

**PENGARUH GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN PASING  
BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA SMP NEGERI 4  
MANADO**

**<sup>1</sup> Stefani G. M. Ngelo , <sup>2</sup> Eduard E. Kumenap,**

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia Email:

<sup>1</sup> ngelostefani@gmail.com, <sup>2</sup> kumenapeduard@gmail.com

Diterima: 12 Mey 2024 Direvisi: 27 April 2024 Disetujui : 1 Mey 2024

**Abstrak**

Penelitian ini mengangkat permasalahan tentang apakah gaya mengajar latihan berdampak pada peningkatan kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli di kalangan siswa SMP Negeri 4 Manado. Tujuan penelitian adalah untuk menguji apakah skor rata-rata kemampuan pasing bawah, saat diajarkan dengan gaya mengajar latihan, lebih tinggi daripada yang tidak menerima perlakuan serupa, terutama di SMP Negeri 4 Manado. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen, melibatkan siswa kelas VIIA dan VIIB. Sampel penelitian terdiri dari 20 siswa yang dipilih secara acak dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kontrol, masing-masing dengan 10 siswa. Pembagian kelompok dilakukan menggunakan Teknik Simple Random Sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes ketrampilan pasing bawah dalam permainan bola voli.

Setelah dilakukan analisis statistik dengan menggunakan uji t, diperoleh nilai thitung sebesar 3.59. Mengacu pada tabel distribusi t dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  dan derajat kebebasan  $n_1 + n_2 - 2 = 18$ , didapat nilai ttabel sebesar 2.101. Dari hasil tersebut, thitung (3.59) ternyata lebih besar daripada ttabel (2.101), yang mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Dengan kata lain, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) diterima. Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata hasil kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Manado antara kelompok eksperimen (yang menerima pembelajaran dengan gaya mengajar latihan) dan kelompok kontrol (yang tidak menerima perlakuan serupa).

Kata Kunci, Gaya Mengajar Latihan, Pasing Bawah, Bola Voli.

**Abstract**

*This research raises the issue of whether the practice teaching style has an impact on improving bottom passing ability in volleyball among students at SMP Negeri 4 Manado. The aim of the research was to test whether the average score of lower pass skills, when taught with a practice teaching style, was higher than those who did not receive similar treatment, especially at SMP Negeri 4 Manado. The research method used was experimental, involving class VIIA and VIIB students. The research sample consisted of 20 students who were chosen randomly and divided into two groups, namely the experimental and control groups, each with 10 students. Group division was carried out using the Simple Random Sampling Technique. The research instrument used was a bottom pass skill test in*

volleyball.

After statistical analysis was carried out using the *t* test, the *t* value was obtained at 3.59. Referring to the *t* distribution table with a significance level of  $\alpha = 0.05$  and degrees of freedom  $n_1 + n_2 - 2 = 18$ , the *t* table value is 2.101. From these results, *t*count (3.59) turns out to be greater than *t*table (2.101), which indicates that there is a significant difference between the two groups. In other words, the null hypothesis (*H*<sub>0</sub>) is rejected and the alternative hypothesis (*H*<sub>A</sub>) is accepted. This means that there is a significant difference between the average results of lower passing ability in the volleyball game of students at SMP Negeri 4 Manado between the experimental group (which received learning with a practice teaching style) and the control group (which did not receive similar treatment).

*Keywords, Practice Teaching Style, Bottom Passing, Volleyball.*

## **Pendahuluan**

Dalam proses pembentukan karakter dan kemampuan individu, pendidikan memainkan peran integral. Kesehatan dalam olahraga serta pendidikan jasmani menjadi fondasi yang dapat membantu siswa dalam mencapai potensi fisiknya. Dengan melibatkan siswa dalam aktivitas fisik yang terstruktur serta memberikan perhatian pada aspek kesehatan, pendidikan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan yang esensial untuk menjaga kesejahteraan seumur hidup.

Untuk mencapai peningkatan dalam kemampuan fisik, dalam memahami latihan fisik serta penerapan prinsip latihan fisik. Sementara itu, untuk meningkatkan kualitas gerakan, diperlukan pendekatan yang terfokus pada proses pembelajaran gerak yang efektif. Hal ini dapat dilihat dengan peningkatan gerak dan teknik dasar yang berpengaruh pada ketangkasan, dengan proses pembelajaran penjasorkes adalah suatu bentuk aktivitas yang dapat memberi pengaruh terhadap psikomotik, jadi tidak hanya menyangkut fisik tapi juga psikis. Dengan demikian rencana dan strategi pembelajaran harus diarahkan sesuai dengan sasaran yang ingin dicapai.

