

PERBEDAAN EFEKTIVITAS PENGENALAN BOLA VOLI DALAM PEMBELAJARAN MENGGUNAKAN BOLA LUNAK DAN BOLA STANDAR PADA SISWA KELAS IV

THE EFFECTIVENESS DIFFERENCE BETWEEN INTRODUCTION VOLLEY BALL LEARNING SOFTENAND STANDARD BALL IN 4TH GRADE ELEMENTRY STUDENTS

Oleh: Yulia Fajar Triandarini, NIM: 5604227005, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yuliafajar12@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas panjang reli, pengenalan bola voli dalam pembelajaran antara model bermain menggunakan bola lunak dan bola standar pada siswa kelas IV SD. Dari kedua model bermain tersebut, dicari yang lebih efektif. Ini merupakan penelitian deskriptif, menjelaskan beberapa gejala, fakta, dan kejadian secara sistematis dan akurat. Populasi seluruh siswa kelas IV SD Negeri Pakem, Sleman 12 siswa. Sampel diambil dengan *purposive random sampling*. *Purposive* dengan ciri: kelas IV, lahir setelah satu Februari 2007, belum pernah bermain bola voli, 24 siswa memenuhi syarat. Random untuk mengambil delapan putra dan delapan putri. Pengambilan data dengan pengamatan oleh penilai/judge, menghitung jumlah sentuhan pemain ke bola dalam satu kali reli. Permainan di lapangan 12 x 6 meter, setiap regu 4 orang, servis boleh dari dalam lapangan, aturan seperti dalam permainan bola voli, memainkan bola boleh divoli atau ditangkap, setiap regu maksimal memainkan bola tiga kali. Data penelitian diolah menggunakan analisis deskriptif, dan uji-t antar kelompok (*independent t-test*). Hasil, bahwa: (1) Ada perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$) pengaruh, antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putra kelas IV. (2) Pengenalan dengan bola lunak juga lebih efektif daripada bola standar pada putri ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Efektivitas, Pembelajaran, Bola Voli, Bola Lunak dan bola Standar

Abstract

The Purpose of this research was to find out effectiveness difference in the longest rally which is introduction volleyball learning with soften and standard ball for 4th grade elementary students. The research was to proof the most effective model. This is descriptive researches that explain indications, facts, and phenomenon precisely and accurately. Population of this research is 12 students of 4th grade in SD Negeri Pakem. Purpose random sampling is used sampling method in the research. Characteristic of Purposive: 4th grade, born after February 1st 2007, never play volley ball before. From those characteristic 24 students is qualify. Randomly 8 boys and girls are selected. Data is collected by the judge, which counted number of touch in one rally. The games is played on court (12x6m), its team contain 4 students, service can be done inside court, the rule is same with volley ball, the ball can be pass or catch, each team can play only three times. The research data is processed using descriptive analysis and independent t-test. The results are: (1) There is a significant effect ($p < 0,05$) between playing with soften and standard ball toward effectiveness volley learning for 4th grade boys student. (2) Introduction with soften ball also more effective than use standard ball for 4th grade girls student ($p < 0,05$).

Key words: Effectiveness, Learning, Volley ball, Soften Ball, Standard ball.

Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam pendidikan, karena memberikan kesempatan siswa untuk melakukan aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Materi mata pelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar meliputi: permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional, dan aktivitas luar kelas. Permainan dibagi menjadi bola besar, bola kecil, dan permainan tradisional. Atletik dibagi menjadi lari, lompat, loncat, dan lempar. Untuk senam meliputi: senam lantai dan senam irama.

Dalam KTSP (Kurikulum Satuan Pendidikan), materi permainan terdapat pada standar kompetensi tentang mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga, dengan peraturan yang di modifikasi dalam nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, sedangkan kompetensi dasar adalah mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai kerja sama, sportifitas, dan kejujuran.

Suharno (1985:10) mengemukakan bahwa “Sejak abat ke dua puluh permainan bola voli tidak hanya merupakan olahraga yang bersifat rekreasi, sekedar meningkatkan kesegaran jasmani melainkan telah menuntut prestasi”. Olahraga prestasi perlu dimulai, baik laki-laki maupun perempuan. Bola voli juga dapat untuk meningkatkan kebugaran.

