

PERBANDINGAN PENGARUH METODE INKLUSI DAN METODE PENUGASAN KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI

Dianic Fajar Jahara ^{1*}, Dede Iman Suhendra ², Ruli Sugiawardana ³

^{1,2,3} Universitas Galuh, Jl. R. E. Martadinata No.150, Ciamis, Indonesia

Email Koresponden: fajardianic@gmail.com ^{1*}

ABSTRACT

The background of this reasearch was volleyball learning observation data which showed many obstacles so that students' learning outcomes were unable to reach the Minimum Completeness Criteria (KKM) of 70%. The learning results have not shown optimal results, in fact they tend to remain constant. One of them is the learning method used by the teacher. To respond this, researcher used two learning methods, namely the inclusive method and the assignment method. The aim of this research is to determine the effect of inclusive methods and assignment methods on volleyball passing skills in students at SMA Negeri 1 Bantarujeg. Researcher used a true-experiment design research method with the form of a two group pretest-posttest design. The population of this study was 30 students members of volleyball extracurriculars. The sample used was 30 students. From the table it turns out that t-count has values of 2.27 and 2.72 which are greater than t-table at a confidence level of 0.95 with dk = 14 or can be expressed in statistics: $-1.76 > 2.27$ and $2.72 > 1.76$. This means that the null hypothesis is rejected, or there is a significant influence between the inclusive method and the assignment method on volleyball passing skills in SMAN 1 Bantarujeg. The conclusion, there is a significant influence between the inclusive method and the assignment method on volleyball passing skills in students at SMA Negeri 1 Bantarujeg.

Keywords: volleyball passing, volleyball techniques

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh data observasi pembelajaran bola voli yang menunjukkan banyak kendala sehingga perolehan hasil belajar siswa tidak mampu mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 70%. Hasil belajar tersebut belum menunjukkan hasil yang optimal, bahkan cenderung tetap. Salah satunya adalah metode pembelajaran yang digunakan oleh guru. Untuk merespons hal itu, peneliti menggunakan dua metode pembelajaran, yaitu metode inklusif dan metode penugasan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dari metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg. Peneliti menggunakan metode penelitian true-eksperiment design dengan bentuk two group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini sebanyak 30 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli. Sampel yang digunakan sebanyak 30 siswa. Dari tabel ternyata thitung memiliki nilai 2,27 dan 2,72 lebih besar dari ttabel dalam taraf kepercayaan 0,95 dengan dk = 14 atau dapat dinyatakan dalam statistik : $-1.76 > 2,27$ dan $2,72 > 1.76$. Artinya hipotesis nol ditolak, atau terdapat pengaruh yang signifikan antara metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg.

Kata Kunci: sports, volleyball passing, volleyball techniques.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan bagian dari salah satu cabang olahraga yang harus dikuasai siswa, oleh karena itu hampir setiap sekolah akan dijumpai permainan bola voli. Kebanyakan sekolah telah memilih olahraga bola voli menjadi bagian kegiatan ekstrakurikuler yang segera dikembangkan menjadi pembinaan prestasi. Karena sekolah merupakan sarana yang paling potensial untuk melakukan pembinaan olahraga bola voli. Bola voli adalah salah satu cabang dari olahraga permainan. Tujuan permainan ini adalah agar setiap regu dapat melewati bola secara teratur (baik) melalui atas net sampai bola menyentuh pada lantai yang mengakibatkan bola mati. Permainan bola voli dikenal beberapa teknik dasar. Teknik dasar tersebut adalah passing, smash, service dan blocking. Pada penelitian ini penulis akan memfokuskan pada pelaksanaan passing atas karena teknik passing atas merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan ataupun dihilangkan dalam permainan bola voli.

Sebagai seorang guru, tentu harus berupaya mencari jalan keluar agar proses belajar lebih bersifat inovatif. Selaku calon tenaga pendidik, penulis merasa perlu melakukan penelitian ini untuk benar-benar meningkatkan hasil belajar passing atas bola voli dengan metode inklusif dan metode penugasan yang menurut penganggapan penulis dapat meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani, khususnya pada passing atas bola voli. Adapun peneliti menggunakan metode inklusif dan metode penugasan. Kendala yang menyebabkan tersendatnya pembinaan cabang olahraga bola voli adalah kurangnya pelatih yang menerapkan ilmu keolahragaan yang semakin kompleks dan metodologi latihan yang tepat.

