

**IMPLEMENTASI METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN *PASSING*
BAWAH BOLA VOLI DI SEKOLAH DASAR**

Sutiswo*, Sumbara Hambali
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP Pasundan Cimahi
email: sutiswo2@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi metode bermain terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas V di Sekolah Dasar Kota Cimahi. Metode penelitian yang digunakan adalah True Eksperimen dengan desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V Sekolah Dasar di Kota Cimahi, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah tes hasil belajar *passing* bawah bolavoli yang menekankan pada penilaian proses. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pengujian hipotesis didapat nilai signifikansi sebesar 0,000, yang dimana nilai tersebut $< 0,05$. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa implementasi metode bermain pada pembelajaran bolavoli memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli di Sekolah Dasar.

Kata kunci: *metode bermain, passing bawah, bolavoli.*

**IMPLEMENTATION OF METHOD OF PLAYING IN LEARNING
VOLLEYBALL *PASSING* IN ELEMENTARY SCHOOL**

Sutiswo*, Sumbara Hambali
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP Pasundan Cimahi
email: sutiswo2@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to find out the implementation of the method of playing on the learning outcomes of volleyball under-passing on fifth grade students in Elementary School. The research method used was True Experiments with Randomize Pretest-Posttest Control Group Design. The population in this study were all fifth grade elementary school students in Cimahi, with sampling using cluster random sampling technique. The instrument in this study was a test of volleyball under-passing learning outcomes which emphasized process evaluation. The results of the study show that the hypothesis testing obtained a significance value of 0,000, which is < 0.05 . Thus it can be concluded that the implementation of the method of playing in volleyball learning has a significant influence on the learning outcomes of volleyball under-passing in Elementary School.

Keywords: *method of playing, passing, volleyball.*

Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang tujuannya adalah untuk menumbuhkembangkan aspek fisik, intelektual dan mental siswa. Menurut Krotee & Bucher (2013, hlm. 31) mengatakan bahwa *the physical education objectives to be achieved is physical fitness development objective, motor skill development objective, cognitive development objective, affective development objective*". Artinya pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Hambali (2016) mengatakan bahwa pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan aspek fisik saja, tetapi dapat mengembangkan aspek intelektual, emosional dan juga sosial.

Salah satu materi yang diberikan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah permainan bola voli. Jenis permainan ini memang sangat digemari oleh beberapa lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, laki-laki maupun perempuan, kalangan atas maupun bawah. Akan tetapi, bagi sebagian kalangan terutama anak-anak seusia kelas V SD, permainan bola voli ini dirasakan cukup sulit dan menakutkan. Hal tersebut dikarenakan menurut Hambali (2016) mengatakan pada permainan ini terdapat kegiatan menahan, memukul, dan mendorong bola yang cukup keras dengan menggunakan kedua lengan yang tentunya bagi mereka kegiatan tersebut dapat menimbulkan rasa sakit pada bagian lengannya. Apalagi bagi siswa yang baru mengenal permainan ini, mereka cenderung tidak ada keinginan untuk melakukannya.

Menurut Barth & Heuchert (2015, hlm. 64) tindakan yang paling penting dan harus dikuasai dalam permainan bola voli diantaranya: 1) *Receiving*; 2) *Passing*; 3) *Attacking*; 4) *Blocking*; 5) *Back Row Defense*, 6) *Serving*. Sedangkan Faruq (2014, hlm. 48) mengatakan terdapat beberapa teknik dasar dalam permainan

bola voli, yaitu diantaranya adalah 1) memasing bola; 2) mensmes bola; 3) membendung bola; 4) dan menservis bola.

Sebetulnya banyak faktor yang dapat mempengaruhi terhadap keberhasilan siswa dalam belajarnya, misalnya proses pembelajaran yang monoton, penerapan metode dan gaya mengajar yang konvensional, penggunaan media yang kurang sesuai. Hal tersebut nantinya dapat mempengaruhi motivasi siswa dalam belajar. Maka dari itu, agar motivasi siswa terus meningkat diperlukanlah sebuah perencanaan, strategi dan inovasi baru dalam proses pembelajarannya.

Pada penelitian ini penulis akan mencoba mengimplementasikan salah satu metode mengajar dalam pembelajaran teknik dasar *passing* bawah, metode yang digunakan adalah dengan metode bermain, yaitu dengan memberikan pengajaran kepada siswa dengan berbagai bentuk permainan yang mengarah kepada gerakan *passing* bawah, sehingga diharapkan anak akan lebih bergerak aktif, lebih berani dan lebih percaya diri dalam belajarnya.

