



**PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR LATIHAN TERHADAP
PENGUASAAN GERAK DASAR SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA
VOLI PADA MAHASISWA POR UNIMA DI TONDANO**

¹Ngendra Suwingli, ^{2*}Beatrix Jetje Podung, ³Agustinus Reffli Jeffri Sengkey

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

Email Corresponding: beatrixjetjepodung@gmail.com

Article Received: 16 Juni 2021; Accepted: 25 Juli 2021; Published: 30 Desember 2021

Abstrak

Berdasarkan pengamatan terhadap kurangnya penerapan gaya dan metode mengajar, kurangnya motifasi dan perhatian siswa, kurangnya penerapan gaya mengajar yang efektif, kurangnya gerakan repetitif dan latihan gerak dasar tingkat rendah menjadi masalah dalam penelitian ini. Dari masalah itu, penulis akhirnya tertarik meneliti tentang “Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Mahasiswa Unima POR Unima di Tondano”. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan statistik uji-t, dapat disimpulkan bahwa pengaruh penerapan gaya mengajar latihan memberi pengaruh terhadap peningkatan gerak dasar servis bawah dalam permainan bola voli jurusan POR Unima di Tondano.

Kata kunci: Gaya Mengajar Latihan, Gerak Dasar Servis Bawah

***THE INFLUENCE OF APPLICATION OF TRAINING TEACHING STYLE ON THE
MASTERING OF BASIC MOVEMENTS OF BOTTOM SERVICE IN VOLLYBALL
GAMES ON POR UNIMA STUDENTS IN TONDANO***

Abstract

Based on observations of the lack of application of teaching styles and methods, lack of motivation and attention of students, lack of application of effective teaching styles, lack of repetitive movements and low-level basic movement exercises become problems in this study. Based on this problem, the author was finally interested in researching "The Influence of the Application of Teaching Style on the Mastery of Basic Lower Serve Motion in Volleyball Game at Unima POR Unima Students in Tondano". This research is using experimental method. Based on hypothesis testing using t-test statistics, it can be concluded that the influence of the application of training teaching styles can have an effect on increasing the basic motion of the bottom serve in the volleyball game majoring in POR Unima in Tondano.

Keywords: Practice Teaching Style, Lower Service Basic Movement

Pendahuluan

Olahraga Bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh 2 tim yang berlawanan. Ada 6 pemain disetiap tim kemudian bersaing untuk mendapatkan poin 25 terlebih dahulu. Olahraga ini terdiri dari beberapa teknik diantaranya adalah servis. Servis merupakan pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis lapangan yang dilakukan setiap kali terjadinya kesalahan. Servis dilakukan dengan cara melempar kemudian memukul bola ketika sejajar dengan bagian tengah perut dalam kondisi jari yang terbuka atau bisa juga dalam kondisi mengepal. Keberhasilan suatu servis sangat dipengaruhi oleh kecepatan bola, jalan dan perputaran bola, kemudian penempatan bola ke tempat kosong dari daerah lawan. Ada beberapa macam servis dalam permainan bola voli salah satunya adalah servis bawah.

Salah satu gaya mengajar yang sering digunakan dalam pembelajaran di Pendidikan Olahraga Unima di Tondano adalah gaya mengajar latihan. Didalam gaya mengajar latihan, tugas diberikan ke mahasiswa, kemudian pengajar melakukan umpan balik kepada semua mahasiswa secara perorangan. Tujuan pengajar dalam gaya ini adalah menentukan tujuan, tata urutan, dan aktivitas pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Gaya mengajar latihan sangat cocok dalam pembelajaran gerak dasar dimana dalam gaya ini siswa berhak menentukan kecepatan dan kemajuan belajarnya sendiri. Sementara pengajar dalam gaya ini tidak terlalu mementingkan tentang bagaimana kelas itu di atur atau apakah siswa bekerja sama untuk menyelesaikan tugasnya. Tugas akan disampaikan dalam bentuk tulisan atau lisan, kemudian tugas itu akan diselesaikan oleh siswa baik secara kelompok atau sendiri-sendiri.

Dari pengamatan ditemukan beberapa masalah diantaranya adalah kurangnya implementasi dari gaya mengajar latihan, kurangnya motivasi dan perhatian mahasiswa, belum diketahui gaya mengajar yang efektif untuk di terapkan, kurangnya melakukan pengulangan gerak dasar servis bawah. Oleh karenanya penulis tertarik meneliti tentang "Pengaruh Penerapan Gaya Mengajar Latihan Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Mahasiswa Unima POR di Tondano".

