



Pengaruh Latihan Passing Dipantulkan ke Dinding terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri

Intan Tania Widyanti¹, Deden Akbar Izzuddin^{2*}

^{1,2}Program studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

*Corresponding Author. E-mail: deden.akbar@fikes.unsika.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tentang Pengaruh Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri. Populasi dan sampel pada penelitian ini yaitu berjumlah 13 orang. Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data kuantitatif hasil validasi yaitu dengan menggunakan teknik mengumpulkan data dan sampel dengan menggunakan teknik random sampling atau sample acak di Perumahan Buana Asri. Hasil analisis data Berdasarkan output "Tes Statistics", diketahui Asympig.sig. (2-tailed) bernilai 001. karena nilai 001 lebih kecil dari $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa "Hipotesis diterima". Artinya ada perbedaan antara Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli untuk *Pre-Test* dan *Post-Test*, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa ada Pengaruh Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri.

Kata kunci: latihan, passing atas, bola voli

Abstract

This research aims to describe the effect of Passing Exercise on the Walls against Passing's ability to play volleyball in the Assyrian Housing. The population and sample on this study is 13 people. Data analysis techniques used to analyze quantitative data validation results are using a technique of collecting data and samples using random sampling or random sampling in the Buana Asri. Data analysis results based on the output of "Statistics Test", known as Asympig.sig. (2-tailed) is worth 001. Since the 001 is smaller than <0.05 , it can be concluded that "hypothesis accepted". It means that there is a difference between Passing Training and Passing Training on the Wall against Passing ability on the Ball Game Volleyball for Pre-Test and Post-Test, so it can also be concluded that there is an effect of Passing Training on the Wall on Passing ability on the Ball Game in the Buana Asri.

Keywords: practice, passing over, volleyball.

PENDAHULUAN

Olahraga adalah kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Tujuan olahraga untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (UU No.3 Tahun 2005).

Bola voli merupakan salah satu olahraga permainan yang memasyarakat di Indonesia banyaknya klub-klub bola voli yang ada di Indonesia serta diadakannya Pro Liga merupakan salah satu wujud perkembangan dan kemajuan olahraga bola voli di Indonesia. Permainan bola voli merupakan cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Setiap grup terdiri dari 6 pemain. Salah satu pelajaran yang diajarkan di sekolah yaitu permainan bola voli. Menurut Sukirno dan Waluyo (2012) permainan bola voli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna, seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar, yaitu: service, passing, block, dan smass.

Menurut Anandita (2010) Permainan bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, setiap grup terdiri dari enam orang pemain. Menurut Beutelswathl (2008), ada enam macam cara bersentuhan dengan bola, sehingga timbul juga enam jenis teknik dasar atau dengan istilah yang lebih umum "skill". Skill tersebut antara lain, servis, Dig (pasing bawah), atteck (menyerang), volley (pasing atas), Block, dan Defence. Untuk menjadi pemain bola voli yang baik maka harus menguasai seluruh dari teknik dasar tersebut, yang akan dibahas yaitu tentang teknik Passing atas, passing bawah, dan service.

Passing adalah suatu teknik dalam permainan bola voli yang bertujuan untuk mengoper bola ke suatu tempat ke tempat yang lain atau kepada teman sendiri dalam suatu regu, untuk selanjutnya dimainkan kembali dan dapat juga sebagai awal serangan kepada tim musuh (Erianti, 2004). Passing terdiri dari passing atas dan passing bawah.

Menurut Sukirno dan Waluyo (2012) Pasing atas dalam permainan bola voli adalah cara pengambilan bola atau mengoperkan bola atau mengumpan bola kepada teman, tapi bila ada kesempatan yang baik, langsung diteruskan kepada lawan sebagai gerak tipu untuk mendapatkan poin. Menurut Erianti (2004) passing atas merupakan elemen yang sangat penting. Penguasaan terhadap teknik passing atas ini mempunyai peran sangat penting dalam permainan bola voli, sebab passing atas merupakan suatu teknik mengumpan suatu tim dalam upaya melakukan sebuah serangan yang diharapkan dapat membuahkan point bagi regunya.