Proses mutu pembinaan bola voli yang dimulai dari "input" atau asupan, proses maupun "output" atau keluaran seringkali diabaikan seperti rekrutmen, atlet dan pelatih serta program latihan tidak berjalan secara kontinyu dan berkesinambungan. Metode mengajar atau melatih memiliki peran penting sebagai jembatan komunikasi antara guru dan siswa dalam proses belajar mengajar yang bertujuan mengubah perilaku siswa ke arah pencapaian tujuan pengajaran. Penggunaan metode yang baik dapat dilihat dari hasil yang di peroleh, baik aspek kognitif, afektif maupun psikomotornya. Pemilihan penggunaan metode terkait pula dengan lamanya waktu belajar, tenaga, serta motivasi yang dimiliki siswa. Berdasarkan hasil penelitian awal diketahui pelaksanaan pembelajaran bola voli di sekolah SMA Negeri 1 Bantarujeg masih banyak menemui kendala sehingga hasil belajar siswa tidak mampu mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebesar 70% belum menunjukkan hasil yang optimal, cenderung tetap. Hal ini disebabkan salah satunya adalah metode pembelajaran yang digunakan guru.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua metode pembelajaran yang digunakan, yaitu metode inklusif dan metode penugasan. Menurut Mahendra (2001:151) menjelaskan tentang pengertian metode inklusif sebagai berikut:

Guru menentukan tugas pembelajaran yang memiliki target atau kriteria yang berbeda tingkat kesulitannya, dan siswa diberi keleluasaan untuk menentukan tingkat tugas mana yang sesuai dengan kemampuannya, dengan begitu setiap anak akan merasa berhasil dan tidak ada yang merasa tidak mampu.

Menurut Mahendra (2001:151) metode penugasan adalah "Guru memberikan beberapa tugas, siswa menentukan dimana, kapan, bagaimana, dan tugas mana yang akan dilakukan pertama kali, guru memberi umpan balik". Berdasarkan latar belakang tersebut di atas, penulis tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh dari metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli. Tujuan penelitian ini tentu peneliti ingin mengetahui pengaruh dari metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg.

Setiap hasil penelitian tentunya diharapkan ada manfaatnya baik secara praktis maupun secara teoritis. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada pelatih serta guru penjaskes mengenai pengaruh penggunaan metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada objek yang diteliti. Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk memperkaya didaktik metodik dalam proses belajar mengajar passing atas bola voli di sekolah maupun di klub bola voli.

METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian ini menggunakan true-eksperiment design. Arikunto (2010:125) mengemukakan "True-eksperiment design adalah jenis-jenis eksperimen yang dianggap sudah baik karena sudah memenuhi persyaratan." Menggunakan populasi siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli sebanyak 30 orang. Berdasarkan penjelasan tersebut di atas, serta dengan keterbatasan waktu, biaya dan tenaga, maka penulis mengambil dari sebagian populasi yang ada untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini. Mengenai ketentuan jumlah sampel suatu penelitian, menurut Nasution (1987:134) mengemukakan bahwa: "Tidak ada aturan yang tegas tentang jumlah sampel yang dipersyaratkan untuk suatu penelitian dari populasi yang tersedia. Juga tidak ada batasan yang jelas apa yang dimaksud dengan sampel yang besar dan kecil". Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling, dengan teknik tersebut, sampel yang dikehendaki, yaitu yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli sebanyak 30 orang siswa. Instrumen penelitian untuk mengumpulkan data-data penelitian yang diperlukan, penulis menggunakan alat ukur sebagai media atau alat pengumpul data tersebut, yaitu tes passing atas dengan menggunakan rubrik penilaian yang berisikan indikator dan skor.

Tabel 1. Indikator Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli

No	Indikator	Skor				
		1	2	3	4	5
1	Posisi kedua lutut saat akan melakukan <i>passing</i> atas direndahkan.					
2	Bentuk gerakan lengan saat melakukan <i>passing</i> atas mendorong bola ke depan atas.					
3	Posisi badan yang benar saat akan melakukan <i>passing</i> atas dalam permainan bola voli tegak					
4	Bentuk arah bola hasil <i>passing</i> atas dalam permainan bola voli berbentuk parabola					
Skor Maksimal = 20						

*Sumber : MGMP PJOK SMA Kabupaten Ciamis

Kriteria Penilaiannya adalah sebagai berikut :