Bola voli juga dapat digunakan sebagai sarana untuk mendidik, membentuk pribadi yang sportif, jujur, dapat kerjasama, tanggung jawab, karena itu semua merupakan nilai – nilai pendidikan dan dapat ditanamkan sejak anak. Bola voli merupakan cabang olahraga, yang cukup populer di masyarakat.

Untuk menguasai teknik maupun taktik bola voli cukup sulit. Untuk menguasai teknik dasar perlu memilih dan menyusun metode latihan yang tepat. Anak usia dini sudah harus diperkenalkan teknik dasar permainan bola voli. Peneliti mengamati, bahwa siswa kelas IV SD, dalam memainkan

bola atau memvoli, banyak menemui kendala dan hambatan yang menghambat proses pembelajaran. Anak mengalami kesulitan, karena harus menyentuh bola sebelum jatuh ke lantai. Tidak seperti permainan lain, misal sepak bola, bola basket, bola tangan, bola yang jatuh ke lantai, menggelinding boleh diambil dan dimainkan lagi. Anak pemula memvoli bola lengan akan terasa sakit, bahkan lebam, menjadi trauma, sehingga tidak mau bermain bola voli lagi. Anak lempat tangkap saja, jika dengan bola voli standar mengalami kesulitan, apa lagi divoli. Pada permainan kalau anak tidak bisa memvoli bola dengan baik akan kurang menyenangkan karena bola cepat jatuh, sebentar – sebentar mati dan harus mengambil bola. Anak sebelum bisa memvoli bola harus bisa memperkirakan atau mengenal jalannya bola yang melambung di udara. Oleh karena itu dibutuhkan latihan lempar tangkap bola terlebih dahulu. Anak kelas IV SD Pakem dicoba pengenalan bola bentuk lempar tangkap saja dengan bola *standart*, masih mengalami kesulitan, karena bola jatuhnya cepat, sehingga banyak siswa tidak sempat menangkap bola. Oleh karena itu perlu dicoba menggunakan bola yang lebih ringan atau bola yang lunak /bola plastik yang dibalut dengan spon. Bola lunak jatuhnya dari udara akan lebih lambat. Siswa masih bisa melambungkan bola dengan arah yang pas, dan punya waktu yang lebih panjang untuk mempersiapkan diri menangkap bola, sehingga melempar dan menangkap bola diperkirakan dapat lebih baik. Oleh karena itu perlu diteliti bermain lempar dengan bola lunak.

Metode Penelitian

Ini merupakan penelitian diskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan pengamatan (observasi) oleh *judge*. Penelitian ini bertujuan mengetahui “apakah melalui bermain lempar-tangkap, dalam pengenalan bola voli menggunakan bola lunak dan bola standar, reli akan lebih panjang menggunakan bola lunak”, untuk pembelajaran siswa kelas IV SD.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Pakem Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman. Sekolah terletak di Dusun Pakem Desa Tamanmartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman. Pengambilan data di lapangan bola voli mini yang ada di halaman sekolah. Adapun waktu pelaksanaannya hari Kamis, tanggal 9 Februari 2017. Pelaksanaan dimulai pukul 07.00 WIB, sampai dengan sekitar pukul 09.00. Waktu tersebut disesuaikan dengan jadwal pelajaran Penjasorkes kelas IV.

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Pakem Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman yang diambil dengan teknik *purposive random sampling*. Populasinya adalah siswa kelas IV sejumlah 24 siswa, terdiri atas 15 putra dan sembilan putri. Sampel diambil secara *purposive* dengan ciri-ciri sebagai berikut: (1) Kelas IV, (2) Usia paling tua kelahiran 1 Januari tahun 2007, (3) Belum pernah latihan bola voli.

Siswa kelas IV SD Negeri Pakem Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman semua memenuhi ciri-ciri di atas. Untuk pengambilan sampel secara *random* menggunakan undian. Sampel sebanyak 16 anak dengan rincian delapan putra dan delapan putri. Sampel delapan putra dan delapan putri karena ketika bermain empat melawan empat, dan tidak dicampur antara putra dan putri.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pengamatan oleh judge (penilai/juri) dengan menggunakan lembar observasi. Judge mengamati, menilai dengan menghitung jumlah sentuhan pemain ke bola dalam satu kali reli. Permainan dipisahkan antara tim putra dan putri. Perhitungan tersebut dilakukan dalam permainan untuk siswa putra maupun siswa putri. Permainan dilaksanakan dengan jumlah pemain dalam satu tim empat siswa.