Keberhasilan proses mengajar bergantung pada kemampuan guru yang menentukan pembelajaran yang di lakukan dalam luar kelas dan juga bisa di dalam kelas. Guru dapat memengaruhi motivasi siswa dengan cara mengajar dan perilaku mereka, serta memilih metode yang berdasarkan dengan keterampilan yang dipelajari. Salah satu pendekatan yang efektif adalah gaya mengajar latihan, di mana siswa berlatih berulang kali untuk meningkatkan keterampilan mereka. Tujuannya adalah agar latihan tersebut lebih bermakna dan siswa menjadi lebih terampil daripada sebelumnya.

Dalam konsep mengajar latihan, Imansjah Alipandie menyampaikan metode yang

mengalihkan fokus ke melatih keterampilan siswa terhadap materi yang telah diajarkan. Jadi, meski siswa mungkin sudah mengerti konsep gerakan dari penjelasan atau demonstrasi guru, namun untuk benar-benar menguasai keterampilan tersebut, latihan keterampilan menjadi hal yang krusial. Gaya mengajar ini memastikan bahwa siswa tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mampu mengaplikasikannya secara praktis. Dengan pendekatan ini, guru dapat mengevaluasi pemahaman siswa dan membantu mereka meningkatkan keterampilan praktis melalui latihan terstruktur.

Bola voli menjadi salah satu permainan yang sering dilakukan dan mudah diakses, bahkan dapat ditemukan di berbagai tempat termasuk di desa-desa. Namun, meskipun terlihat sederhana, permainan ini sebenarnya kompleks dan membutuhkan koordinasi gerak yang baik. Menurut Ahmadi, untuk berhasil dalam permainan ini, dibutuhkan keterampilan gerak yang handal. Sementara menurut Agus Mokholid, bola voli melibatkan pantulan bola di udara melintasi jaring dengan tujuan menjatuhkannya di daerah lawan. Meskipun mudah dimainkan, permainan ini menuntut keberanian dalam menghadapi bola. Untuk mahir dalam permainan ini, penting untuk menguasai teknik-teknik dasarnya, salah satunya adalah teknik pasing bawah..

Teknik pasing merupakan salah satu aspek penting dalam melakukan pasing bawah yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Kemampuan yang baik dalam pasing bawah memungkinkan seorang pemain untuk mengendalikan permainan dengan lebih efektif di dalam timnya. Pasing bawah dilakukan dengan menggunakan kedua lengan bawah, yang memungkinkan operan bola menjadi lebih terkendali dibandingkan dengan menggunakan satu lengan saja. Menurut Ahmadi Nuril, pasing adalah usaha seorang pemain untuk mengoper bola kepada rekannya dengan teknik tertentu, yang bertujuan untuk dimainkan di lapangan tim sendiri. Arma Abdoellah juga menyatakan bahwa pasing dalam bola voli adalah usaha seorang pemain untuk mengoperkan bola kepada rekan satu timnya dengan tujuan untuk mengembangkan serangan atau mengumpan bola kepada rekan setim. Pasing ini juga merupakan langkah awal dalam membuat tim lawan kesusahan terhadap pola serang yang akan dilakukan. Dengan demikian, pasing menjadi kunci dalam permainan bola voli yang efektif dan berhasil.

Menurut Bonnie J. Ferguson dan Barbar L. Viera, faktor-faktor dasar yang menentukan kemampuan pasing bawah meliputi gerakan pengambilan bola, penyesuaian posisi, teknik memukul bola, dan pengarahan bola ke arah yang diinginkan. Memperhatikan pentingnya aspek pasing bawah ini, peneliti merasa tertarik untuk menyelidiki hal tersebut di SMP Negeri 4 Manado. Setelah mengamati situasi di SMP Negeri 4 Manado, terlihat bahwa beberapa siswa

kurang mahir melakukan pasing bawah. Selain itu, kurangnya partisipasi siswa dalam proses pembelajaran dan kurangnya efektivitas metode yang digunakan dalam pengajaran juga menjadi perhatian. Hal ini menyebabkan belum tercapainya tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

### Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Tujuannya adalah untuk menguji apakah nilai rata-rata kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli, saat diajarkan dengan gaya mengajar latihan, lebih tinggi daripada yang diperoleh tanpa perlakuan khusus pada siswa SMP Negeri 4 Manado. Pola eksperimen yang diadopsi adalah "pre-test and post-test randomized control group design" yang terstruktur sesuai dengan tabel berikut:

Kelompok	Treatment	Post-test	Pre-test
®A	X	Y2	Y1
®B	-	Y2	Y1

Keterangan :

X : Perlakuan.