- Skor 5 : Dapat melakukan teknik secara runtun dan benar
- Skor 4 : Dapat melakukan tiga dari seluruh indikator pada tahapan atau teknik secara runtun dan benar.
- Skor 3 : Dapat melakukan dua dari seluruh indikator pada tahapan atau teknik secara runtun dan benar.
- Skor 2 : Dapat melakukan satu dari seluruh indikator pada tahapan atau teknik secara runtun dan benar.
- Skor 1 : Jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar sesuai indikator yang ditetapkan secara runtun dengan benar.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji analisis independent simple t test dengan bantuan pengolahan datanya menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan data yang diperoleh dari hasil tes perbandingan metode inklusif dan metode penugasan, penulis menggunakan rumus-rumus statistik sehingga dapat diketahui seberapa besar perbandingan pengaruh metode inklusif dan metode penugasan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengolahan data tes awal dan tes akhir yang sesuai dengan prosedur tehnik pengolahan data dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 2. Deskripsi Statistik Keterampilan Passing Atas Bola Voli

Variabel	Tes	Rata-rata	Standar Deviasi
Metode Inklusi	Tes Awal	69,13	3,13
	Tes Akhir	84,46	4,51
Metode Penugasan	Tes Awal	70,36	2,94
	Tes Akhir	79,73	3,24

Tabel 1 menjelaskan bahwa nilai rata-rata setelah melakukan peningkatan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg mengalami peningkatan pada akhir eksperimen. Hasil tes akhir dari perbandingan metode inklusif dan metode penugasan yang diperoleh siswa adalah dengan metode inklusif lebih baik dari pada metode penugasan dengan hasil akhir 89,46 dengan standar deviasi 4,51. Nilai rata-rata dan simpangan baku tes awal dan tes akhir diketahui langkah selanjutnya adalah menguji normalitas distribusi data dengan menggunakan uji Liliefors, hasilnya dapat di lihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Uji Normalitas Keterampilan Passing Atas Bola Voli

Variabel	Tes	N	L hit	L tabel	Keterangan
Metode Inklusi	Tes Awal	30	0,1706	0,220	Normal
	Tes Akhir		0,1505		
Metode Penugasan	Tes Awal	30	0,0942	0,220	Normal
	Tes Akhir		0,1061		

Hasil penghitungan uji normalitas data tes awal dan tes akhir metode inklusif dan metode penugasan data diatas yang dibandingkan tersebut diperoleh nilai Lhitung lebih kecil dari pada nilai Ltabel. Tarap nyata (α) = 0,05 dan dk = (n) = 15, dari daftar nilai kritis L didapat angka 0,220. Populasi tes awal dan tes akhir sebelum dan sesudah melakukan metode inklusif dan metode penugasan adalah berdistribusi normal. Setelah nilai rata-rata dan simpangan baku tersebut diketahui, maka selanjutnya adalah menguji homogenitas dari sampel eksperimen dengan menggunakan uji kesamaan dua variasi. Berikut ini adalah tabel 3 hasil uji homogenitas sebagai berikut.

Tabel 3. Uji Homogenitas Keterampilan Passing Atas Bola Voli

Variabel	N	F hit	F tabel	Keterangan
Metode Inklusi	30	2,10	2.43	Homogen
Metode Penugasan	30	1,21	2.43	Homogen

Pengujian nilai homogenitas diperlukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya kelompok data yang akan diteliti, karena nilai homogenitas merupakan prasyarat untuk proses penghitungan signifikasi hipotesis. Berdasarkan hasil penghitungan di atas dapat disimpulkan bahwa nilai homogenitas data kelompok tersebut homogen. Hal ini dikarenakan nilai F hitung berada di dalam daerah penerimaan hipotesis $F_{hitung} < F_{tabel}$, dengan F tabel berasal dari $dk = n-1, (v_1, v_2) = (14, 14)$ dengan (α) = 0,05. Pengujian bertujuan untuk membuktikan apakah hipotesis yang ditetapkan benar atau tidak. Penulis menggunakan uji kesamaan dua rata-rata, uji satu pihak dengan menggunakan uji t, untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang di ajukan. Uji ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan dari dua variabel yang diteliti. Adapun hasil analisis data dapat diketahui pada tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 4. Uji Hipotesis Keterampilan Passing Atas Bola Voli