Passing atas dalam bola voli merupakan teknik dasar bola voli yang berfungsi untuk memainkan permainan bola voli dengan teman seregunya, di samping itu passing atas sangat berperan dalam keberhasilan untuk penyerangan. Apabila

passing pertama yang diterima dari servis lawan itu baik, maka kemungkinan besar hasil umpan yang diberikan oleh pengumpan akan sesuai dengan harapan.

Kemampuan merupakan hal yang penting dalam proses pembelajaran olahraga karena sebagai pendukung terbentuknya prestasi diberbagai cabang olahraga, kemampuan merupakan hasil dari latihan yang digunakan untuk melakukan suatu pekerjaan. Kemampuan tersebut meliputi kemampuan fisik dan kemampuan intelektual, kemampuan fisik berkaitan dengan stamina dan karakteristik tubuh, sedangkan kemampuan intelektual berkaitan dengan mental. Kemampuan adalah kecakapan atau potensi seseorang individu untuk menguasai keahlian dalam melakukan atau mengerjakan beragam tugas dalam suatu pekerjaan atau suatu penilaian atas tindakan seseorang.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa pada permainan bola voli di Perumahan Buana Asri mengalami kesulitan dalam mengikuti latihan olahraga khususnya cabang olahraga ini disebabkan oleh kemampuan kekuatan otot lengan yang dimiliki seseorang sehingga tidak mampu mendorong bola ke atas, dan menyebabkan passing yang dilakukan tidak mampu melewati net.

Kemampuan merupakan suatu kesanggupan dalam menggunakan pengetahuan seseorang secara efektif dan secara siap dalam pelaksanaan atau performance, dengan mencapai kemantapan dari suatu keberhasilan dalam mencapai tujuan. Dalam permainan bolavoli kemampuan gerak sangat penting untuk diketahui atau dimiliki oleh setiap pemain. Oleh karena itu, penggunaan passing atas, belum bisa dilakukan dengan baik, maka metode yang biasa dilakukan yaitu menggunakan metode pantulan ke dinding.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan teknik tes untuk mengetahui seberapa besar kemampuan passing atas permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri.

Penelitian ini dilaksanakan pada waktu Sore hari yaitu dimana Warga Perumahan Buana Asri sedang melakukan permainan bola voli pada hari Selasa pukul 15.00-17.00 WIB dengan tempat penelitian di lapangan bola voli Perumahan Buana Asri.

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti. Dalam penelitian ini yang dijadikan sebagai populasi adalah Masyarakat di Perumahan Buana Asri Kel. Nanggung Mekar, Kec. Cibinong, Kab. Bogor, yang berjumlah 13 Orang.

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi. Peneliti ingin mengetahui Pengaruh Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri. Dengan keterbatasan tenaga, waktu, maka peneliti mengumpulkan data dan sampel dengan menggunakan teknik random sampling atau sample acak.

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan dan dipilih oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Suharsimi Arikunto, 2002). Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran, yaitu tes kemampuan passing atas, dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah tes kemampuan passing. Cara mengambil data Warga, untuk melakukan passing ke tembok, jumlah sekor selama 1 menit. Kemudian hasilnya dicatat sesuai kemampuan passing bola selama 1 menit.

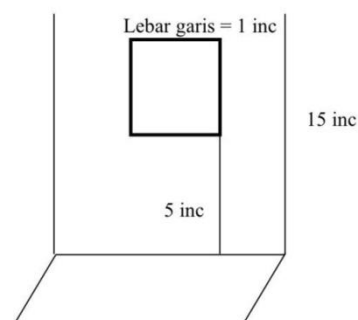
Pelaksanaan Passing Atas

Braddy Volley Ball Test

Tes ini disusun untuk Masyarakat di Perumahan Buana Asri yang sudah dimodifikasi dengan rangkaian tes sebagai berikut:

Memantulkan bola ketembok selama 1 menit bisa dengan passing atas maupun bawah, dengan sasaran lebih dari garis batas 15 inc atau 350 cm dan lebar 5 inc atau 150 cm. Satuan pengukurannya banyaknya melakukan passing atas maupun bawah selama 1 menit.