Y1 : Tes Awal.

A : Kelompok Eksperimen.

- : Tidak ada perlakuan.

Y2 : Tes Akhir.

B : Kelompok Pengendali (control).

® : Random

Sesuai dengan tabel yang terstruktur, eksperimen pola "pre-test and post-test randomized control group design" diadopsi untuk mengevaluasi apakah kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli meningkat saat diajarkan dengan gaya mengajar latihan. Metode eksperimen digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk membandingkan apakah nilai rata-rata kemampuan tersebut lebih tinggi saat siswa menerima perlakuan khusus, yaitu gaya mengajar latihan, dibandingkan dengan yang tidak mendapat perlakuan serupa di SMP Negeri 4 Manado.

### HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan dua kelompok yang berbeda: kelompok eksperimen, yang menerima pengajaran dengan gaya mengajar Latihan dengan jumlah sampel 10, dan kelompok

kontrol, yang tidak mendapat perlakuan serupa, juga dengan jumlah sampel 10. Jadi, jumlah total sampel penelitian adalah 20 orang. Data yang diamati adalah berupa permainan bola voli dalam melakukan pasing bawah pada siswa SMP Negeri 4 Manado. Hasil pengukuran dari kedua kelompok menjadi fokus analisis dalam penelitian ini.

**Tabel 1. Data tes kemampuan pasing bawah dalam permainan Bola Voli kelompok eksperimen yang diajar dengan gaya mengajar Latihan**

No Sampel	Nilai Pre Test	Nilai Post Test	Selisih ( $X_1$ )
1	15	18	3
2	9	12	3
3	12	14	2
4	9	10	1
5	8	9	1
6	5	5	0
7	7	9	2
8	4	5	1
9	5	7	2
10	17	20	3
n	10		
$\bar{x}_1$	9.1000	10.9000	1.8000
$S_1$	4.3576	5.1305	1.0328
$S_1^2$	18.9889	26.3222	1.0667

**Tabel 2 Data tes kemampuan pasing bawah dalam permainan Bola Voli kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan**

No Sampel	Nilai Pre Test	Nilai Post Test	Selisih ( $X_2$ )
1	12	8	-4
2	18	19	1
3	8	8	0
4	10	8	-2
5	6	9	3

6	8	6	-2
7	5	3	-2
8	6	7	1
9	10	9	-1
10	7	5	-2
n	10		
$\bar{x}_2$	9.0000	8.2000	-0.8000
$S_2$	3.8297	4.2374	2.0440
$S_2^2$	14.6667	17.9556	4.1778

**Tabel 3 Gain Score kemampuan passing bawah dalam permainan Bola Voli kelompok eksperimen dan kelompok kontrol**

No Sampel	Kelompok Eksperimen( $X_1$ )	Kelompok Kontrol ( $X_2$ )
1	3	-4
2	3	1
3	2	0
4	1	-2
5	1	3
6	0	-2
7	2	-2
8	1	1
9	2	-1
10	3	-2

Dalam rangka memperoleh data statistik yang akan dianalisis, penghitungan dilakukan dengan menggunakan Microsoft Excel. Data yang dihitung termasuk rata-rata skor, sampel, deviasi, kuadrat standar deviasi serta jumlah sampel dari data gain score berdasarkan kedua kelompok ini.

**Tabel 4 Besaran Statistik Gain Score Kedua Kelompok**

Kelompok Eksperimen( $X_1$ )	Kelompok Kontrol ( $X_2$ )
$\bar{x}_1 = 1.8000$	$\bar{x}_2 = -0.8000$

$Sdx_1 = 1.0328$	$Sdx_2 = 2.0440$
$n = 10$	$n = 10$
$S_1^2 = 1.0667$	$S_2^2 = 4.1778$

**Analisis Data**

Untuk mengevaluasi pengaruh gaya mengajar Latihan terhadap kemampuan pasing bawah dalam permainan Bola Voli, dilakukan analisis dengan teknik uji beda. Sebelumnya, penting untuk memastikan kelayakan data dengan melakukan uji normalitas dan homogenitas. Pengujian normalitas data pre-test kemampuan pasing bawah dalam permainan Bola Voli pada kelompok eksperimen menggunakan uji Liliefors. Langkah-langkah pengujian normalitas data mencakup: Penetapan hipotesis pengujian, menetapkan kriteria pengujian, dan menghitung serta membandingkan nilai-nilai statistik yang relevan.