Metode Penelitian

Di dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang dimana rancangannya berpatokan pada rancangan eksperimen dengan menggunakan *randomized control grub pre test and post test design*, yang dilakukan di GOR FIK UNIMA dengan instrumen tes servis bawah dalam bola voli dengan sampel penelitian 14 yang terdiri dari 7 kelompok eksperimen yang diajar dengan gaya latihan dan 7 kelompok kontrol yang diajar tanpa menggunakan gaya latihan. Sebelum dilakukan uji-t, dilakukan uji syarat analisis yaitu: uji homogenitas varians menggunakan uji varians besar banding uji varians kecil dan uji normalitas data menggunakan uji *Lilliefors*.

Hasil dan Pembahasan

Data hasil pengukuran gerak dasar servis bawah kelompok Kontrol dan Eksperimen yaitu:

Tabel 1. Deskriptif data hasil Penelitian kelompok eksperimen

Statistik	Pre – Test	Post – Test
Jumlah (Σ)	68	110
Rata-rata (\bar{X}_1)	9,71	15,71
Standar Deviasi (Sd_1)	1,11	0,49
Varians (S_1^2)	1,2321	0,2401
Skor Max	11	16
Skor Min	8	15

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa data pre-test hasil penelitian kelompok eksperimen diperoleh hasil jumlah skor total 68 dengan nilai rata-rata 9,71 standar deviasi 1,11 dan tingkat penyebaran data (varians) 1,2321 dengan skor maksimum adalah 11 dan skor minimum adalah 8.

Tabel 2. Deskriptif Data Hasil Penelitian kelompok Kontrol

Statistik	Pre – Test	Post – Test
Jumlah (Σ)	69	84
Rata-rata (\bar{X}_2)	9,86	12
Standar Deviasi (Sd_2)	1,07	1,53
Varians (S_2^2)	1,1449	2,3409
Skor Max	11	14
Skor Min	8	10

Tabel 2 diatas menunjukkan kelompok kontrol diperoleh hasil jumlah skor total 69 dengan nilai rata-rata 9,86 standar deviasi 1,07 dan tingkat penyebaran data (varians) 1,1449 dengan skor maksimum adalah 11 dan skor minimum adalah 8. Sedangkan data post – test kelompok kontrol diperoleh hasil jumlah skor total post test 84 dengan nilai rata-rata 12 standar deviasi 1,53 dan tingkat penyebaran data (varians) 2,3409 dengan skor maksimum adalah 14 dan skor minimum adalah 10.

Tabel 3. Gains Score Penguasaan Gerak Dasar Servis Bawah Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Statistik	Kontrol	Eksperimen
Subyek	7	7
Jumlah	15	42
Rerata	2,14	6
Standar deviasi	0,69	1,00
Varians	0,4761	1
Skor Max	3	7
Skor Min	1	5

Tabel 3 diatas menunjukkan tes servis kelompok kontrol yang tidak menggunakan gaya latihan adalah 2,14 dan standar deviasi 0,69 dengan skor maksimum adalah 3 dan skor minimum adalah 1, sedangkan kelompok eksperimen yang menggunakan gaya latihan adalah 6 dan standar deviasi 1 dengan skor maksimum adalah 7 dan skor minimum adalah 5. Penyebab tingginya penguasaan gerak servis bawah kelompok eksperimen dibandingkan

dengan kelompok kontrol karena kelompok eksperimen dalam penguasaan gerak dasar servis bawah diajarkan dengan menggunakan gaya mengajar latihan sedangkan kelompok kontrol tidak menggunakan gaya latihan.

1. Pengujian Persyaratan Analisis

A. Uji Normalitas Data

Hasil uji normalitas data yang digunakan adalah uji *Lilliefors* dengan menggunakan program Excel. Menurut Sudjana, uji normalitas data terlebih dahulu menentukan taraf signifikan 5% (0,05). Kriteria keputusan adalah menyatakan distribusi data normal jika nilai L_{hitung} lebih kecil dari L_{tabel} dan jika nilai L_{hitung} lebih besar dari L_{tabel} sebaran normal, menyatakan data tidak normal. Berikut ini adalah hasil uji normalitas data berulang pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Tabel 4. Hasil Analisis Uji Normalitas Data Penguasaan Servis Bawah Bola Voli Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Jenis Variabel	Taraf nyata α	L_{hitung}	L_{tabel}	Ket
Kelompok Eksperimen (X_1)	0,05	0,1675	0,300	Berdistribusi Normal
Kelompok Kontrol (X_2)		0,1626	0,300	Berdistribusi Normal
Kesimpulan		$L_o < L_t$ (H_o Diterima)		Berdistribusi Normal

Uji normalitas data berdasarkan uji *Lilliefors* untuk menghitung data penguasaan gerak dasar servis bawah dalam bola voli menunjukkan bahwa penerimaan H_o yaitu data kelompok kontrol dan eksperimen berasal dari data keseluruhan atau berdistribusi normal.

