

## EFEKTIVITAS MODEL LATIHAN SPBT-DESAIN BOLA VOLI SEBAGAI BENTUK AKTIVITAS BELAJAR UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI DALAM PEMBELAJARAN PJOK PADA SISWA KELAS VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA

Nobertus Piru<sup>1)</sup>, Yohanes Bayo Ola Tapo<sup>2)</sup>, Nikodemus Bate<sup>3)</sup>

Program Studi PJKR, STKIP Citra Bakti

<sup>1)</sup>[feliksiadhiu97@gmail.com](mailto:feliksiadhiu97@gmail.com), <sup>2)</sup>[yohanesbayoolatapo@gmail.com](mailto:yohanesbayoolatapo@gmail.com), <sup>3)</sup>[nico.dua21@gmail.com](mailto:nico.dua21@gmail.com)

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan model latihan SPBT sebagai bentuk aktivitas belajar untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada pembelajaran Pjok siswa kelas VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA. Jenis penelitian ini adalah penelitian pra-eksperimen time series dengan desain one group *pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA yang berjumlah 22 orang dengan kriteria (16 orang putri dan 6 orang putra). Data dari penelitian di ambil menggunakan tes dan pengukuran, untuk aktivitas belajar menggunakan lembar observasi dan keterampilan passing menggunakan instrumen tes keterampilan passing bawah bola voli menurut AAHPERD, yang di nilai oleh dua orang penilai. Hasil penelitian ini adalah: (a) Uji rata-rata, rata-rata pengukuran nilai aktivitas belajar pada seri pertama minggu pertama antara pretest (O1) dan posstest dalam minggu pertama (O2), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (53,0) meningkat menjadi (73,0) dengan selisih peningkatan sebesar (20,0), pada seri kedua minggu kedua dan posstest dalam minggu kedua (O3), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (73,0) meningkat menjadi (78,0) dengan selisih peningkatan sebesar (5,0), pada seri ketiga minggu ketiga dan posstest dalam minggu ketiga (O4), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (78,0) meningkat menjadi (85,0) dengan selisih peningkatan sebesar (7,0), dan rata-rata pengukuran nilai keterampilan passing bawah pada seri pertama minggu pertama antara pretest (O1) dan posstest dalam minggu pertama (O2), rata-rata nilai keterampilan adalah (25,0) meningkat menjadi (28,0) dengan selisih peningkatan sebesar (3,0), pada seri kedua minggu kedua dan posstest dalam minggu kedua (O3), rata-rata nilai keterampilan passing bawah adalah (28,0) meningkat menjadi (35,0) dengan selisih peningkatan sebesar (7,0), pada seri ketiga minggu ketiga dan posstest dalam minggu ketiga (O4), rata-rata nilai keterampilan passing bawah adalah (35,0) meningkat menjadi (46,0) dengan selisih peningkatan sebesar (11,0), (b) Uji statistik, uji hipotesis menggunakan tehknik analisis uji beda statistik non parametrik dengan uji wilcoxon signed ranks test karena terdapat data penelitian yang tidak berdistribusi normal, dengan hasil uji antara nilai pretest (O1) dan seri ke tiga minggu ke tiga (O4) adalah:  $0,00 < 0,05$ . Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan menunjukan perubahan rata-rata nilai aktivitas belajar dan keterampilan passing yang selalu cenderung meningkat ke arah baik. Hal ini menunjukan bahwa model latihan SPBT efektif digunakan sebagai bentuk aktivitas belajar untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA.

### Sejarah Artikel

Dimasukkan :  
Direview :  
Diterima :  
Disetujui :

### Kata Kunci

Model latihan  
SPBT-Desain bola voli;  
aktivitas belajar; passing  
bawah

## Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of using the SPBT training model as a form of learning activity to improve volleyball bottom passing skills on Pjok learning for class VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA. This type of research is a time series pre-experimental study with a one group pretest-posttest design. The sample in this study were students of class VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA, totaling 22 people with the criteria (16 girls and 6 boys). Data from the study were taken using tests and measurements, for learning activities using observation sheets and passing skills using the volleyball bottom passing skill test instrument according to the AAHPERD, which were assessed by two assessors. The results of this study are: (a) The average test, the average measurement of the value of learning activities in the first series of the first week between pretest (O1) and posttest in the first week (O2), the average value of learning activities is (53.0 ) increased to (73.0) with a difference of increase of (20.0), in the second series of the second week and posttest in the second week (O3), the average value of learning activities was (73.0) increased to (78.0 ) with a difference of increase of (5.0), in the third series of the third week and posttest in the third week (O4), the average value of learning activities was (78.0) increased to (85.0) with a difference of increase of (7 0,0), and the average score of passing skills in the first series of the first week between pretest (O1) and posttest in the first week (O2), the average skill score was (25,0) increased to (28.0) with a difference of increase of (3.0), in the second series in the second week and posttest in the second week ( O3), the average value of down passing skills was (28.0) increased to (35.0) with a difference of increase of (7.0), in the third series of the third week and posttest in the third week (O4), the average the value of the bottom passing skill is (35.0) increasing to (46.0) with a difference of increase of (11.0), (b) Statistical test, hypothesis testing using non-parametric statistical difference test analysis techniques with the Wilcoxon signed ranks test because there are research data that are not normally distributed, with test results between the pretest value (O1) and the third series of the third week (O4) are:  $0.00 < 0.05$ . Based on the results of the analysis carried out, it shows the change in the average value of learning activities and passing skills which always tends to increase in the good direction. This shows that the SPBT training model is effectively used as a form of learning activity to improve volleyball bottom passing skills in PJOK learning in class VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA.