**Tabel 5. Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Kemampuan Pasing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Kelompok Eksperimen**

No	X <sub>1</sub>	z <sub>i</sub>	F(z <sub>i</sub> )	S(z <sub>i</sub> )	F(z <sub>i</sub> )- S(z <sub>i</sub> )
1	4	-1.1704	0.1209	0.1000	0.0209
2	5	-0.9409	0.1734	0.3000	0.1266
3	5	-0.9409	0.1734	0.3000	0.1266
4	7	-0.4819	0.3149	0.4000	0.0851
5	8	-0.2524	0.4004	0.5000	0.0996
6	9	-0.0229	0.4908	0.7000	0.2092
7	9	-0.0229	0.4908	0.7000	0.2092
8	12	0.6655	0.7471	0.8000	0.0529
9	15	1.3539	0.9121	0.9000	0.0121
10	17	1.8129	0.9651	1.0000	0.0349

**Menghitung (z<sub>i</sub>)Uji Normalitas Data Pre-Test Kemampuan Pasing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Kelompok Eksperimen**

Dengan Rumus :  $z_i = \frac{x - \bar{x}}{sd}$

Diketahui :

$$\bar{x}_1 = 9.1000$$

$$Sdx_1 = 4.3576$$

$$1. z_i = \frac{4 - 9.1000}{4.3576} = -1.1704$$

$$2. z_i = \frac{5 - 9.1000}{4.3576} = -0.9409$$

$$3. z_i = \frac{5 - 9.1000}{4.3576} = -0.9409$$

$$4. z_i = \frac{7 - 9.1000}{4.3576} = -0.4819$$

$$5. z_i = \frac{8 - 9.1000}{4.3576} = -0.2524$$

$$6. z_i = \frac{9 - 9.1000}{4.3576} = -0.0229$$

$$7. z_i = \frac{9 - 9.1000}{4.3576} = -0.0229$$

$$8. z_i = \frac{12 - 9.1000}{4.3576} = 0.6655$$

$$9. z_i = \frac{15 - 9.1000}{4.3576} = 1.3539$$

$$10. z_i = \frac{17 - 9.1000}{4.3576} = 1.8129$$

### Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Pengujian menunjukkan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Oleh karena itu, dapat diterima hipotesis nol, sesuai kriteria pengujian. Dengan demikian,  $L$  observasi ( $L_o$ ) lebih kecil daripada  $L$  tabel ( $L_t$ ), yaitu  $L_o = 0.2092 < L_t = 0.258$ . Berdasarkan tabel nilai kritis  $L$  uji Lilliefors pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  dengan ukuran sampel  $n = 10$ , diperoleh nilai  $L$  tabel adalah 0.258. Selisih tertinggi atau  $L$  observasi sebesar 0.2092 diperoleh setelah dilakukan analisis.

### Pengujian Normalitas Data Pre-Test Kemampuan Pasing Bawah Dalam Permainan Bola Voli kelompok kontrol

Untuk mengetahui apakah data yang dimiliki berasal dari distribusi normal, dilakukan pengujian normalitas menggunakan metode uji Lilliefors. Berikut langkah-langkah yang dilakukan dalam pengujian normalitas data.

Langkah pertama dalam proses ini adalah menetapkan hipotesis pengujian. Hipotesis nol ( $H_o$ ) menyatakan bahwa sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal, sementara hipotesis alternatif ( $H_A$ ) menyatakan bahwa sampel berasal dari populasi yang tidak berdistribusi normal.

Langkah kedua adalah menentukan kriteria pengujian. Hipotesis nol ( $H_o$ ) akan diterima jika nilai selisih observasi ( $L_o$ ) kurang dari atau sama dengan nilai kritis ( $L_t$ ), sedangkan



hipotesis nol akan ditolak jika  $L_o$  lebih besar dari  $L_t$ . Penggunaan tingkat signifikansi dalam pengujian ini yaitu  $\alpha = 0,05$ .