Alat-alat yang digunakan dalam braddy volley ball test antara lain. Satu buah bola voli, stup watch, alat tulis, dan perkakas lainnya adalah tembok sasaran.



Tujuan:

Untuk mengukur kecakapan umum dalam bermain bola voli.

Umum dalam bermain bola voli

1. Tes ini didesain untuk Masyarakat di Perumahan Buana Asri
2. Dilakukan selama 60 detik

Pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri menghadap sasaran dengan bola voli di tangan, setelah ada aba-aba, testi mulai melempar bola ke tembok. Bola yang memantul dari tembok dipukul atau divoli ke daerah sasaran (bukan hanya dilakukan dengan pass atas).
- 2) Apabila bola lucas, bola dapat dipegang lalu mulai lagi dengan melempar bola ke tembok untuk dipukul / divoli sampai waktunya habis.

Penilaian:

- a) Setiap bola yang memantul dari tembok, lalu dipukul / divoli syah Sesuai dengan peraturan permainan, dan bola tersebut masuk ke daerah sasaran serta mengenai garis batas daerah sasaran diberi sekor 1.
- b) Skor tes adalah jumlah sekor selama 60 detik.
- c) Tes Brady hanya dilakukan 1 kali kesempatan.
- d) Bola yang dilempar ke tembok tidak diberi sekor. Teknik Pengumpulan Data

Dalam suatu penelitian proses pengumpulan data sangat penting, karena dengan hasil yang diperoleh dari pengukuran, dapat dilihat gejala atau perkembangan yang terjadi pada sampel yang diteliti. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelihan survei dengan teknik teskemampuan.

A. Teknik Analisis Data

1. Uji Hipotesis

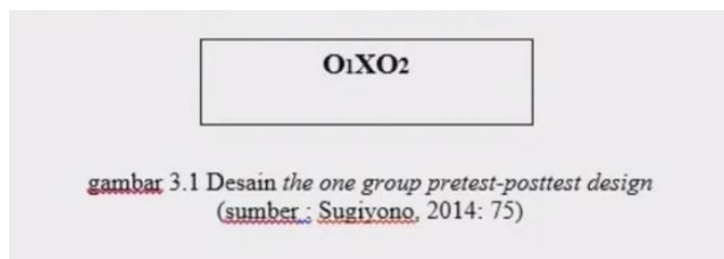
Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data kuantitatif hasil validasi dengan menggunakan teknik Data kuantitatif yang diperoleh melalui test langsung kepada Masyarakat Perumahan Buana Asri.

2. Uji Non Parametrik

Istilah nonparametrik pertama kali digunakan oleh Wolfowitz, pada tahun 1942. Metode statistik nonparametrik merupakan metode statistik yang dapat digunakan dengan mengabaikan asumsi-asumsi yang melandasi penggunaan metode statistic parametrik, terutama yang berkaitan dengan distribusi normal. Istilah lain yang sering digunakan untuk statistik nonparametrik adalah statistik bebas distribusi (distribution free statistics) dan uji bebas asumsi (assumption-free test). Statistik nonparametric banyak digunakan pada penelitian-penelitian sosial. Data yang diperoleh dalam penelitian sosial pada umumnya berbentuk kategori atau berbentuk rangking.

Uji statistik nonparametrik ialah suatu uji statistik yang tidak memerlukan adanya asumsi-asumsi mengenai sebaran data populasi. Uji statistik ini disebut juga sebagai statistik bebas sebaran (distribution free). Statistik nonparametrik tidak mensyaratkan bentuk sebaran parameter populasi berdistribusi normal. Statistik nonparametrik dapat digunakan untuk menganalisis data yang berskala nominal atau ordinal karena pada umumnya data berjenis nominal dan ordinal tidak menyebar normal. Dari segi jumlah data, pada umumnya statistik nonparametrik digunakan untuk data berjumlah kecil ($n < 30$).