Penelitian ini mempunyai variabel: pendekatan bola voli bermain dengan bola lunak, pendekatan bola voli bermain

dengan bola standar, dan efektivitas. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini, maka berikut akan dikemukakan definisi operasional sebagai berikut: (1) Pendekatan bola voli bermain dengan bola lunak, ialah bermain seperti bola voli tetapi berbentuk lempar tangkap dilapangan bola voli mini menggunakan bola plastik yang dilapis spon tipis. (2) Pendekatan bola voli bermain dengan bola standar ialah bermain seperti bola voli tetapi berbentuk lempar tangkap dilapangan bola voli mini menggunakan bola standar. (3) Efektivitas ialah manfaat yang diperoleh dari suatu kegiatan (latihan). Panjang reli atau lamanya bola bermain (banyaknya pemain menyentuh bola) mulai dari servis sampai bola mati, digunakan untuk mengukur (mengindikasikan) lamanya bermain (efektivitas). Jadi tidak menggunakan alat pengukur waktu, tetapi menghitung banyaknya bola yang dimainkan (ditangkap dan dilempar) mulai dari servis sampai bola mati. Semakin panjang relinya anak pasti akan semakin dapat menikmati permainan, banyak bergerak, banyak otot yang terlibat, dan juga sistem peredaran darah dan pernafasan juga terlibat. Dengan kata lain anak akan mendapatkan kesenangan dan peningkatan kebugaran jasmani.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Pakem Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman, sebanyak 24 siswa terdiri atas 15 putra dan 9 putri.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini *purposive random sampling*. Adapun pertimbangan atau syarat yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel ini, yaitu: siswa kelas empat sekolah dasar Negeri Pakem Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman, kelahiran setelah 1 Januari 2007, belum pernah bermain bola voli. *Random sampling* dilaksanakan dengan cara diundi untuk menentukan 8 siswa yang akan bermain.

Pengambilan data menggunakan pengamatan oleh judge atau juri, dengan lembar observasi. Judge atau juri bertugas untuk

mengamati, menilai, menghitung jumlah sentuhan pemain ke bola dalam satu kali reli. Penghitungan tersebut dilakukan dalam permainan, baik untuk putra maupun putri. Permainan dengan peraturan sebagai berikut: Permainan dilaksanakan di lapangan dengan ukuran 12 x 6 meter, jumlah pemain setiap regu 4 orang, bola yang digunakan bola standar atau bola lunak, permainan hanya satu set, servis boleh dari dalam lapangan mendekati net, dengan teknik seperti dalam permainan bola voli resmi, servis harus dilaksanakan bergantian sesuai putaran seperti dalam bola voli mini, memainkan bola boleh divoli atau ditangkap, memainkan bola dengan divoli tidak berlaku pukulan ganda, memainkan bola dengan ditangkap harus segera dioper ke teman atau diseberangkan ke lapangan lawan, setiap regu dalam reli, maksimal memainkan bola tiga kali, penilaian dengan *rally point*, pindah tempat jika salah satu tim sudah mendapatkan angka 13, Game 25, jika 24 sama harus ada selisih dua poin.

Pengambilan data oleh *judge* dengan menggunakan lembar observasi. Agar data yang diperoleh objektif dan berkualitas, observasi dilakukan oleh dua *judge* terhadap siswa-siswa yang bermain. *Judge* yang bertugas harus memiliki suatu keahlian. Keahlian tersebut ditunjukkan dengan kriteria sebagai berikut: Profesional dibidangnya, telah memiliki pengalaman mengelola proses belajar mengajar atau melatih minimal satu tahun, mempunyai ijazah atau sertifikat sebagai guru Penjasorkes atau pelatih.

