

PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN TEKNIK PASSING BAWAH EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMA NEGERI 1 GAMPING KABUPATEN SLEMAN

THE EFFECT OF TACTICAL APPROACH TRAINING TO IMPROVING TECHNICAL ABILITY OF FOREARM PASS ON VOLLEYBALL EXTRACULICULLAR AT SMA NEGERI 1 GAMPING DISTRICT SLEMAN

Oleh : Sulis Setiyono

Email : Suliscungek1994@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya kemampuan teknik dasar *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Gamping sehingga siswa kurang mampu dalam menguasai permainan bola voli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan teknik *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi dari penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler yang berjumlah 25 orang. Pengambilan data menggunakan tes dengan instrumen *bradday volley ball test*. Teknik analisis data menggunakan uji-t, melalui uji prasyarat normalitas dan homogenitas. Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji-t mendapatkan t_{hitung} sebesar 4,850 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,711 ($4,850 > 1,711$), sehingga menunjukkan perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan teknik *passing* bawah setelah diberikan perlakuan dengan pendekatan taktik. Peningkatan yang terjadi adalah sebesar 8,27%. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan pendekatan taktik terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman.

Kata kunci : pendekatan taktik, *passing* bawah, bola voli

Abstract

This research is based by the low ability basic technique of forearm pass extracurricular participants in SMA Negeri 1 Gamping so that students are less able to master the game of volleyball. The purpose of this research is to explain the effect of tactical approach training to improving technical ability of forearm pass on volleyball extracurricular at SMA Negeri 1 Gamping district Sleman. This research is an experimental research with one group pretest-posttest design. The population use in this research are students that participate on extracurricular amounting to 25 peoples. Data collection using test with bradday volleyball test instrument. Data analysis techniques use the t-test, through the prerequisite test of normality and homogeneity. The result of hypothesis test using t-test get t_{count} equal to 4,850 bigger than t_{table} equal to 1,711 ($4,850 > 1,711$), so it shows significant difference of ability forearm pass technique after given treatment with tactical approach. The increase is 8.27%. From these results can be concluded that there is a significant effect of the tactical approach training on improving the ability of forearm pass technique on extracurricular volleyball at SMA Negeri 1 Gamping Sleman regency.

Keyword : tactical approach, forearm pass, volleyball

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan dasar bagi seluruh umat manusia. Melalui pendidikan manusia belajar untuk menjadi individu yang utuh untuk membentuk peradaban dunia menjadi lebih baik. Definisi pendidikan berdasarkan Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.”

Melalui sebuah pendidikan manusia akan dapat mengembangkan potensi dirinya untuk dapat bersaing di dalam dunia yang kompetitif dan penuh persaingan.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani, permainan dan olahraga. Tujuan dasar dari pendidikan jasmani adalah meningkatkan kualitas kebugaran jasmani seseorang. Tujuan dari pendidikan jasmani di sekolah adalah adanya perubahan perilaku yang melekat. Perubahan yang terjadi dapat ditinjau dari beberapa aspek (kognitif, afektif, dan psikomotor). Berbeda dengan pendidikan lainnya, pendidikan jasmani lebih menekankan ranah psikomotor dibanding ranah kognitif dan afektif namun tetap saja ke 3 ranah tersebut menjadi tujuan dari pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani sendiri dilaksanakan disekolah tidak hanya dalam bentuk suatu pembelajaran, namun dapat juga ditemukan didalam ekstrakurikuler olahraga.

Permainan bola voli merupakan permainan dengan menggunakan bola besar. Permainan bola voli pada hakikatnya adalah memvoli bola dengan menggunakan seluruh anggota badan dan menyeberangkan melewati net ke lapangan lawan. Permainan bola voli merupakan permainan beregu dengan tujuan melewatkan bola secara teratur melalui atas net dan mencegah bola menyentuh lantai atau lapangan permainan. Setiap regu hanya boleh memvoli bola tiga kali dan tiap pemain tidak

melakukan sentuhan dua kali berturut-turut, kecuali ketika melakukan bendungan (*blocking*).