## Article History

---

Submitted :

Reviewed :

Accepted :

Published :

## Key Words

SPBT training model-Volleyball design; learning activities;under passing.

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara (UU Nomor 20 Tahun 2003). Berbagai implementasi mata pelajaran sebagai proses pembelajaran siswa yang salah satunya adalah mata pelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) dalam mencapai sebuah tujuan Pendidikan nasional. Esensi dasar dari PJOK yang disebutkan pada SK Menpora nomor 0534A/MENPORA/1994 dalam (Tapo,2019:19) yang menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang di lakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan fisik, kecerdasan dan pembentukan watak. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan sebuah investasi jangka panjang jasmani, olahraga dan kesehatan pada hakekatnya merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang secara sadar dan sistematis untuk meningkatkan kebugaran, pertumbuhan serta perkembangan aspek kognitif, afektif dan psikomotor (Tapo, 2019:20). Peningkatan kebugaran jasmani melalui Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan saat ini merupakan sebuah keharusan. Hal ini mengingat aspek kesehatan merupakan komponen utama untuk pemenuhan kesehatan yang pernah baik secara fisik, mental maupun social (Tapo & Bile, 2020: 55). Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan dengan karakteristik pola pembelajaran yang banyak melibatkan aktivitas gerak jasmani dalam berbagai kegiatan baik aktivitas permainan, olahraga, maupun latihan (Sarjono dan Sumarjo,2010).

Muatan ruang lingkup materi PJOK pada jenjang pendidikan salah satunya ialah aktivitas fisik dan berbagai kegiatan pada cabang olah raga sepak bola, bola voli, dan bola basket yang merupakan salah satu materi kompetensi isi yang termuat pada jenjang pendidikan. Teknik dasar bola voli merupakan materi dasar yang di ajarkan dalam PJOK, dan salah satu teknik dasar yang diajarkan dalam pendidikan jasmani adalah teknik dasar passing bawah bola voli seperti yang dijelaskan dalam Pemendikbud nomor 21 tahun 2016 (dalam Tapo 2019: 20). Cabang olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang banyak di gemari oleh masyarakat termasuk anak-anak usia sekolah. Dengan karakteristik gerak permainan yang cepat, atraktif dan menyenangkan, cabang olahraga voli menjadi olahraga yang populer di dunia FIVB. Menurut Tapo (2019:21) bahwa permainan bola voli merupakan olahraga permainan bola besar yang di mainkan pada lapangan khusus oleh dua tim dengan masing-masing tim terdiri atas enam orang pemain, yang memainkan bola melewati net dengan teknik dan ketentuan khusus untuk menempatkan bola agar menyentuh

permukaan lapangan permainan lawan serta mempertahankan bola agar tidak menyentuh area lapangan permainan sendiri. Secara teknis dalam permainan bola voli terdapat banyak teknik dasar yang harus di kuasai oleh pemain, antara lain servis, passing, smash dan block yang merupakan syarat mutlak yang harus di kuasai oleh setiap pemain bola voli (Tapo, 2019: 22). Dalam permainan bola voli terdiri dari empat teknik dasar yaitu: Service, passing, blocking, smash (Nuril, 2007: 20). Salah satu keterampilan teknik dasar yang wajib di kuasai dengan baik oleh pemain bola voli adalah teknik passing (Tapo 2019: 22). Hal ini di karenakan passing merupakan satu-satunya teknik dasar memukul bola dalam permainan bola voli yang bertujuan untuk mengoper dan/atau mengumpan (Tapo, 2019:22). Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu tekik tertentu untuk mengoperkan bola yang di mainkannya kepada teman seregunya untuk di mainkan di lapangan sendiri. Passing dapat di lakukan dengan cara passing bawah dan passing atas (Kardiyanto, 2013:23). Teknik-teknik yang ada dalam permainan bola voli salah satunya adalah teknik dasar passing bawah. Passing bawah adalah salah satu teknik yang harus di kuasai siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah. Sirkuit passing bawah training desain atau dengan singkatan SPBT-Desain ini merupakan sebuah model latihan passing bawah yang di kembangkan menggunakan unsur latihan sirkuit yang didesain untuk menerapkan bentuk-bentuk latihan passing bawah bola voli. Keunggulan dari latihan SPBT-Desain ini yaitu: (1) model latihan memiliki variasi latihan yang beragam dan berbeda-beda, (2) model latihan memungkinkan siswa untuk belajar secara bertahap dan aktivitas yang mudah sampai aktivitas yang kompleks, karena latihan di lakukan secara bagian perbagian, (3) model latihan memungkinkan keterlibatan banyak siswa, (4) model latihan dapat mengatasi kekurangan sarana belajar, (5) siswa dapat belajar bertanggung jawab dan saling bekerja sama.