Untuk menilai bahwa *judge* sudah mempunyai kemampuan yang memadai dalam pengamatan dan menggunakan lembar observasi perlu dilaporkan tentang objektivitasnya. Objektivitas adalah tingkat kesamaan antara hasil pengamatan dari lebih dari satu *judge*. Kejujuran dan kemampuan mengamati akan sangat menentukan hasil dari pengamatan para *judge*. *Judge* yang kurang ahli dalam mengamati, dan didasari suka dan tidak suka akan menghasilkan penilaian yang sangat berbeda antara yang satu dengan yang lain. Untuk menghasilkan objektivitas yang tinggi *judge* harus diberikan dulu penjelasan

tentang apa yang harus diamati, dan bagaimana cara mengisi lembar observasi. Untuk menilai objektivitas ke dua *judge* dengan cara mengkorelasikan hasil pengamatan pada setiap reli.

Penelitian ini mencari rata-rata siswa menyentuh, menangkap, dan melempat bola pada setiap reli atau dari servis sampai bola mati. Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan angka. Angka mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembuatan, penggunaan, dan pemecahan model penelitian kuantitatif (Muhammad Muslich, 2009: 2). Validitas Instrumen dengan *Logical Validity* (logika). Objektivitas *judge* pertama dan kedua dengan bantuan statistik. Statistik yang digunakan adalah korelasi *Widespread Biserial*, dengan hasil = 1,00. Perhitungan menggunakan komputer SPSS versi 20. Pengambilan keputusan dengan taraf signifikan 5%. Dari ke dua *judge* diambil reratanya.

Pengumpulan data oleh *judge* (penilai/juri) dengan menggunakan lembar observasi. *Judge* mengamati, menilai dengan menghitung jumlah sentuhan pemain ke bola dalam satu kali reli. Permainan dipisahkan antara tim putra dan putri. Perhitungan tersebut dilakukan dalam permainan untuk siswa putra maupun siswa putri. Permainan dilaksanakan dengan jumlah pemain dalam satu tim empat siswa.

Hasil Penelitian

Hasil penilaian atau skor (banyaknya menyentuh bola pada setiap reli dalam satu set) oleh dua *judge* pada siswa putra (dengan bola lunak dan dengan bola standar) diambil rata-ratanya, kemudian dianalisis dengan bantuan software SPSS 20. Jumlah sentuhan bola dalam satu set pada siswa putra yang diberi pembelajaran pengenalan bola voli menggunakan model bermain dengan bola lunak sebesar 449,0 dan jumlah reli dalam satu set 48; sehingga diperoleh rerata panjang reli sebesar $= 449,0 / 48 = 9,354$. Sedangkan jumlah sentuhan bola dalam satu set pada siswa putra yang diberi pembelajaran pengenalan bola voli menggunakan model

bermain dengan bola standar sebesar 253,5 dan jumlah reli dalam satu set 40; sehingga diperoleh rerata panjang reli sebesar $= 253,5 / 40 = 6,338$.

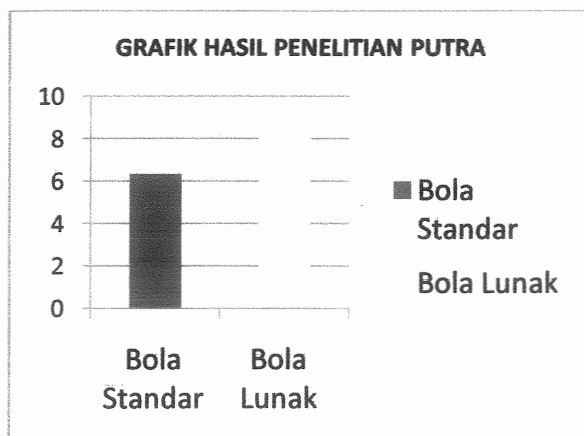
Jumlah sentuhan bola dalam satu set pada siswa putri yang diberi pembelajaran pengenalan bola voli menggunakan model bermain dengan bola lunak sebesar 316,5 dan jumlah reli dalam satu set 46, sehingga diperoleh rerata panjang reli sebesar $= 316,5 / 46 = 6,880$. Jumlah sentuhan bola dalam satu set pada siswa putri yang diberi pembelajaran pengenalan bola voli menggunakan model bermain dengan bola standar sebesar 141,0 dan jumlah reli dalam satu set 33, sehingga diperoleh rerata panjang reli sebesar $= 141,0 / 33 = 4,273$.