Ada beberapa gerak dasar dalam permainan bola voli yaitu: *passing* atas, *passing* bawah, *servis*, *block* dan *smash*. Semua gerak dasar tersebut dibutuhkan dan penting untuk dikuasai oleh siswa. Sebagai dasar untuk latihan peserta harus lebih dahulu mengenal *passing*.

Passing bawah merupakan gerak dasar yang paling awal diajarkan bagi siswa atau pemain pemula. *Passing* bawah merupakan suatu gerak dasar memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain bola voli dengan tujuan untuk mengarahkan bola yang dimainkan kesuatu tempat atau kepada teman. Agar siswa mampu melakukan *passing* bawah, *passing* atas, dan *servis* dengan baik benar harus dilakukan pembelajaran yang sistematis dan terprogram.

SMA Negeri 1 Gamping salah satu SMA yang ada di Kecamatan Gamping, yang beralamatkan di Banyuraden, Gamping, Sleman. Pembelajaran ekstrakurikuler yang ada di SMA Gamping ada dua yaitu ekstrakurikuler akademik dan ekstrakurikuler non akademik. Ekstrakurikuler akademik yang ada meliputi karya ilmiah dan pembuatan robot, sedangkan ekstrakurikuler non akademik yang ada meliputi bola voli, futsal, karate, bola basket dan tenis meja.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli termasuk kegiatan yang diminati oleh siswa SMA Negeri 1 Gamping. Kegiatan ekstrakurikuler bola voli dilaksanakan 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari Senin pukul 15.00 – 17.00 WIB dan hari Jumat pukul 15.00 – 17.00 WIB. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli sebanyak 25 orang yaitu putra sebanyak 13 orang dan putri sebanyak 12 orang. SMA Negeri 1 Gamping untuk kegiatan ekstrakurikuler bola voli belum memiliki prestasi yang cukup baik dalam mengikuti kejuaraan. Kejuaraan bola voli terakhir kali yang diikuti oleh tim ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping, yaitu pada tahun 2014. Kejuaraan tersebut adalah turnamen bola voli putra/putri antar SMA/SMK se-Prov DIY Gubernur AAU CUP III akan tetapi belum mendapatkan hasil yang maksimal.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 1 Gamping muncul berbagai masalah dari pesertanya sendiri yang belum mampu menguasai teknik dasar *passing* bawah. Saat melakukan *passing* bawah siswa mengalami kesusahan dalam sikap permulaan, sikap perkenaan dan sikap akhir sehingga dalam melakukan penguasaan *passing* bawah siswa sering mengalami kesusahan. Ketertarikan yang besar akan tetapi tidak dilatih secara maksimal, itu juga dapat mempengaruhi kemampuan teknik dasar *passing* bawah siswa.

Pelatih juga sangat berperan dalam pencapaian prestasi bola voli siswanya. Melalui program-program latihan yang terprogram akan meningkatkan prestasi secara tim maupun individu. Namun pelatih di ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping belum maksimal. Pada setiap pelaksanaan kegiatan hanya memfokuskan pada pemanasan dan permainan yang sesungguhnya. Tidak ada latihan-latihan yang mengarah pada peningkatan gerak dasar bermain bola voli. Pengenalan dan pelatihan gerak dasar tentunya akan membantu siswa dalam bermain bola voli.

Pelaksanaan proses latihan, pelatih seharusnya mempunyai inisiatif dalam menggunakan metode latihan. Sehingga latihan yang dilakukan memiliki permasalahan yang sama saat mereka melakukan permainan yang sesungguhnya. Pendekatan taktik menawarkan latihan yang terpusat pada siswa dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan permainan dengan didukung gerak dasar. Mengkombinasikan pemahaman taktik bermain dan gerak dasar, siswa akan belajar mengenal permainan secara utuh dengan tujuan memiliki pemahaman taktik untuk menjawab apa yang harus dilakukan dan memiliki kemampuan teknik bagaimana cara melakukannya. Apabila seseorang tidak memahami apa yang harus dilakukan, maka kemampuan gerak dasar yang benar dalam situasi permainan akan terganggu. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Peningkatan Kemampuan Teknik

Passing Bawah Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman”.