Berdasarkan hasil pengenalan lapangan persekolahan (PLP 2) di SMPN SATAP 2 GOLEWA peneliti menemukan beberapa kekurangan yang menjadi kendala dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK pada materi passing bawah bola voli terutama pada aktivitas belajar siswa dalam mencapai sebuah tujuan pembelajaran sesuai indikator pembelajaran PJOK, hal ini disebabkan karena model latihan yang kurang atau tidak bervariasi, model latihan tidak dibuat bagian perbagian, kurangnya sarana, dan proses latihan tidak di laksanakan dari model latihan yang sederhana ke model latihan yang kompleks. Ini dapat disimpulkan bahwa permasalahan rendahnya atau kurangnya aktivitas belajar siswa yang akan kemudian berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa sesuai dengan indikator pembelajaran. Dengan model latihan SPBT-Desain bola voli yang diterapkan secara efektif dan dapat mengaktifkan siswa sehingga pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik. Berdasarkan masalah-masalah yang di temukan di lokasi, peneliti ingin menghadirkan model passing bawah yang efektif, berdasarkan literature yang mampu dijadikan sebagai model latihan yang lebih bervariasi, latihan dibuat bagian perbagian,

kurangnya variasi latihan, dan proses latihan di laksanakan dari model latihan yang sederhana ke model latihan yang kompleks. Sehingga model latihan SPBT-Desain sebagai solusi dalam mengatasi masalah-masalah pelaksanaan aktivitas belajar siswa sekolah menengah pertama.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian pra-eksperimen times series dengan rancangan one group pretest-posttest untuk melihat pengaruh perubahan aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah bola voli. Penelitian diberikan perlakuan dalam bentuk pelaksanaan pembelajaran PJOK menggunakan desain model latihan SPBT-Desain sebagai bentuk aktivitas belajar siswa materi passing bawah sebanyak 3 seri perlakuan dan 4 seri pengukuran. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN SATAP 2 GOLEWA dengan berjumlah sampelnya 22 orang dengan kriteria 16 orang putri dan 6 orang putra. Instrumen penelitian menggunakan dua instrumen yaitu instrumen untuk menilai aktivitas belajar yaitu menggunakan lembar observasi aktivitas belajar SPBT dan instrumen penelitian untuk menilai keterampilan passing bawah yaitu adalah tes mengover bola (passing) bola voli menurut AAHPERD (Winarno,2006: 35).

Analisis data penelitian menggunakan teknik analisis uji beda yaitu uji normalitas adalah jika ( $p > 0,05$ ) maka data berdistribusi normal dan jika ( $p < 0,05$ ) maka data tidak berdistribusi normal, uji homogenitas ini tidak dilakukan karena desain penelitian ini menggunakan penelitian pra-eksperimen time series dengan rancangan one group pretest posstest dengan analisis statistik uji beda yang dilakukan pada data pretest dan posstest sampel berpasangan, sehingga sampel penelitian berasal dari kelompok yang sama, uji analisis hipotesis menggunakan uji beda dengan bantuan wilcoxon signed ranks test dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 23.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### ***Hasil Penelitian.***

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra eksperimen time series yang di laksanakan sebanyak 3 seri perlakuan yaitu: (a) seri pertama minggu pertama dengan satu kali posstest (O2) , (b) seri kedua dengan minggu kedua (O3) dengan satu kali posstest, (c) seri 3 minggu ke tiga (O4) satu kali posstest. Data hasil penelitian terdiri dari dua data yang berbeda yaitu: (1) data penilaian aktivitas belajar siswa yang diperoleh dari hasil observasi aktivitas belajar pada pretest/tes awal (O1) dan 3 kali observasi (posstest) pada setiap seri perlakuan (O2,O3,dan O4), dan (2) data penilaian keterampilan passing bawah bola voli yang diperoleh dari pretest/tes awal (O1) dan 3 kali tes keterampilan (posstest) pada setiap seri perlakuan (O2,O3, dan O4).