Variabel	N	t hit	t tabel	Keterangan
Metode Inklusi	30	2,27	1,76	Signifikan
Metode Penugasan	30	2,72	1,76	Signifikan

Berdasarkan hasil uji hipotesis keterampilan passing atas bola voli yang disajikan pada Tabel 4, terlihat bahwa baik pada kelompok yang menggunakan metode inklusi maupun kelompok yang menggunakan metode penugasan, keduanya menunjukkan hasil yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing atas. Pada kelompok metode inklusi dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang, diperoleh nilai t hitung sebesar 2,27, sedangkan t tabel pada taraf signifikansi tertentu (misalnya $\alpha = 0,05$) sebesar 1,76, sehingga karena nilai t hitung $>$ t tabel, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan metode inklusi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan passing atas bola voli.

Demikian pula pada kelompok metode penugasan, nilai t hitung yang diperoleh adalah 2,72 dengan t tabel yang sama sebesar 1,76, sehingga hasil ini juga menunjukkan pengaruh yang signifikan. Dengan demikian, kedua metode baik metode inklusi maupun metode penugasan sama-sama memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan passing atas bola voli, meskipun berdasarkan perbandingan nilai t hitung, metode penugasan menunjukkan pengaruh yang relatif lebih besar dibandingkan metode inklusi. Hasil ini dapat menjadi dasar bahwa variasi pendekatan pembelajaran memiliki dampak nyata terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bola voli pada peserta didik. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan membuktikan bahwa suatu konsep latihan metode inklusif dan metode penugasan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan passing atas bola voli pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg. Adapun yang menjadi inti pembahasan dalam penelitian ini adalah keberhasilan dari latihan menggunakan metode inklusif dan metode penugasan tidak mungkin dapat dicapai dalam waktu singkat tetapi melalui waktu latihan yang relatif lama, serta perlu adanya usaha yang baik pula dari siswa. Rentan waktu yang diperlukan untuk keberhasilan berlatih relatif bervariasi bisa antara dua sampai tiga bulan bahkan sampai satu tahun

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang sudah dibahas, dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan prestasi tidak ada istilah jalan pintas tetapi harus melalui program latihan yang sistematis. Dalam hal ini, pelaksanaan pembelajaran meroda yang dilakukan siswa, diikuti dengan semangat artinya setiap pertemuan seluruh siswa hadir. Siswa yang hadir sangat menunjang sehingga hal ini berpengaruh terhadap peningkatan prestasi dengan merata sehingga siswa mengalami peningkatan keterampilan passing atas bola voli. Selain itu, pelaksanaan penelitian yang selama tiga bulan yang dilakukan oleh penulis ke pada siswa SMA Negeri 1 Bantarujeg yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli mendapatkan hasil dan perubahan yang baik, tidak lepas dari itu penulis juga mempunyai kendala pada waktu pelaksanaannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*, Jakarta. Tambak Kusumah.
- Mahardika, Marhaeni, dan Widiartini. 2015. *Pengaruh Variasi Pelatihan Passing Terhadap Kemampuan Melakukan Passing Atas Pada Permainan Bola Voli*. Jurnal Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha.
- Mukholid Agus, 2004. *Pendidikan Jasmani Untuk SMA*. Yudhistira, Surakarta.
- Muslihin, Heri Yusuf, 2010. *Atletik Bentuk-bentuk Latihan*. Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Universitas Terbuka. PB. PTMSI. 2007. *Peraturan Tennis Meja 2007/2008*.
- Poerwadarminta. 1976. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka
- 1984. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka
- Suharno. 1981. *Ilmu Kepeatihan Olahraga*, Yogyakarta: FPOK IKIP

- Surakhmad, Winarno. 2008. Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar. Bandung: Tarsito. Suharsimi, Arikunto. 1997. Manajemen Penelitian. Jakarta, PT. Rieka Cipta
- 1997. Manajemen Penelitian. Jakarta, PT. Rieka Cipta
- 1998. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana, Nana. 1992. Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah. Bandung: Sinar Baru. Sumarno. 1997. Olahraga Pilihan Buku 2. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sutardi. 1997. Penelitian Ilmiah. Bandung : IKIP
- <http://kamusbahasaindonesia.org/elastic#ixzz2dv0e6NhE>.
- <http://prasso.wordpress.com/2007/08/02/teknik-dasar-bermain-bola-volly.passing/>
- <http://vhariss.wordpress.com/2011/12/15/bola-volly/>