B. Uji Homogenitas Varians

Berikut adalah rumus populasi asal sampel penelitian:

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{Varians kecil}}$$

Langkah 1 : menentukan hipotesis pengujian

H_o : Varians homogen ($S_1^2 = S_2^2$)

H_a : Varians tidak homogen ($S_1^2 \neq S_2^2$)

Langkah 2 : Menentukan kriteria pengujian

Terima H_o bila $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, Berarti homogen.

Tolak H_o bila $F_{hitung} > F_{tabel}$, Berarti Homogen.

dk pembilang = $n-1=7-1=6$ (Varians besar)

dk penyebut = $n-1=7-1=6$ (Varians kecil)

taraf signifikan α 0,05, maka dicari tabel F didapat $F_{tabel}=4,28$

Diketahui

$S_{dx1} = 1,11$

$S_{dx2} = 1,07$

$S_1^2 = 1,2321$

$S_2^2 = 1,1449$

Langkah 3 : Menghitung F_{hitung} dengan rumus:

$$F = \frac{\text{Varians besar}}{\text{varianskecil}}$$

$$\begin{aligned} F &= \frac{1,2321}{1,1449} \\ &= 1,076164 \\ &= 1,08 \end{aligned}$$

Langkah 4 : Menyimpulkan

F_{hitung} yang diperoleh dari perhitungan adalah 1,08. Berdasarkan tabel tersebut nilai kritis dari distribus F adalah 0,05, dk pada pembilang dan penyebut 6 sehingga diperoleh nilai F_{tabel} 4,28. Jadi $F_{hitung} = 1,08$ lebih kecil dari F_{tabel} 4,28. Menurut standar pengujian, jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka H_0 diterima yang berarti H_a ditolak. Dapat disimpulkan bahwa varians dari kelompok eksperimen dan kontrol adalah sama atau homogen.

2. Hipotesis Penelitian (Uji - t)

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah penerapan gaya mengajar latihan terhadap penguasaan gerak dasar servis bawah dalam permainan bola voli. Untuk menguji hipotesis ini aka dilakukan perbandingan rata-rata skor gerak dasar servis bawah dalam bola voli kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak menggunakan gaya mengajar latihan. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{X_1 - X_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

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

Langkah 1 : Menentukan hipotesis pengujian

H_0 : Skor penguasaan gerak dasar servis bawah kelompok eksperimen dengan gaya latihan lebih rendah dari kelompok kontrol tanpa gaya latihan.

H_a : Skor penguasaan gerak dasar servis bawah kelompok eksperimen dengan gaya latihan lebih tinggi dari kelompok kontrol tanpa gaya latihan.

Hipotesis Statistik :

H_0 : $\mu_1 \leq \mu_2$

H_a : $\mu_1 \geq \mu_2$

Langkah 2 : Menentukan kriteria pengujian

Terima H_0 bila : $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ ($\alpha = 0,05$; dk = $n_1 + n_2 - 2$)

Tolak H_0 bila : $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($\alpha = 0,05$; dk = $n_1 + n_2 - 2$)

Langkah 3 : Memasukkan besaran statistik kedalam rumus

Hitung standar deviasi gabungan sebelum dimasukkan ke rumus uji-t

Diketahui :

$$\bar{X}_1 = 6$$

$$\bar{X}_2 = 2,14$$

$$\begin{array}{lcl} n_1 & = & 7 \\ S_{dx_1} & = & 1 \\ S_1^2 & = & 1 \end{array} \qquad \begin{array}{lcl} n_2 & = & 7 \\ S_{dx_2} & = & 0,69 \\ S_2^2 & = & 0,4761 \end{array}$$

$$\begin{aligned} S^2 &= \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \\ &= \frac{(7 - 1)1 + (7 - 1)0,4761}{7 + 7 - 2} \\ &= \frac{(6 \times 1) + (6 \times 0,4761)}{14 - 2} \\ &= \frac{6 + 2,8566}{12} \\ &= 0,73805 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} S &= \sqrt{0,73805} \\ &= 0,859098 \\ &= 0,86 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} t &= \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \\ &= \frac{6 - 2,14}{0,86 \sqrt{\frac{1}{7} + \frac{1}{7}}} \\ &= \frac{3,86}{0,86 \sqrt{0,286}} \\ &= \frac{3,86}{0,86 \times 0,53479} \\ &= 8,392774908 \\ &= 8,393 \text{ (dibulatkan)} \end{aligned}$$