**Tabel 1. Data Hasil Penelitian**

No	Kode Sampel	Aktivitas Belajar				Keterampilan Passing			
		O1	O2	O3	O4	O1	O2	O3	O4
1	KS 1	50,0	71,4	72,9	85,7	20,0	30,0	30,0	40,0
2	KS 2	47,2	75,7	77,2	84,3	20,0	30,0	30,0	30,0
3	KS 3	57,2	74,3	74,3	87,2	30,0	40,0	20,0	40,0
4	KS 4	47,2	74,3	80,0	85,8	40,0	50,0	20,0	60,0
5	KS 5	45,8	71,4	75,7	87,2	20,0	20,0	60,0	70,0
6	KS 6	47,2	75,7	75,7	85,8	30,0	30,0	60,0	60,0
7	KS 7	57,1	71,4	80,0	88,6	30,0	20,0	20,0	40,0
8	KS 8	50,0	68,6	77,2	87,2	10,0	30,0	20,0	40,0
9	KS 9	57,1	71,4	78,6	84,3	30,0	30,0	40,0	50,0
10	KS 10	45,7	74,3	80,0	85,8	20,0	30,0	30,0	50,0
11	KS 11	60,0	74,3	80,0	85,8	30,0	30,0	30,0	30,0
12	KS 12	54,3	67,1	78,6	85,7	30,0	30,0	30,0	40,0
13	KS 13	52,9	75,7	78,6	83,2	30,0	20,0	50,0	50,0
14	KS 14	57,2	70,0	77,2	87,2	30,0	30,0	40,0	60,0
15	KS 15	54,3	71,4	78,6	87,2	20,0	30,0	20,0	30,0
16	KS 16	61,5	74,3	78,6	85,7	20,0	20,0	40,0	50,0
17	KS 17	51,4	70,0	75,7	87,2	20,0	20,0	40,0	50,0
18	KS 18	57,1	74,3	80,0	88,6	20,0	20,0	40,0	60,0
19	KS 19	47,2	74,3	78,6	88,6	30,0	30,0	30,0	40,0
20	KS 20	54,3	75,7	78,6	88,6	20,0	30,0	40,0	40,0
21	KS 21	57,2	74,3	80,0	85,7	20,0	10,0	50,0	50,0
22	KS 22	54,3	75,7	80,0	87,2	30,0	30,0	30,0	30,0

<b>Jumlah</b>	<b>1,165</b>	<b>1,605</b>	<b>1,715</b>	<b>1,870</b>	<b>550,0</b>	<b>610,0</b>	<b>770,0</b>	<b>1010,0</b>
<b>Rata-Rata</b>	<b>52,95</b>	<b>72,95</b>	<b>77,95</b>	<b>85,00</b>	<b>25,0</b>	<b>27,72</b>	<b>35,00</b>	<b>45,90</b>
<b>Pembulatan</b>	<b>53</b>	<b>73</b>	<b>78</b>	<b>85</b>	<b>25</b>	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>46</b>
<b>Selisih</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>32</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>21</b>

Berdasarkan data pada tabel 1 di atas adapun deskripsi data hasil penelitian dapat dijelaskan berikut :

### **Deskripsi Aktivitas Belajar**

a) Pengukuran *Pretest*/Tes Awal ( $O_1$ )

Pengukuran nilai rata-rata klasikal pada *pretest* (tes awal) pada seri pertama minggu pertama untuk nilai rata-rata aktivitas belajar adalah (53,0)

b) Pengukuran Seri Pertama Minggu Pertama ( $O_2$ )

Perubahan nilai rata-rata klasikal aktivitas belajar pada seri pertama minggu pertama antara *pretest* ( $O_1$ ) dan *posstest* dalam minggu pertama ( $O_2$ ), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (53,0) meningkat menjadi (73,0) dengan selisih peningkatan sebesar (20,0)

c) Pengukuran Seri Kedua Minggu Kedua ( $O_3$ )

Perubahan nilai rata-rata klasikal aktivitas belajar pada seri kedua minggu kedua dan *posstest* dalam minggu kedua ( $O_3$ ), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (73,0) meningkat menjadi (78,0) dengan selisih peningkatan sebesar (5,0)

d) Pengukuran Seri Ketiga Minggu Ketiga ( $O_4$ )

Perubahan nilai rata-rata klasikal aktivitas belajar pada seri ketiga minggu ketiga dan *posstest* dalam minggu ketiga ( $O_4$ ), rata-rata nilai aktivitas belajar adalah (78,0) meningkat menjadi (85,0) dengan selisih peningkatan sebesar (7,0)

### **Deskripsi Keterampilan Passing**

a) Pengukuran *Pretest*/tes awal ( $O_1$ )