Hambali (2016) mengatakan bahwa banyak yang didapat dari aktivitas bermain, yaitu salah satunya adalah dapat mengembangkan aspek fisik, karena siswa akan terus bergerak dengan bebas tanpa adanya paksaan. Karena menurut Fananie (2016, hlm. 35) mengatakan bahwa bermain bukanlah sekedar sebagai pelepas ketegangan, tetapi punya manfaat lain, seperti melatih kemampuan anak melakukan gerakan-gerakan motorik kasar dan motorik halus.

Di samping itu Tedjasaputra (2014, hlm. 20) mengatakan bahwa melalui bermain pula anak memahami kaitan antara dirinya dan lingkungan sosialnya, belajar bergaul dan memahami aturan ataupun tata cara pergaulan. Selain itu, kegiatan bermain berkaitan erat dengan perkembangan kognitif anak.

Bentuk-bentuk permainan harus dikemas secara menarik dan menyenangkan, serta membuat peserta didik merasa termotivasi untuk melakukannya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Mutiah (2012, hlm. 91) bahwa bermain harus dilakukan dengan rasa senang, sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak. Sedangkan menurut Supendi dan Nurhidayat (2014, hlm. 11) mengatakan bahwa bermain pada dasarnya adalah proses *experiential learning*, dimana pelakunya mengalami dan merasakan secara langsung. Kemudian Badegruber (2016, hlm. 1) mengatakan bahwa ada lima karakteristik dari bermain, yaitu adalah sebagai berikut: 1) *It doesn't have a clear purpose that children are aware of*; 2) *It must be voluntary*; 3) *The rules are flexible*; 4) *It evokes emotional responses that are short-lived*; 5) *It benefits from experimentation*.

Berbagai cara dalam pelaksanaan pembelajaran harus dikemas menjadi situasi permainan yang menyenangkan, serta peraturan permainan yang disederhanakan atau dimodifikasi harus diterapkan, sehingga para siswa akan merasa senang dalam menjalankan proses belajarnya.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Husdarta dan Subroto (2013, hlm. 32) bahwa ciri-ciri atau karakteristik usia sekolah dasar terutama kelas V adalah sebagai berikut: 1) Senang melakukan aktivitas yang aktif; 2) Meningkatnya perbuatan untuk melakukan olahraga kompetitif; 3) Meningkatnya minat terhadap permainan yang terorganisir; 4) Rasa kebanggaan atas keterampilan yang dikuasainya; 5) Selalu berusaha menarik perhatian orang dewasa; 6) Mempercayai orang dewasa; 7) Memperoleh kepuasan yang besar bila mencapai sesuatu, dan kecewa bila mendapatkan kegagalan.

Dengan melakukan aktivitas yang sesuai dengan karakteristik anak tersebut,

diharapkan nantinya tidak hanya aspek fisik, tapi juga aspek kecerdasan dan bakatnya akan cepat muncul dalam dirinya, sehingga keberhasilan belajarnya cepat tercapai. Tangkudung & Wahyuningtyas (2012, hlm. 22) menjelaskan bahwa kecerdasan dan bakat merupakan salah satu faktor penting yang turut menentukan keberhasilan atau kegagalan seseorang dalam mengikuti sesuatu kegiatan belajar atau pengalaman belajar tertentu.

Maka dari itu, diharapkan dengan menerapkan metode bermain dalam pembelajaran bolavoli, motivasi dan kecerdasan siswa akan bertambah, serta yang lebih penting adalah hasil belajar *passing* bawah siswa dapat mengalami peningkatan yang signifikan. Karena Erlina (2014) mengatakan ada pengaruhnya model pembelajaran bermain terhadap keterampilan *passing* bawah bola voli.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian *True Eksperimen* dengan desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design*. Menurut Fraenkel dkk (2012, hlm. 272) pada desain *Randomize Pretest-Posttest Control Group Design* dua kelompok subjek diukur atau diamati dua kali. Pengukuran pertama berfungsi sebagai pretest, yang kedua sebagai posttest. Tugas random (R) digunakan untuk membentuk kelompok dan pemberian perlakuan (*random assignment*).