Langkah ketiga melibatkan perhitungan nilai  $z_i$ ,  $F(z_i)$ ,  $S(z_i)$ , dan selisih antara  $F(z_i)$  dan  $S(z_i)$ , yang kemudian dimasukkan ke dalam tabel. Ini dilakukan untuk menilai apakah data yang dimiliki sesuai dengan distribusi normal..

Dalam kasus ini, data yang digunakan adalah dengan rata-rata ( $\bar{x}$ ) sebesar 9.0000 dan standard deviasi ( $S_d$ ) sebesar 3.8297. Semua langkah ini dilakukan untuk memastikan keberadaan distribusi normal dalam data yang dianalisis.

**Tabel 6. Perhitungan Uji Normalitas Data Pre-Test Kemampuan Pasing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Kelompok Kontrol**

No	$z_i$	$X_2$	$S(z_i)$	$F(z_i)$	$F(z_i)-S(z_i)$
1	-1.0445	5	0.1000	0.1481	0.0481
2	-0.7833	6	0.3000	0.2167	0.0833
3	-0.7833	6	0.3000	0.2167	0.0833
4	-0.5222	7	0.3000	0.3008	0.0008
5	-0.2611	8	0.6000	0.3970	<b>0.2030</b>
6	-0.2611	8	0.6000	0.3970	<b>0.2030</b>
7	0.2611	10	0.8000	0.6030	0.1970
8	0.2611	10	0.8000	0.6030	0.1970
9	0.7833	12	0.9000	0.7833	0.1167
10	2.3500	18	1.0000	0.9906	0.0094

**Menghitung ( $z_i$ )Uji Normalitas Data Pre-Test Kemampuan Pasing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Kelompok Kontrol**

Dengan Rumus :  $z_i = \frac{x - \bar{x}}{S_d}$

Diketahui :

$$\bar{x}_2 = 9.0000$$

$$S_{dx_2} = 3.8297$$

$$1. z_i = \frac{5 - 9.0000}{3.8297} = -1.0445$$

$$2. z_i = \frac{6 - 9.0000}{3.8297} = -0.7833$$

$$3. \quad z_i = \frac{6 - 9.0000}{3.8297} = -0.7833$$

$$4. \quad z_i = \frac{7 - 9.0000}{3.8297} = -0.5222$$

$$5. \quad z_i = \frac{8 - 9.0000}{3.8297} = -0.2611$$

$$6. \quad z_i = \frac{8 - 9.0000}{3.8297} = -0.2611$$

$$7. \quad z_i = \frac{10 - 9.0000}{3.8297} = 0.2611$$

$$8. \quad z_i = \frac{10 - 9.0000}{3.8297} = 0.2611$$

$$9. \quad z_i = \frac{12 - 9.0000}{3.8297} = 0.7833$$

$$10. \quad z_i = \frac{18 - 9.0000}{3.8297} = 2.3500$$

**langkah Keempat : Menyimpulkan Hasil Perhitungan**

Distribusi sampel tersebut dianggap normal, sesuai dengan hasil pengujian. Hal ini terkonfirmasi dari perbandingan antara nilai observasi dan nilai kritis L. Nilai observasi (Lo) yang lebih kecil dari nilai kritis L (Lt) menunjukkan bahwa hipotesis nol (Ho) diterima. Dari nilai  $Lo = 0.2030 < Lt = 0.258$ , dapat disimpulkan bahwa sampel memiliki distribusi yang normal, mengacu pada referensi L uji Lilliefors pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  dan ukuran sampel  $n = 10$ .

**Pengujian Homogenitas Varians**

Dalam penelitian ini, pengujian homogenitas dilakukan untuk mengevaluasi apakah varians dari populasi penelitian bersifat seragam. Hal ini dilakukan dengan membandingkan varians terbesar dengan varians terkecil.

**Tabel 7. Uji Homogenitas Varians dengan Varians terbesar Dibanding Varians Terkecil**

Nilai Sampel	Varians	Jenis Variabel	
		$S_1^2$	$S_2^2$
S		18.9889	14.6667
n		10	10

Langkah-langkah uji homogenitas varians adalah menghitung rasio antara varians terbesar dan terkecil, Setelah itu, perbandingan dilakukan antara nilai F hitung dan F tabel pada tingkat signifikansi 0,05. Dari hasil perbandingan tersebut, terkonfirmasi bahwa varians dalam populasi adalah seragam berdasarkan perhitungan nilai F hitung lebih kecil dari F tabel ( $1.29 < 3.18$ ). Dengan demikian, persyaratan analisis untuk pemeriksaan normalitas data dan

homogenitas varians terpenuhi, sehingga proses pengujian hipotesis penelitian dapat dilanjutkan dengan menggunakan uji parametrik.