Hipotesis pertama yang diuji adalah: “ada perbedaan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putra kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan” dan hipotesis tersebut diuji dengan menggunakan uji-t antar kelompok (*independent t-test*). Hasil analisis dengan bantuan software SPSS secara ringkas disajikan pada tabel berikut ini. Berdasarkan hasil analisis statistik dengan uji-t antar kelompok, ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor sentuhan bola dalam satu set antara siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola lunak, dengan siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola standar, dengan $p=0,023$.

Uji-t Antar Kelompok Putra

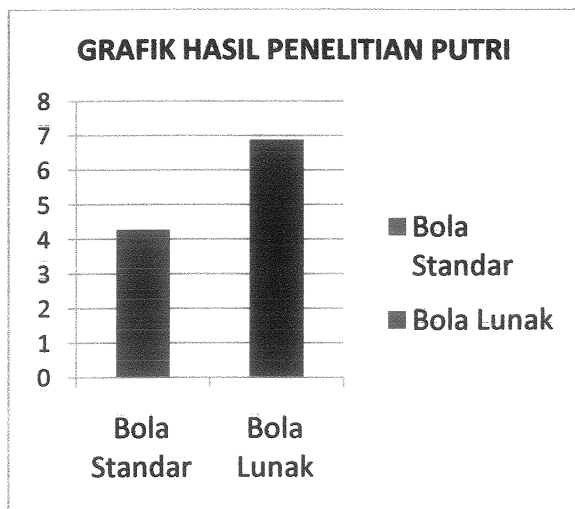
Data	Perlakuan	Rerata	SD	Statistik	
				t_{hitung}	p
Skor Sentuhan Bola dalam Satu Set	Bola Lunak	9,354	6,652	2,311	0,023
	Bola Standar	6,338	5,352		

Dengan demikian terbukti bahwa ada perbedaan yang signifikan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putra kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan.



Dilihat dari reratanya (rerata panjang reli), pada kelompok siswa putra yang diberi pembelajaran pengenalan bermain bola voli dengan menggunakan bola lunak sebesar 9,354; sedangkan rerata pada kelompok siswa putra yang diberi pembelajaran dengan bola standar sebesar 6,338. Dengan demikian pembelajaran pengenalan bola voli siswa putra menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan bola standar.

Hipotesis ke dua yang diuji adalah: “ada perbedaan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putri kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan” Berdasarkan hasil analisis statistik dengan uji-t antar kelompok, ada perbedaan yang signifikan skor rerata sentuhan bola dalam satu set antara siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola lunak dengan siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola standar, dengan $p= 0,011$. Dengan demikian terbukti bahwa ada perbedaan yang signifikan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putri kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan.



Dilihat dari reratanya (rerata panjang rela), pada kelompok siswa putri yang diberi pembelajaran pengenalan bermain bola voli dengan menggunakan bola lunak sebesar 9,354; sedangkan rerata pada kelompok siswa putri yang diberi pembelajaran dengan bola standar sebesar 6,338. Dengan demikian pembelajaran pengenalan bola voli siswa putra menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan bola standar.

Hasil analisis pada siswa putra diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2,311 dengan $p < 0,05$ dan hal ini membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan skor sentuhan bola dalam satu set antara siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola lunak dengan siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola standar. Hasil tersebut membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putra kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan.

Adapun efektivitasnya, dapat dilihat dari rerata panjang rela, pada kelompok siswa putra yang diberi pembelajaran pengenalan bermain bola voli dengan menggunakan bola lunak sebesar 9,354; sedangkan rerata pada kelompok siswa putra yang diberi pembelajaran dengan bola standar sebesar 6,338. Hasil ini membuktikan bahwa pembelajaran

pengenalan bola voli siswa putra menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan bola standar.