Pengukuran nilai rata-rata klasikal pada *pretest* (tes awal) pada seri pertama minggu pertama untuk nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah bola voli adalah (25,0)

b) Pengukuran Seri Pertama Minggu Pertama ( $O_2$ )

Perubahan nilai rata-rata klasikal keterampilan *passing* bawah pada seri pertama minggu pertama antara *pretest* ( $O_1$ ) dan *posstest* dalam minggu pertama ( $O_2$ ), rata-rata nilai keterampilan adalah (25,0) meningkat menjadi (28,0) dengan selisih peningkatan sebesar (3,0)

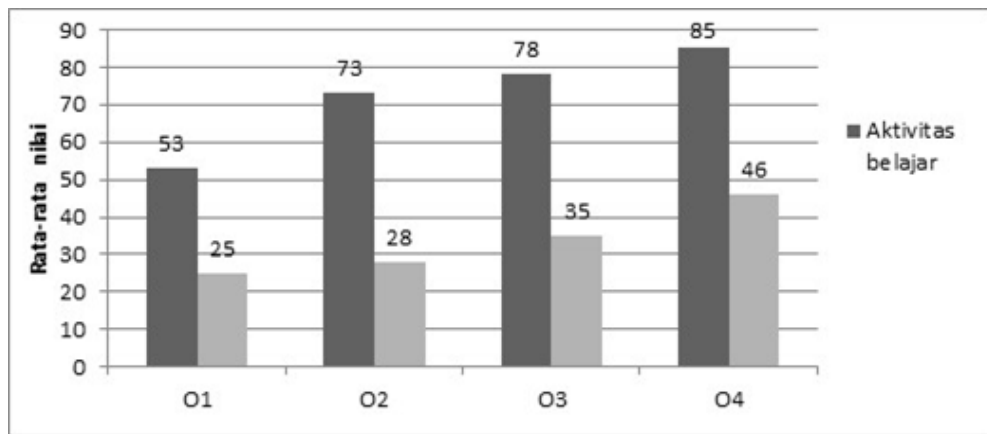
c) Pengukuran Seri Kedua Minggu Kedua ( $O_3$ )

Perubahan nilai rata-rata klasikal keterampilan passing bawah pada seri kedua minggu kedua dan posstest dalam minggu kedua ( $O_3$ ), rata-rata nilai keterampilan passing bawah adalah (28,0) meningkat menjadi (35,0) dengan selisih peningkatan sebesar (7,0)

d) Pengukuran Seri Ketiga Minggu Ketiga ( $O_4$ )

Perubahan nilai rata-rata keterampilan *passing* pada seri ketiga minggu ketiga dan posstest dalam minggu ketiga ( $O_4$ ), rata-rata nilai keterampilan passing bawah adalah (35,0) meningkat menjadi (46,0) dengan selisih peningkatan sebesar (11,0)

Perubahan rata-rata nilai aktivitas belajar dan keterampilan *passing* bawah di atas, dapat digambarkan dalam bentuk diagram batang berikut.



Gambar 1. Diagram Nilai Rata-Rata Aktivitas dan Keterampilan Passing

**Uji Persyarat Analisis Data Dan Uji Hipotesis Data Penelitian**

**Uji Prasyarat Analisis Data**

Uji persyarat analisis data uji beda antara data pretest ( $O_1$ ) dan Posstest seri ke tiga minggu ke tiga ( $O_4$ ) untuk masing-masing indikator penelitian yaitu: aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah sesuai dengan hasil uji normalitas dan homogenitas.

Uji normalitas ini menggunakan Uji Shapiro-Wilk dengan bantuan aplikasi IBM-SPSS Statistic versi 23. Syarat uji normalitas adalah: jika ( $p > 0,05$ ) maka data berdistribusi normal dan jika ( $p < 0,05$ ) maka data tidak berdistribusi normal. Uji normalitas data aktivitas belajar melalui perhitungan uji normalitas data pretest ( $O_1$ ) dan Posstest ( $O_4$ ) untuk aktivitas belajar dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena sampel berjumlah dibawah 50, seperti pada tabel berikut:

**Tabel 2. Hasil Normalitas Aktivitas Belajar**

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Kelompok	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil	O1	.202	22	.020	.904	22	.035
	O4	.186	22	.046	.913	22	.053



Berdasarkan perhitungan pada tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai sig (2-tailed) aktivitas belajar, data pretest (O1)= (0,035 < 0,05) sehingga berdistribusi tidak normal, sedangkan data posstest (O4) = (0,053 > 0,05) sehingga data berdistribusi “normal”.

Uji normalitas data keterampilan passing bawah melalui perhitungan uji normalitas data pretest (O1) dan Posstest (O4) untuk keterampilan passing bawah dengan menggunakan uji Shapiro-Wilk karena sampel berjumlah di bawah 50, seperti pada tabel berikut.