**Pengujian Hipotesa Penelitian**

Dalam penelitian ini, kita ingin mengetahui apakah gaya mengajar latihan dapat menguji pengaruh gaya mengajar latihan terhadap kemampuan passing bawah dalam permainan Bola Voli siswa SMP Negeri 4 Manado, kita akan membandingkan kemampuan terhadap passing bawah antara dua kelompok secara perhitungan rata - rata. Satu kelompok mendapat pembelajaran dengan gaya mengajar latihan, sementara kelompok lainnya tidak mendapat perlakuan khusus. Ini akan membantu kita menentukan apakah ada peningkatan yang signifikan dalam kemampuan passing bawah di antara kedua kelompok tersebut melalui uji t.

$$t_{hitung} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

Dimana:  $S^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2}$

Langkah-langkah pengujian hipotesis ini dapat disederhanakan sebagai berikut: Pertama, kita menetapkan hipotesis awal, di mana kita ingin melihat apakah ada perbedaan dalam kemampuan passing bawah antara dua kelompok siswa. Kedua, kita menentukan kriteria untuk menerima atau menolak hipotesis tersebut berdasarkan nilai uji t. Terakhir, kita masukkan nilai statistik ke dalam rumus uji t setelah menghitung standar deviasi.

<b>Kelompok Eksperimen (X<sub>1</sub>)</b>	<b>Kelompok Kontrol (X<sub>2</sub>)</b>
n = 10	n = 10
$\bar{x}_1 = 1.8000$	$\bar{x}_2 = -0.8000$
Sdx <sub>1</sub> = 1.0328	Sdx <sub>2</sub> = 2.0440
$S_1^2 = 1.0667$	$S_2^2 = 4.1778$

$$\begin{aligned}
 S^2 &= \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\
 &= \frac{(10 - 1)1.0667 + (10 - 1)4.1778}{10 + 10 - 2} \\
 &= \frac{(9)1.0667 + (9)4.1778}{18} \\
 &= \frac{9.6000 + 37.6000}{18} \\
 &= \frac{47.2000}{18}
 \end{aligned}$$

$$S^2 = 2.6222$$

$$S = \sqrt{2.6222}$$

$$= 1.6193 = 1.62 (\text{dibulatkan})$$

$$\begin{aligned} t_{\text{hitung}} &= \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \\ &= \frac{1.8000 - -0.8000}{1.62 \sqrt{\frac{1}{10} + \frac{1}{10}}} \\ &= \frac{2.6000}{1.62 \sqrt{0.1 + 0.1}} = \frac{2.6000}{1.62 \sqrt{0.2}} \\ &= \frac{2.6000}{1.62(0.447214)} \\ &= \frac{2.6000}{0.7242} \\ &= 3.5902 \\ &= 3.59 (\text{dibulatkan}) \end{aligned}$$

### Menyimpulkan Hasil Perhitungan

Antara siswa yang tergabung dalam kelompok eksperimen, yang diberi pembelajaran menggunakan gaya mengajar latihan, dan siswa dalam kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan serupa, terdapat perbedaan signifikan dalam kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. Dapat disimpulkan berdasarkan hasil tersebut.

### Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil analisis gain score menunjukkan bahwa kemampuan passing bawah dalam permainan Bola Voli pada siswa kelompok eksperimen di SMP Negeri 4 Manado, yang diajar menggunakan gaya mengajar latihan, mencapai rata-rata sebesar 1.8000, dengan simpangan baku 1.0328 dan varians 1.0667. Sementara itu, yang tidak menerima perlakuan pada kelompok kontrol yang serupa rata-ratanya adalah -0.8000, dengan simpangan baku 2.0440 dan varians 4.1778..

Data menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki rata-rata gain score kemampuan passing bawah sebesar 1.8000, sementara kelompok kontrol hanya -0.8000. Namun, perbandingan dengan kemampuan awal menunjukkan bahwa tingkatan yang memiliki kemampuan terdapat dua kelompok yang serupa terhadap ke, dengan perhitungan rata-rata nilai terhadap kelompok eksperimen 9.1000 dan kelompok kontrol 9.0000. Oleh karena itu, perbedaan dalam peningkatan kemampuan passing bawah setelah perlakuan, yang melibatkan penerapan gaya mengajar Latihan, mungkin disebabkan oleh perlakuan tersebut.