Bermain adalah suatu keasyikan yang dipilih sendiri tanpa ada paksaan dari orang lain, terdapat kebebasan, pengharapan dan kesenangan (Suharsono dan Sukintoko, 1983:2). Oleh karena untuk siswa putra bermain dengan bola lunak menunjukkan panjang rela yang lebih tinggi, maka anak akan merasa lebih asyik dan senang bermain dengan bola lunak ketika diberikan pengenalan. Selain itu yang belum pernah dikenalkan, akan menjadi kenal bermain bola voli. Bermain bola voli tidak lagi menjadi paksaan, tetapi sukarela atau pilihan dalam aktivitas anak. Meskipun demikian kegiatan bermain tersebut baru sebagai pengenalan, dan untuk selanjutnya perlu dikembangkan ke arah permainan bola voli yang sebenarnya. Secara bertahap siswa dapat diarahkan ke permainan yang dengan teknik memvoli bola. Pada tahap awal masih menggunakan bola lunak, tetapi selanjutnya secara berangsur-angsur dapat digantikan dengan bola standar. Ketajaman pengamatan guru sangat diperlukan kapan untuk mengubah sedikit demi sedikit ke arah penggunaan teknik bola voli, dan juga bolanya.

Hasil analisis pada siswa putri diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2,602 dengan $p < 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan skor sentuhan bola dalam satu set, antara siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola lunak dengan siswa yang diberi pembelajaran bola voli dengan bola standar. Hal ini membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putri kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan.

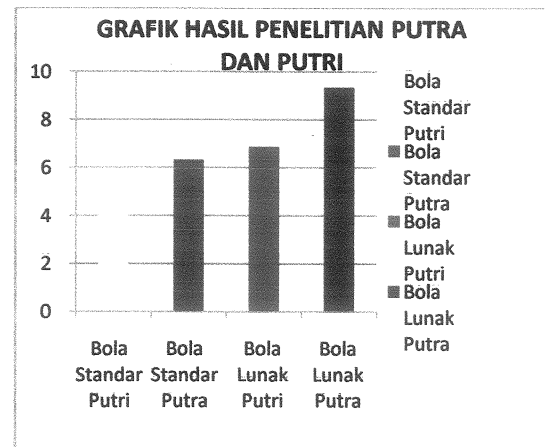
Efektivitas pengenalan bola voli tersebut, dapat dilihat dari rerata panjang rela pada masing-masing kelompok, pada kelompok siswa putri yang diberi pembelajaran pengenalan bermain bola voli dengan

menggunakan bola lunak sebesar 9,354; sedangkan rerata pada kelompok siswa putri yang diberi pembelajaran dengan bola standar sebesar 6,338. Hal ini membuktikan bahwa pembelajaran pengenalan bola voli siswa putra menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan bola standar.

Hasil untuk putri pada awalnya yang dikawatirkan tidak akan ada perbedaan, karena secara kondisi fisik ada kemungkinan berbeda dengan putra. Untuk putri ada kemungkinan mempunyai komponen kebugaran jasmani yang lebih rendah dari pada putra, mengingat kebiasaan atau budaya yang ada di masyarakat. Di lingkungan masyarakat sebagian besar orang tua menginginkan bahwa putri harus mempunyai sikap lebih halus dalam tingkah laku kesehariannya. Sebenarnya jika sama-sama dilatih terlepas dari kebiasaan atau budaya untuk siswa putra maupun putri, sebelum menginjak masa remaja akan mempunyai kebugaran yang tidak jauh berbeda. Kebugaran siswa putra dan putri akan sangat berbeda setelah masuk masa remaja.

Hasil analisis pada siswa putra maupun putri membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan, tentang efektivitas pengenalan bola voli dalam pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar, pada siswa kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan. Pembelajaran pengenalan bola voli menggunakan model bermain bola lunak lebih efektif dalam meningkatkan panjang reli dibandingkan dengan model pembelajaran menggunakan bola standar.

Hasilp penelitian ini membuktikan bahwa bermain dengan bola lunak untuk anak-anak Sekolah Dasar akan mendapatkan panjang reli yang lebih tinggi, dibandingkan dengan bola standar, baik pada siswa putra maupun siswa putri. Pengenalan bola voli dalam pembelajaran menggunakan model bermain bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan model bermain bola standar.



Jika dilihat dari panjangnya reli untuk putra, rata-rata dengan bola standar 6,338 dan bola lunak 9,354, sedangkan untuk putri rata-rata dengan bola standar 4,273 dan bola lunak 6,880. Untuk putra reli paling panjang dengan bola standar 27 dan bola lunak 28, sedangkan untuk putri bola standar 11 dan bola lunak 23. Dengan demikian baik untuk putra maupun untuk putri, pengenalan bola voli dengan bola lunak akan lebih efektif.