Pelaksanaan penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) di Kota Cimahi. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa SD kelas V di Kota Cimahi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan cara *cluster random sampling*. Analisis data menggunakan program SPSS 17 untuk mencari uji hipotesisi menggunakan Uji T Paired Samples.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis *Uji Paired Samples Test* pada program SPSS 17. Berikut merupakan hasil uji hipotesisnya dapat dilihat pada Tabel 1.

Berdasarkan pada Tabel 1 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi adalah sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya adalah bahwa implementasi metode bermain memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil pembelajaran *passing* bawah bolavoli pada siswa Sekolah Dasar di Kota Cimahi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya yang mengungkapkan bahwa implementasi metode bermain dalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli di Sekolah Dasar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajarnya. Metode bermain merupakan salah satu bentuk pembelajaran yang melibatkan siswa pada suasana bermain dan terdapat kompetisi atau semacam perlombaan didalamnya.

Tentunya ini akan memberikan semangat kepada siswa, menjadikan motivasi belajar siswa semakin meningkat, ketika motivasi siswa meningkat maka hasil belajarnya juga akan meningkat. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil temuan pada penelitian ini, yang menyatakan bahwa dengan menerapkan metode bermain dalam pembelajaran siswa, hasil belajar *passing* bawah bolavoli khususnya bagi siswa

kelas V Sekolah Dasar mengalami peningkatan yang signifikan. Musthofa, dkk. (2016) mengatakan implementasi pendekatan bermain dapat memperbaiki proses pembelajaran PJOK khususnya pembelajaran aktivitas berlari, dan dapat meningkatkan motivasi peserta didik dalam melakukan aktivitas pembelajaran PJOK. Sesuai dengan perkataan Fananie (2016, hlm. 35) bahwa bermain bukanlah sekedar sebagai pelepas ketegangan, tetapi punya manfaat lain seperti melatih kemampuan anak melakukan gerakan-gerakan motorik kasar dan motorik halus. Begitu juga Tedjasaputra (2014, hlm. 20) mengatakan bahwa melalui bermain pula anak memahami kaitan antara dirinya dan lingkungan sosialnya, belajar bergaul dan memahami aturan ataupun tata cara pergaulan. Selain itu, kegiatan bermain berkaitan erat dengan perkembangan kognitif anak.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa implementasi metode bermain pada pembelajaran bolavoli memiliki pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli di Sekolah Dasar. Penerapan metode bermain ini juga dapat digunakan tidak hanya pada pembelajaran *passing* bawah saja, namun semua teknik dalam permainan bolavoli, yang nantinya diharapkan hasil belajar siswa akan semakin baik.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	-15.667	9.863	1.470	-18.630	-12.704	-10.656	34	.000

Daftar Pustaka

- Badegruber, B. (2016). *101 More Life Skill Game for Children Learning, Growing, Getting Along (Ages 9 to 15)*. Austria: Veritas-Verlag Linz.
- Barth, K. & Heuchert, R. (2015). *Learning Volleyball*. New York: Mayer & Mayer Sport.
- Erlina, M. (2014). Pengaruh Pembelajaran Model Bermain Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Mini. *Jurnal Multilateral*, 13 (1), hlm. 53-62.
- Fanie, A. (2016). *Mencetak Anak Jenius dan Cerdas*. Surabaya: SIC.
- Faruq, M. M. (2014). *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*. Jakarta: Grasindo.
- Freinkel, J. R., dkk. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw Hill.
- Hambali, S. (2016). Pembelajaran *Passing* Bawah Menggunakan Metode Bermain Pada Permainan Bolavoli Siswa SD Kelas V. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5 (1), hlm. 58-70.
- Husdarta, J. S dan Subroto, B. G. (2013). *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik*. Cimahi: STKIP Pasundan.
- Krotee, M. L. & Bucher, C. A. (2013). *Management of Physical Education and Sport Twelfth Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Musthofa, B., dkk. (2016). Implementasi Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Aktivitas Berlari. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga*, 1 (1), hlm. 48-56.
- Mutiah, D. (2015). *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Supendi, P. & Nurhidayat. (2014). *Fun Game: 50 Permainan menyenangkan di indoor dan outdoor*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Tangkudung, dan Wahyuningtyas, P. (2012). *Kepelatihan Olahraga Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya
- Tedjasaputra, M. S. (2014). *Bermain, Main dan Permainan Untuk Usia Dini*. Jakarta: Grasindo.