Design eksperimen yang digunakan adalah tes awal-tes akhir atau one group pretest-posttest design. Adapun skema dalam penelitian eksperimen model ini dapat digambarkan sebagai berikut:



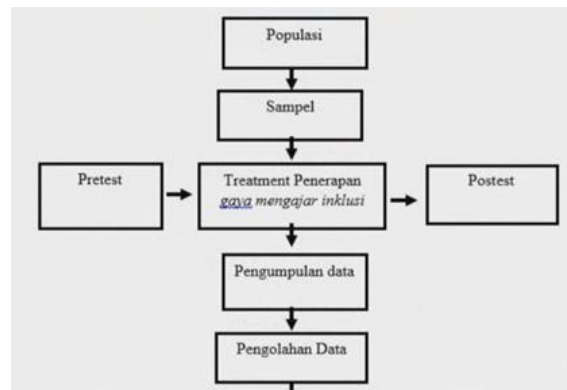
Keterangan : O1 = Pretest

X = treatment perlakuan

O2 = Posttest

G. Tahap- tahap Penelitian

Penelitian ini terdiri dari langkah- langkah berikut ini :



HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji wilcoxon dengan spss

Konsep dasar

- 1) Uji Wilcoxon bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata- rata dua sampel yang saling berpasangan.
- 2) Data penelitian yang digunakan dalam uji Wilcoxon idealnya adalah data berskala ordinal atau interval.
- 3) Uji Wilcoxon merupakan bagian dari statistic non parametric, maka dalam uji Wilcoxon tidak diperlukan data penelitian yang berdistribusi normal.
- 4) Uji Wilcoxon digunakan sebagai alternative dari uji paired sample test, jika data penelitian tidak berdistribusi normal.

2. Langkah – Langkah Uji Wilcoxon Dengan Spss

- Input data → Analisis → Output SPSS

3. Studi Kasus Uji Wilcoxon:

Tes kualitas Passing Atas

No	Nama	Tes Awal	Tes Akhir
1	Farid	47	58
2	Alwi	40	48
3	Rizki	38	45
4	Sodik	41	45
5	Bijak	43	51
6	Gesit	40	49
7	Ilham	35	43
8	Dimas	30	41
9	Faldi	33	45
10	Nabila	35	49
11	Nayla	31	45
12	Nidya	31	47
13	Michele	38	49

Hipotesis: Ada perbedaan hasil dari pre test dan post test, yang artinya ada pengaruh Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri.

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	13 ^b	7.00	91.00
	Ties	0 ^c		
	Total	13		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

INTERPRETASI OUTPUT “RANKS“

Keterangan:

1. Negative Ranks atau selisih (negative) antara hasil Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli untuk Pre Test dan Post Test adalah 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai Pre Test ke Post Test.
2. Positif Ranks atau selisih (positif) antara Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli untuk Pre Test dan Post Test. Disini terdapat 13 data positif (N) yang artinya ke 13 data mengalami peningkatan hasil hasil Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli dari nilai Pre Test dan Post Test. Mean Rank atau rata- rata peningkatan tersebut adalah sebesar 7.00, sedangkan jumlah rangking positif atau Sum Of Ranks adalah sebesar 91.00.
3. Ties adalah kesamaan nilai Pre-Test dan Post, disini nilai Ties adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa ada nilai yang sama antara Pre Test dan Post Test.

Dasar Pengambilan Keputusan Uji Wilcoxon

Post Test – Pre Test	
Z	-3.189 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Keterangan:

1. Jika nilai Asymp.sig. <0,05, maka Hipotesis Diterima
2. Jika nilai Asymp.sig. >0,05, maka Hipotesis Ditolak

KESIMPULAN

Berdasarkan output “*Tes Statistics*“, diketahui $Asympig.sig. (2-tailed)$ bernilai 001. karena nilai 001 lebih kecil dari $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima “. Artinya ada perbedaan antara Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli untuk Pre-Test dan Post-Test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “ada Pengaruh Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri “

DAFTAR PUSTAKA

- Anandita. (2010). Mengenal Olahraga Voli. Bogor: Quadra
- Arikunto, Suharsimi. 2002. Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Erianti. 2004. Buku Ajar Bola Voli. Padang: FIK-UNP.
- Sugiyono. 2004. Metode Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Sukirno & Waluyo. 2012. Cabang olahraga Bola Voli. Palembang. UNSRI Press.
- Undang-Undang Negara Republik Indonesia No 3 (2005) Sistem Keolahragaan Nasional Jakarta: Menpora.