Menurut Witherington (1952) yang dikemukakan Makmun (1995:50) siswa kelas atas 9/10 tahun sampai 12/13 tahun, gemar membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama, dan tidak terikat lagi dengan aturan permainan tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri. Dengan demikian siswa kelas IV diberikan pendidikan jasmani dengan bola voli.

Hal di atas juga dikuatkan oleh Sugiyanto dan Sudjarwo (1992:101) bahwa, anak besar atau anak yang berusia antara 6 sampai dengan 10 atau 12 tahun, baik laki-laki maupun perempuan menyenangi permainan yang terorganisir dan permainan yang aktif dan minat terhadap olahraga kompetitif meningkat. Masih menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1992:127-128) aktivitas yang diperlukan dalam proses tumbuh kembang anak besar di antaranya adalah bermain dalam situasi berlomba atau bertanding dengan pengorganisasian yang

sederhana atau melakukan pertandingan kecabangan olahraga yang peraturannya disederhanakan, misalnya pertandingan voli mini. Dengan pengarahan dan pengelolaan aktivitas yang baik dari guru, aktivitas ini akan berdampak kepada peningkatan kepercayaan diri anak dan kebanggaan dirinya.

Masih menurut Horst Baacke (FIVB, 1999: 88) metode yang khusus diperlukan untuk berlatih bola voli bagi anak-anak. Pengenalan dengan bola lunak merupakan salah satu cara untuk membuat senang anak bermain bola voli. Anak-anak sejak usia 9 sampai 13 tahun dapat belajar teknik dan taktik dasar permainan bola voli. Anak-anak cukup bisa menikmati bentuk bermain sederhana dalam permainan bola voli dengan tingkat teknik yang cukup baik.

Anak usia 9 sembilan tahun di sekolah dasar banyak yang duduk di kelas III. Oleh karena itu perlu dipikirkan bagaimana jika permainan bola voli dikenalkan sejak kelas III. Horst Baacke (FIVB, 1989:92) sebagai tokoh bolavoli mini mengemukakan bahwa bola voli mini dapat dimulai sejak anak usia 8 tahun.

Dalam Petunjuk Teknis Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) Sekolah Dasar Tahun 2016, bahwa peserta (atlet) adalah siswa Sekolah Dasar yang kelahirannya setelah 1 Januari 2004, dan pada tahun ajaran 2015/2016 tidak berada di kelas VI (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016:7-8). Jika mengacu O2SN pengenalan bola voli dimulai kelas tiga akan lebih sesuai, karena nanti di kelas lima anak sudah mengenal bola voli paling tidak dua tahun. Dengan demikian kualitas pertandingan yang dilaksanakan dalam O2SN akan meningkat, karena siswa sudah dua tahun mengenal bola voli. Siswa kelas tiga atau usia sekitar tiga tahun sudah akan dapat menyesuaikan, sehingga akan dapat mengikuti aktivitas bola voli dengan senang.

Pengenalan bola voli perlu dilaksanakan dalam usia yang lebih dini, misalnya kelas II atau kelas II, hal ini mengingat bahwa putri setelah memasuki

usia remaja panggul akan melebar, timbunan lemak semakin banyak, dan juga mammae akan tumbuh lebih besar. Jika sudah demikian kebanyakan anak akan malu-malu dalam bergerak. Untuk anak semakin kecil perbedaan antara putra dan putri tidak begitu nampak. Oleh karena itu perlu, bahwa putri harus dibiasakan bergerak dengan lincah sejak kecil jika menginginkan anak kelak mempunyai kebugaran jasmani yang tinggi atau berprestasi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

(1) Ada perbedaan yang signifikan ($p=0,023$) pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putra kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan. Pengenalan bola voli dalam pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan menggunakan model bermain bola standar pada siswa putra kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan. (2) Ada perbedaan yang signifikan ($p=0,011$) pengaruh antara pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak dan bola standar terhadap efektivitas pengenalan bola voli pada siswa putri kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan. Pengenalan bola voli dalam pembelajaran menggunakan model bermain dengan bola lunak lebih efektif dibandingkan dengan menggunakan model bermain bola standar pada siswa putri kelas IV SD Negeri Pakem Kalasan.