**Tabel 3. Tes Normalitas Keterampilan Passing Bawah**

		Tests of Normality					
Kelompok		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Hasil	O1	.271	22	.000	.823	22	.001
	O4	.198	22	.025	.916	22	.062

Berdasarkan perhitungan pada tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai sig (2-tailed) keterampilan passing bawah, data pretest (O1)= (0,001 < 0,05) sehingga berdistribusi tidak normal, sedangkan data posstest (O4) = (0,062 > 0,05) sehingga data berdistribusi “normal”.

Uji homogenitas pada penelitian ini tidak dilakukan, karena desain penelitian ini menggunakan pra eksperimen time series one group pretest-posstest dengan analisis statistik uji beda yang dilakukan pada data pretest dan posstest sampel berpasangan, sehingga sampel penelitian berasal dari kelompok yang sama. Analisis hipotesis data mengacu pada uji normalitas dan uji homogenitas maka dapat ditentukan pengujian statistik uji komparatif atau uji beda, untuk data aktivitas belajar dan keterampilan passing sesuai dengan hasil uji normalitas dan uji homogenitas. Uji beda aktivitas belajar siswa melalui hasil uji normalitas data posstest seri ke tiga minggu ke tiga (O4) untuk aktivitas belajar siswa berdistribusi “tidak normal”, maka uji beda menggunakan statistik non parametrik uji wilcoxon signed ranks test dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 22. Syarat uji adalah: jika (p<0,005) maka terdapat perbedaan yang signifikan antara data pretest dan posstest, sehingga terdapat pengaruh penggunaan metode latihan SPBT Desain bola voli terhadap aktivitas belajar siswa.

**Tabel 4. Output Uji wilcoxon signed ranks test Aktivitas Belajar**

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test PreTest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	00	00
	Positive Ranks	22 <sup>b</sup>	11.50	253.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	22		

Berdasarkan output “Ranks” hasil uji wilcoxon signed ranks test dapat dijelaskan bahwa: (1) Negatif Ranks atau selisih (negatif) antara nilai aktivitas belajar pada pretest dan posstest untuk nilai N, Mean Rank, Sum Rank menunjukkan nilai “0” yang berarti tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai aktivitas belajar antar nilai pretest ke nilai posstest, (2) Positif Ranks atau selisih (positif) antara nilai aktivitas belajar pada pretest dan posstest menunjukkan 22 nilai positif (N) yang berarti 22 siswa mengalami peningkatan aktivitas belajar dari nilai pretest ke nilai posstest dengan Mean Rank atau rata-rata peningkatan adalah sebesar (11,50), (3) Ties menunjukkan nilai “0” yang berarti tidak adanya kesamaan nilai pretest dan posstest.

**Tabel 5. Output Uji Test Aktivitas Belajar**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Posttest-PreTest
Z	- 4.108 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Berdasarkan output “Test Statistics” dapat dijelaskan bahwa: Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai (0,000) sehingga ( $0,000 < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis Ha diterima” yang berarti: terdapat perbedaan aktivitas belajar passing bawah antara hasil *pretest* (tes awal) dengan hasil *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh penggunaan model latihan SPBT-Desain terhadap aktivitas belajar, hal ini dibuktikan dengan selalu adanya peningkatan nilai aktivitas belajar siswa mulai seri pertama minggu pertama ( $O_1$ ) sampai seri ketiga minggu ketiga ( $O_4$ ). Uji beda keterampilan passing bawah, Data pretest ( $O_1$ ) dan data posstest seri ke tiga minggu ke tiga ( $O_4$ ) untuk keterampilan passing bawah berdistribusi “tidak normal”, maka uji beda menggunakan statistik non parametrik uji wilcoxon signed ranks test dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics 22. Syarat uji adalah: jika ( $p < 0,005$ ) maka terdapat perbedaan yang signifikan antara data pretest dan posstest, sehingga terdapat pengaruh penggunaan model pembelajaran SPBT-Desain bola voli terhadap kemampuan keterampilan passing siswa.

**Tabel 6. Output Uji wilcoxon signed ranks test Keterampilan Passing**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test- PreTest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	00	00
	Positive Ranks	20 <sup>b</sup>	10.50	210.00
	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	22		

Berdasarkan Output “Ranks” hasil uji Wilcoxon, dapat dijelaskan bahwa: (1) Negative Ranks atau selisih (negatif) antara nilai keterampilan passing bawah bola voli pada Pretest dan Posstest untuk nilai N, Mean Rank, dan Sum Rank menunjukkan nilai “0”, yang berarti tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai keterampilan belajar antara nilai Pretest ke nilai Post Test, (2) Positif Ranks atau selisih (positif) antara nilai keterampilan passing bawah bola voli pada Pretest dan Posstest menunjukkan 20 nilai positif (N) yang berarti 20 siswa mengalami peningkatan keterampilan passing bawah bola voli dari nilai Pretest ke nilai Posttest dengan Mean Rank atau rata-rata peningkatan adalah sebesar 10,50, (3) Ties menunjukkan nilai “2” yang berarti adanya kesamaan nilai Pretest dan Posstest untuk dua siswa.