Permainan bola voli yang sangat mudah di mainkan sehingga mudah untuk ditemukan dikarenakan permainan bola voli merupakan satu dari olahraga yang sudah memasyarakat sehingga lapangan voli bisa kita temukan bahkan sampai di desa-desa. Permainan yang sering di mainkan sehingga di kategorikan bola voli, yang tergolong mudah dimainkan namun harus memiliki keberanian dalam menghalau bola. Untuk menguasai cabang olahraga ini, kita dituntut menguasai setiap teknik dasar yang ada dalam permainan bola voli dan salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai dalam permainan bola voli adalah teknik pasing bawah.

Pasing bawah adalah salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai seorang pemain. Pemain kemampuan yang di miliki pemain dalam melakukan pasing bawah yang sangat baik akan sangat mudah mengontrol permainan dalam tim. Pasing bawah merupakan jenis operan bola yang dilakukan dengan lengan bawah, operan yang dilakukan dengan kedua lengan bawah akan sangat mudah dikontrol dibandingkan dengan menggunakan salah satu lengan saja.

Keberhasilan dalam proses mengajar sangat bergantung pada kemampuan guru yang menjalankan tugasnya di kelas. Oleh karena itu, faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan proses belajar mengajar termasuk cara guru mengajar, tingkah laku guru yang mampu memotivasi siswa untuk aktif mencapai tujuan pembelajaran, serta kemauan guru dalam pemilihan metode harus sesuai dengan karakteristik dan keterampilan gerak yang dipelajari. Gaya mengajar latihan merupakan pendekatan di mana peserta didik melakukan latihan berulang-ulang dalam melakukan aktivitas yang sama dengan sungguh-sungguh. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan ketangkasan atau keterampilan peserta didik, sehingga kegiatan praktik yang dilakukan menjadi lebih bermakna daripada pemberian materi pembelajaran.

Analisis statistik menggunakan uji t menghasilkan thitung sebesar 3.59 dengan derajat kebebasan 18. Dengan nilai ttabel yaitu, 2.101 melalui tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , karena berdasarkan perhitungan nilai thitung sebesar 3.59 lebih besar dari ttabel (2.101), maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_A$ ) diterima. Ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Oleh karena itu, hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan pasing bawah dalam permainan Bola Voli pada siswa SMP Negeri 4 Manado yang diajarkan dengan gaya mengajar Latihan lebih unggul daripada kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pengajaran latihan terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan Bola Voli bagi siswa SMP Negeri 4 Manado. Temuan ini didukung oleh adanya kelompok yang menerima pelatihan mengalami perbedaan yang signifikan terhadap kelompok kontrol, serta hasil uji hipotesis yang menunjukkan penolakan terhadap hipotesis nol ( $H_0$ ) dan penerimaan hipotesis alternatif ( $H_A$ ). Dengan thitung sebesar 3.59 yang dapat ditemukan berdasarkan tabel yang melebihi nilai pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , kesimpulan ini semakin terkuat. Hal ini menegaskan bahwa pendekatan pengajaran melalui latihan memiliki dampak positif yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan Bola Voli bagi siswa SMP Negeri 4 Manado.

### Daftar Pustaka

- Abdoellah Arma , *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi* Sastra hudaya,. Jogyakarta 1981.
- Alipandie Imansjah, *Didaktik Metodik Pendidikan Umum*. Usaha Nasional, Surabaya 2000.
- Ahmadi Nuril. *Panduan Olahraga Bola Voli* . Era Pustaka Utama. Jakarta 2007.
- Panduan Olahraga Bola Voli*, Era Pustaka Utama, Solo, 2008.
- Bonnie J. Ferguson dan Barbar L. Viera, terjemahan Monti, *Bola Voli Tingkat Pemula*, Raja Grafindo Persada, Jakarta. 1996.
- Donal Ary, Lucy Cheser Jacobs, Asghar Razavie, *Pengantar Penelitian dalam Pendidikan*, Terjemahan Arif Furhan, Pustaka Pelajar, Jakarta, 2004.
- Mukholid Agus, *Pendidikan Jasmani*, Yudistira, Surakarta, 2004.