Saran

Dari kesimpulan tersebut di atas, serta berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, serta manfaat penelitian ini disarankan beberapa hal sebagai berikut:

(1) Disarankan kepada manajemen Sekolah Dasar, khususnya Kepala Sekolah agar dapat menyediakan berbagai fasilitas dan perlalatan dalam pembelajaran olahraga, sehingga guru-guru dapat

menciptakan kreativitas dalam pembelajarannya. Pengadaan bola lunak yang harganya jauh lebih murah dari bola voli standar, perlu dilaksanakan karena tidak hanya untuk pengenalan bola voli saja, tetapi dapat digunakan berbagai cabang yang lain seperti sepak bola, bola tangan dan aktivitas bermain yang lain. (2) Kepada bapak/ibu guru Penjasorkes, khususnya di Sekolah Dasar dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pengenalan bola voli dengan catatan mempunyai ciri-ciri yang sama dengan sampel penelitian ini. (3) Dengan bola lunak permainan dapat dikembangkan menuju ke permainan bola voli mini, dengan mengubah peraturan bermain seperti: setelah menangkap bola tidak boleh melangkah, servis semakin menjauh dari net, bola ke tiga harus divoli, bola ke dua dan ke tiga harus di voli, keseluruhan bola harus di voli. Untuk itu perlu dikenalkan teknik-tekniknya sebelum bermain. (4) Kepada Peneliti Selanjutnya dapat meneliti dengan sampel kelas di bawahnya atau kelas III. (5) Peneliti selanjutnya dapat dengan angket, bagaimana tanggapan anak tentang bentuk bermain lempar tangkap menggunakan bola lunak dan bola standar.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachtar, 1998. *Buku Materi Pokok Permainan Bola Besar II Bola voli*. Jakarta, Universitas terbuka.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016. *Petunjuk Teknis Olimpiade Olahraga Siswa Nasional Sekolah Dasar tahun 2016*. Jakarta, Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah.
- FIVB, 1999. *Coaches Manual I*, Lausane, Federation International de Volley-ball.
- _____, 2009. *Coaches Manual*, Lausane, Federation International de Volley-ball.
- _____, 2011. *Coaches Manual*, Lausane, Federation International de Volley-ball.
- _____, 2012. *Official Volley ball Rules 2013-2016*. Lausane, Federation International de Volley-ball
- _____, 2014. *OFFICIAL VOLLEYBALL RULES 2015-2016*. Lausane, Approved by the 34th FIVB Congress 2014.
- Henj. K, 2017. *Kemampuan Menyerang Dengan Smash Atlet Bola Voli Putri Daerah Istimewa Yogyakarta Pda Pekan Olahraga Pelajar Wilayah 2016 di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ismaryati. (2006). *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UPT Penerbit dan Percetakan UNS
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016. *Petunjuk Teknis Olimpiade Olahraga Siswa Nasional Tahun 2016*. Jakarta Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah
- Nurjanah, 2016. *Perbedaan Tingkat Keberhasilan Receive Service Bola Float dan Top Spin Pada Tim Empat Besar Volleyball Women's World Cup 2015*. Yogyakarta, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Muhajir. (2003). *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*. Bandung: Yuditira.
- Muhammad Muslich. (2009). *Metode Pengambilan Keputusan Kuantitatif*. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Nurul Zuriah. 2005. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: Bumi
- Ristia Nur SR, 2012. *Meningkatkan Kerjasama Dalam Permainan Bola*

- Voli Melalui Latihan Modifikasi.
Yogyakarta, Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta.
- Sugiyanto dan Sujarwo, 1993.
*Perkembangan dan Belajar Motorik
Buku I*. Jakarta, Universitas Terbuka.
- _____, 1993. *Perkembangan dan Belajar
Motorik Buku II*. Jakarta, Universitas
Terbuka.
- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk
Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno HP, 1985. *Dasar-dasar
Permainan Bola Voli*. Yogyakarta
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Dasar-dasar
Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT.
Rineka Cipta.
- _____(2012). *Penelitian Tindakan Kelas*.
Jakarta. PT. BumiAksara