**Tabel 7. Output Uji Test Keterampilan Passing Bawah**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	PosTest-PreTest
Z	-3.958 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Berdasarkan output “Test Statistics” dapat dijelaskan bahwa: Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,000, sehingga ( $0,000 < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis  $H_a$  diterima” yang berarti: terdapat perbedaan keterampilan passing bawah antara hasil pretest (tes awal) dengan hasil posttest, sehingga dapat disimpulkan bahwa “Adanya Pengaruh Penggunaan model latihan SPBT-Desain terhadap keterampilan passing bawah pada siswa, hal ini dibuktikan dengan selalu adanya peningkatan nilai keterampilan passing bawah siswa mulai seri pertama minggu pertama (O1) sampai seri ketiga minggu ketiga (O4).

### **Pembahasan**

Aktivitas Belajar berdasarkan hasil analisis data uji beda dengan desain penelitian pra-eksperimen time series dengan rancangan one group pretest-posstest untuk aktivitas belajar dapat dijelaskan bahwa (a) rata-rata pengukuran seri pertama minggu pertama (O2)= (73,0) lebih baik dari pengukuran Pretest (O1)= (53,0), (b) rata-rata pengukuran seri kedua minggu kedua (O3) = (78,0) lebih baik dari pengukuran seri pertama minggu pertama (O2)= (73,0), (c) rata-rata pengukuran seri ketiga minggu ketiga (O4)= (85,0), lebih baik dari pengukuran seri kedua minggu kedua (O2)= (78,0). Berdasarkan hasil pengukuran pada seri terakhir (O4) dengan rata-rata aktivitas belajar = (85,0) sesuai dengan model pembelajaran SPBT terhadap perubahan aktivitas belajar siswa yang lebih aktif dikatakan “Efektif”. Ditinjau dari hasil analisis data uji beda menggunakan statistik uji wilcoxon signed ranks test antara data pretest (O1) dan posstest perlakuan seri ketiga minggu ketiga (O4), ditemukan bahwa nilai sig. (2-tailed) aktivitas belajar = ( $0,000 < 0,05$ ), dengan ini dapat disimpulkan bahwa model pembelajara SPBT-Desain bola voli efektif untuk dipake sebagai bentuk aktivitas belajar

kearah yang lebih baik/aktif, baik secara individu atau klasikal.

Berdasarkan hasil analisis data uji beda dengan desain penelitian pra-eksperimen time series dengan rancangan one group pretest-posttest untuk keterampilan passing dapat dijelaskan (a) rata-rata pengukuran seri pertama minggu pertama ( $O_2$ ) = (28,0) lebih baik dari pengukuran pretest ( $O_1$ ) = (25,0), (b) rata-rata pengukuran seri kedua minggu kedua ( $O_3$ ) = (35,0) lebih baik dari pengukuran seri pertama minggu pertama ( $O_2$ ) = (28,0), rata-rata pengukuran seri ketiga minggu ketiga ( $O_4$ ) = (46,0) lebih baik dari pengukuran seri kedua minggu kedua ( $O_2$ ) = (35,0). Berdasarkan hasil pengukuran pada seri terakhir ( $O_4$ ) dengan rata-rata keterampilan passing = (46,0) sesuai dengan model latihan SPBT-DESAIN bola voli terhadap keterampilan passing bola voli yang lebih baik dikatakan "Efektif". Ditinjau dari hasil analisis data uji beda menggunakan statistik uji wilcoxon signed ranks test antara data pretest ( $O_1$ ) dan posttest perlakuan seri ketiga minggu ketiga ( $O_4$ ), ditemukan bahwa nilai sig. (2-tailed) keterampilan passing = (0,000 < 0,05), dengan ini dapat disimpulkan bahwa model latihan SPBT-Desain bola voli efektif untuk dipake sebagai bentuk aktivitas belajar keterampilan passing bawah bola voli yang lebih baik.

Dari temuan peneliti pada aktivitas belajar dan keterampilan passing yang digunakan pada penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa model latihan SPBT-Desain dapat memberikan pengaruh yang efektif pada aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pada masing-masing indikator baik aktivitas belajar maupun keterampilan passing bawah yang selalu berubah meningkat ke arah baik. Secara umum tidak terdapat perubahan ke arah penurunan nilai selama seri-seri perlakuan baik untuk nilai aktivitas belajar maupun nilai keterampilan passing bawah bola voli.