Langkah 4 : Menyimpulkan

Dari hasil perhitungan uji hipotesis didapatkan t_{hitung} sebesar 8,393. Berdasarkan tabel distribusi $t = 0,05$, $dk = n_1 + n_2 - 2 = 7 + 7 - 2 = 12$, nilai $t_{tabel} = 2,179$. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} . Menurut standar pengujian, jika t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} maka H_0 ditolak yang berarti H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor kelompok eksperimen dengan gaya latihan lebih tinggi dari kelompok kontrol tanpa gaya latihan.

Kesimpulan

Didalam penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen yang diajar dengan gaya latihan dan kelompok kontrol yang diajar tanpa menggunakan gaya latihan dengan frekuensi 3 kali seminggu selama 2 bulan, yang ternyata didapati kelompok

eksperimen lebih tinggi dari pada kelompok kontrol. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bawah gaya mengajar latihan dapat memberi pengaruh terhadap penguasaan gerak dasar servis bawah dalam bola voli pada Mahasiswa UNIMA POR di Tondano.

Daftar Pustaka

- Anonim, 2011. Gaya Mengajar Penjas. <http://ubaythereds.blogspot.com/2011/04/gaya-mengajar-penjas.html>. Diunduh pada 28 Agustus 2020.
- Abdulkadi, A. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Donald, A., C.L.C. Jacobs, and A. Razavieh. 1982. *Pengantar Penelitian Dalam Pendidikan*. Terjemahan A. Furchan. Usaha Nasional. Surabaya.
- Dieter, B. 1986. *Belajar Bermain Bola Volley*. Pioner Jaya. Bandung.
- Vampqueend, C. 2011. Bola Voli Sejarah Pengertian Teknik. <http://www.sarjanaku.com/2011/09/Bola-Voli-Sejarah-Pengertian-Teknik.html>. Diunduh pada 28 Agustus 2020.
- Agung H.T. dan E. Sujatmiko. 2012. *Kamus Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Cetakan I. PT. Aksara Sinergi Media. Surakarta.
- Rickard M.A. 1980. *Motor Learning Concept and Plication*. Dubuque Iowa. Wm. C. Brown Company.
- Yunus M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Depdiknas. Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan. Jakarta.
- Mahendra. Pengertian Pendidikan Jasmani. http://repository.upy.edu/187/4/s_PJKR_0809138_CHAPTER%201.pdf. Diunduh pada tanggal 28 Agustus 2020.
- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Erlangga. Jakarta.
- Mussca, M. *Teaching Physical Education*. Macmilan College Publishing Company. New York.
- Podung, J.B. 2002. *Bahan Ajar Mata Kuliah Teori Bola Voli Penjasorkes*. Untuk mahasiswa Cendrawasi Papua. Jayapura.
- Rahatoknam, E. 1998. *Strategi Instruksional dalam Pendidikan Olahraga*. FPS IKIP. Jakarta.
- Riduan. 2010. *Teknik dan Metode Penyusunan Tesis*. Alfabeta. Bandung.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Prenada Media Grub. Jakarta.
- Sudjana. 1986. *Metode Statistik. Edisi IV*. Tarsito, Bandung.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Suharno. 1985. *Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta.
- Sunarji, J & Rustamaji. 2008. *Olahraga Kegemaranku Bola Voli*. Intan Pariwara. Klaten.
- Wahyu U <http://www.google.com/search?ie=UTF-8&oe=UTF-8&sourceid=navclient&gfns=1&q=servis+bawah>
- Wibowo, D.H.S. Sulistianta. 2014. *Peningkatan Gerak Dasar Passing Permainan Sepak Bola Dengan Alat Modifikasi dan Alat Bantu*. Jupe (Jurnal Penjaskesrek).
- Wirjasantoso R. 1984. *Supervisi Pendidikan Olahraga*. (UI.-Pres).
- Wiryawan A.S. 1992. *Strategi Metode Belajar Mengajar*. Dikjen. Dikti. Universitas Terbuka.