Ini artinya data

yang kita miliki berdistribusi secara normal.

2. Uji normalitas *pre test* teknik dasar Kemampuan servis kelompok data dengan metode *series of play*.

Tabel 7 . Uji Normalitas *pre test* kelompok data dengan metode *series of play*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.139	15	200*	.920	15	192
a. Lilliefors Significance Correction						

Pada hasil perhitungan *Tests of Normality*, dapat dilihat nilai *Sig.* pada kolom *Kolmogorov-Smirnov^a* adalah .200 yang artinya 0,200. Dan sesuai dengan kriteria uji kita, bahwa jika nilai *Sig.* lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Ini artinya data yang kita miliki berdistribusi secara normal.

3. Uji normalitas *post test* keterampilan teknik dasar Kemampuan passing atas, passing bawah dan servis kelompok data dengan metode *series of play*.

Tabel 8. Uji Normalitas Post Test kelompok data dengan Metode Series Of Play.

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Post Test	.192	15	141*	.920	15	235
a. Lilliefors Significance Correction						

Pada hasil perhitungan *Tests of Normality*, dapat dilihat nilai *Sig.* pada kolom *Kolmogorov-Smirnov^a* adalah .141 yang artinya 0,141. Dan sesuai dengan

kriteria uji kita, bahwa jika nilai *Sig.* lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Ini artinya data yang kita miliki berdistribusi secara normal.

Tabel 9. *Paired Sampels Statistics*

Paired Samples Statistics					
		Mean	Std. Deviation	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	9,93	15	1.387	.358
	Post Test	11,27	15	1.033	.267

Pada tabel tersebut jelas bahwasannya terdapat peningkatan kemampuan passing atas, passing bawah dan servis setelah diberi perlakuan *Guided Discovery Style* dimana pada saat *pre test*

diperoleh nilai mean 9,93 sedangkan pada saat *post test* diperoleh *mean* 11,27. Sehingga terjadi peningkatan kemampuan sebesar 1,34 pada nilai *mean*.

Tabel 10. *Paired Samples Correlations*

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	15	.811	.000

Tabel *paired samples correlations* dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara variabel *pre test* dengan

post test, karena nilai sig. 0,000 < probabilitas 0,05.

Tabel 11. *Paired Sampel Test*

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest Post Test	-1.333	.816	.211	-1.785	-.881	-6.325	14	.000

Pedoman pengambilan keputusan :

1. Jika nilai Sig.(2-tailed) < 0,05 maka H0 (tidak ada pengaruh) ditolak dan Ha (ada pengaruh) diterima.
2. Jika nilai Sig.(2-tailed) > 0,05 maka H0 (tidak ada pengaruh) diterima dan Ha (ada pengaruh) ditolak

Tabel *paired samples test* dapat disimpulkan bahwa nilai sig. (2-tailed) 0,000 < 0,05 maka dapat diartikan

terdapatnya pengaruh *guided discovery style* terhadap kemampuan servis.

2. Uji Hipotesis 2. Pengaruh Perlakuan *Series Of Play* terhadap Kemampuan Servis

Tabel 12. Paired sampels statistics

Paired Samples Statistics					
		Mean	Std. Deviation	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	9,87	15	1.356	.350
	Post Test	11,67	15	1.113	.287

Pada tabel tersebut jelas bahwasannya terdapat peningkatan kemampuan passing atas, passing bawah dan servis setelah diberi perlakuan *series of play* dimana pada saat *pre test* diperoleh

nilai mean 9,87 sedangkan pada saat *post test* diperoleh *mean* 11,67. Sehingga terjadi peningkatan kemampuan sebesar 1,8 pada nilai *mean*.

Tabel 13. Paired Samples Correlations

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	15	.631	.012

Tabel *paired samples correlations* dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan antara variabel *pre test* dengan

post test, karena nilai sig. 0,012 < probabilitas 0,05.

Tabel 14. Paired Sampel Test

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest Post Test	-1.800	.1.082	.279	-2.399	-1.201	-6.441	14	.000

Pedoman pengambilan keputusan :

1. Jika nilai Sig.(2-tailed) < 0,05 maka H0 (tidak ada pengaruh) ditolak dan Ha (ada pengaruh) diterima.
2. Jika nilai Sig.(2-tailed) > 0,05 maka H0 (tidak ada pengaruh) diterima dan Ha (ada pengaruh) ditolak.