Pengaruh perubahan-perubahan pada aktivitas belajar maupun keterampilan passing yang selalu mengalami peningkatan, karena beberapa hal seperti: (a) Bentuk latihan pada model SPBT-Desain yang dilakukan secara sirkuit yang dibagikan dalam pos-pos latihan, sehingga siswa dapat melakukan latihan secara bertahap detail keterampilan gerak melakukan passing bawah, (b) siswa tidak belajar passing secara langsung secara keseluruhan keterampilan gerak passing tapi siswa akan belajar passing bawah secara bertahap yang berulang dan terus meningkat sampai belajar keterampilan passing secara keseluruhan, (c) aktivitas latihan sirkuit memiliki banyak variasi sehingga siswa tidak jenuh dalam mengikuti pembelajaran, (d) Siswa selalu mendapatkan giliran belajar passing yang cukup, sesuai dengan hasil penelitian (Tapo, 2019) yang menjelaskan kelebihan-kelebihan dari SPBT sebagai berikut: (1) model latihan memiliki variasi latihan yang beragam dan berbeda-beda, (2) model latihan memungkinkan siswa untuk belajar secara bertahap dan aktivitas yang mudah sampai aktivitas yang kompleks, karena latihan dilakukan secara bagian perbagian, (3) model latihan memungkinkan keterlibatan banyak siswa, (4) model latihan dapat mengatasi kekurangan sarana belajar, (5) siswa dapat belajar bertanggung jawab dan saling bekerja sama, sehingga memungkinkan terjadinya peningkatan aktivitas belajar siswa dimana siswa lebih cenderung

Aktif dalam mengikuti pembelajaran berlangsung. Sehingga memungkinkan peningkatan keterampilan passing bawah siswa karena siswa belajar secara bertahap atau bagian perbagian sebelum siswa belajar keterampilan passing bawah secara utuh.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data pembahasan, ditemukan peningkatan aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah bola voli, hal ini dapat dilihat dari rata-rata nilai aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah bola voli yang selalu cenderung meningkat ke arah baik melalui model latihan SPBT, untuk mengetahui perubahan aktivitas belajar dengan menggunakan model latihan SPBT terhadap keterampilan passing bawah bola voli dalam setiap minggu pertama (O2) sampai minggu ketiga (O4), sebelum dan sesudah perlakuan, sehingga terdapat perbedaan nilai pretest dan posttest untuk aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah bola voli. Untuk penilaian pada aktivitas belajar dan keterampilan passing dalam setiap minggu selalu ada peningkatan oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa dengan adanya model latihan SPBT efektif terhadap aktivitas belajar dan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMPN Satap 2 Golewa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Barbara L Viera & Ferguson B.J (2004). Bola voli tingkat pemula. Jakarta, PT: Raja Grafindo Utama Slameto.
- Depdiknas. (2006). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No 23 tahun 2006 Tentang Standar Kompetensi Lulusan Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta BSNP.
- Depdiknas. (2006). Kurikulum tingkat satuan untuk sekolah dasar. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta: Dikdasmen.
- Dimiyati, Mudjiono. (2006). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta, PT: Rineke Cipta.
- Fédération Internationale de Volleyball (FIVB). (2016). Official Volleyball Rules 2017-2020 - Approved by the 35th FIVB Congress 2016. FIVB.
- Lenberg, K (2016). Volleyball Skills & Drills, American Volleyball Coaches Association. United States: Human Kinetics.
- Permendikbud (2016), No 21 Tahun 2016; Tentang standar isi pendidikan dasar dan menengah. Indonesia.
- Sardiman. (2006). Interaksi dan motivasi belajar-mengajar. Jakarta, PT: Raja Grafindo Persada.

- Tapo, Y.B.O. (2019). Pengembangan model latihan sirkuit *passing* bawah T-Desain (SPBT-Desain) bola voli sebagai bentuk aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran PJOK untuk tingkat sekolah menengah. *Ejurnal Imedtech-Instructional Media, Design and Technology* STKIP Citra Bakti Ngada, 3 (2), 18-34. doi: <http://dx.doi.org/10.38048/imedtech.v3i2.209>.
- Tapo, Y.B.O. (2020). Evaluasi status kebugaran jasmani dan tingkat penguasaan keterampilan olahraga sepak bola dan bola voli mahasiswa PJKR semester V STKIP Citra Bakti Ngada berdasarkan aktivitas perkuliahan praktek dan pembinaan kegiatan UKM. *Ejurnal Imedtech-Instructional Media, Design and Technology* STKIP Citra Bakti Ngada, 4 (1), 37-54. doi: <http://dx.doi.org/10.38048/imedtech.v4i1.223>.
- Undang-Undang RI. (2005). Nomor 3 Tahun 2005; Sistem keolahragaan nasional. Jakarta-Republik Indonesia.