Tabel *paired samples test* dapat disimpulkan bahwa nilai sig. (2-tailed) 0,000 < 0,05 maka dapat diartikan

terdapatnya pengaruh *series of play* terhadap kemampuan servis.

3. Uji Hipotesis 3. Efektifitas Metode Guided Discovery Style dan Series Of Play dalam Memberikan Pengaruh Terhadap Servis.

Tabel 15. Perbedaan Mean

Perlakuan	<i>Guided Discovery Style</i>	<i>Series Of Play</i>
<i>Mean Pre Test</i>	9.93	9.87
<i>Mean Post Test</i>	11.27	11.67
Selisih Mean	1,34	1,8

Pada tabel tersebut jelas bahwasannya terdapat selisih peningkatan kemampuan dengan perbedaan *mean* setelah diberi perlakuan, dimana peningkatan *mean* dengan perlakuan *guided discovery style* yaitu sebesar 1,34 sedangkan dengan perlakuan *series of play* diperoleh selisih *mean* sebesar 1,8. Dapat kita simpulkan bahwa metode *series of play* lebih efektif dalam memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis dibanding dengan metode *Guided Discovery Style*.

Karena pengaruh yang diberikan Metode *Series Of Play* (1,8) > Metode *Guided Discovery Style* (1,34)

SIMPULAN

Dengan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ke dua bentuk latihan tersebut berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan passing atas, passing bawah dan servis. Kedua metode ini memiliki ciri-ciri dan karakteristik tersendiri yang berbeda antara satu metode dengan metode lainnya. Perbedaan

ciri dan karakteristik tersebut lebih ditentukan oleh bentuk dan cara latihan yang diberikan. Metode *guided discovery* lebih terfokus menempatkan atlet sebagai subjek belajar di samping sebagai obyek pembelajaran, dimana pelatihan berperan sebagai fasilitator untuk membimbing dan mengarahkan atlet mencari sebuah konsep pembelajaran berlangsung dan juga metode *discovery* dominan mengutamakan kemahiran secara nyata, sedangkan metode *series of play* fokusnya latihan dalam bentuk permainan, dimana rangkaian latihan yang diberikan kepada pemain dimulai dari yang mudah dan sedang lalu sukar dan lebih kompleks sesuai dengan bentuk bermain yang diharapkan, sehingga menjadikan suasana

atau situasi bermain untuk menumbuhkan persaingan yang menyenangkan pada atlet agar mereka termotivasi untuk melakukan latihan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan metode *guided discovery* dan *series of play* dapat dijadikan sebagai pilihan latihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan passing atas, passing bawah dan servis. Hasil tersebut bagi pelatih, pendidik serta pecinta olahraga dapat menjadikan ke dua metode latihan tersebut untuk latihan kemampuan passing atas, passing bawah dan servis. Namun kalau kita lihat dari keefektifannya maka metode *series of play* bisa dijadikan pilihan utama dalam meningkatkan kemampuan dan servis.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachtiar, dkk. 2001. *Permainan Besar II Bolavoli dan Bola Tangan*. Jakarta.
- Darwis, Ratinus. (1999). *SepakBola*. Padang: FIK UNP.
- Erianti. 2011. *Pembelajaran Bolavoli*. Padang: Sukabina Press.
- Fleck, Tom dan Ron Quinn. (2002). *Panduan Latihan Sepakbola Andal*. USA: Ragged Mountain Press.
- Lestari, Novi. 2008. *Melatih Bolavoli Remaja Terjemahan*. Yogyakarta. Citra Aji Parama. Universitas Terbuka.
- PBVSI. (2005). *Jenis-jenis Bola voli*. Jakarta: Sekreteriat Umum PP PBVSI.
- Syafruddin. 2004 . *Pembelajaran bolavoli*. Padang: FPOK IKIP.
- Tangkudung, James. 2012. *Kepelatihan Olahraga (Edisi Ke(Edisi Ke-2)*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Nurtia, Nilam (2014). *Pengaruh Metode latihan Guided Discovery,dan Metode Latihan gaya periksa diri Dan Motivasi Berlatih Terhadap Keterampilan Pukulan Atlet Wushu Kategori San Shou Kabupaten Solok*.Padang: Universitas Negeri Padang.
- Viera, Barbara L Dan Fergusson, Bonnie Jill. 1996. *Bolavoli Tingkat Pemula Terjemahan Monty*. Jakarta: Jakarta Raja Grafindo Persada.