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Peningkatan Kemampuan Teknik Passing Bawah Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman”

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian pra eksperimen. Penelitian pra eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek selidik Arikunto, (2005: 207). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan bentuk *One Group Pretest and Posttest Desighn*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding (Arikunto, 2005 : 212). Desain ini dapat di gambarkan sebagai berikut:

$$O_1 \quad x \quad \rightarrow O_2 \rightarrow$$

Keterangan :

O_1 : *Pretest*

O_2 : *Posttest*

X : *Treatment* / perlakuan

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Gamping Sleman. Penelitian dilakukan pada tanggal 24 Februari – 28 April 2017.

Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli.

Desain Operasional Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2010: 17) Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap dalam suatu kegiatan penelitian yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Mempermudah dalam melakukan identifikasi dan pengukuran terhadap variabel penelitian perlu dilakukan definisi operasional variabel. Penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu pendekatan taktik sedangkan variabel

terikatnya adalah keterampilan *passing* bawah. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel dalam penelitian adalah latihan pendekatan taktik. Latihan yang dimaksudkan dalam penelitian ini merupakan latihan masalah taktik melalui sebuah permainan yang dilakukan oleh peserta didik. Sebagai contoh permainan 3 vs

2. Variabel terikat

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan *passing* bawah. Keterampilan *passing* bawah dalam penelitian ini secara operasional didefinisikan sebagai kemampuan siswa untuk dapat memantulkan bola ke tembok dengan jarak 2 meter dan ketinggian target untuk putra 315 cm dan untuk putri 300 cm dengan waktu melakukan 60 detik.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Menurut Hasan (2004: 19) yang dimaksud dengan data adalah suatu keterangan-keterangan tentang suatu hal yang dapat berupa sesuatu yang diketahui atau yang dianggap atau anggapan.

1. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan pada saat ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping dilakukan 2 kali seminggu yaitu pada hari Senin dan Jumat pada pukul 15.00 – 17.00. Dalam pengambilan data tersebut maka sebelum mendapatkan perlakuan peserta harus melakukan *pretest* dahulu kemudian diberikan perlakuan dan diakhir akan diadakan *posttest*. Cara pelaksanaan pengambilan data *pretest* dan *posttest* sebagai berikut:

1. Testi berdiri menghadap tembok sasaran dengan jarak 2 meter dan satu

satu peserta didik bertugas sebagai penghitung.

2. Testi mendengarkan aba-aba dari petugas.
3. Apabila ada aba-aba mulai testi baru melakukan dengan cara melemparkan bola kearah sasaran lalu selanjutnya melakukan *passing* bawah kearah sasaran.
4. Testi melakukan *passing* bawah kearah sasaran selama 60 detik dengan melakukan *passing* bawah sebanyak-banyaknya.
5. Apabila bola sulit dikuasai atau melenceng dari sasaran testi boleh memegang bola dan melakukan kembali sampai ada aba-aba berhenti dari petugas.

Penilainya

Menurut Ngatman (2001 : 9) skor dengan yang terbaik teknik *braddy volley ball test* dihitung berdasarkan jumlah bola yang sah mengenai garis sasaran selama 60 detik dan setiap bola yang sah diberikan skor 1. *Braddy volley ball test* untuk lemparan pertama tidak dihitung tetapi setelah melakukan lemparan dan melakukan *passing* bawah baru bisa mendapatkan skor. Tes *braddy volley ball test* dilakukan 2 kali kesempatan dan dipakai yang terbaik.

2. Instrumen

Menurut Arikunto (2002:126) yang dimaksud dengan instrumen adalah alat pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode pengumpulan data. Penelitian ini untuk lebih bisa spesifik mendekteksi kemampuan *passing* bawahnya saja pada peserta ekstrakurikuler bola voli maka alat tes yang digunakan adalah modifikasi *braddy volley ball test* dengan ketinggian untuk putra 315 cm dan putri 300 cm sedangkan lebar temboknya 125 cm.

Teknik Analisis Data

Sebelum melangkah ke uji-t, ada persyaratan yang harus dipenuhi oleh peneliti bahwa ada data yang dianalisis harus berdistribusi normal, untuk itu perlu dilakukan uji normalitas dan homogenitas

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan membandingkan *mean* antara *pretest* dan *posttest*. Apabila nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 ditolak, jika $t_{hitung} >$ besar dibanding t_{tabel} maka H_0 diterima.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

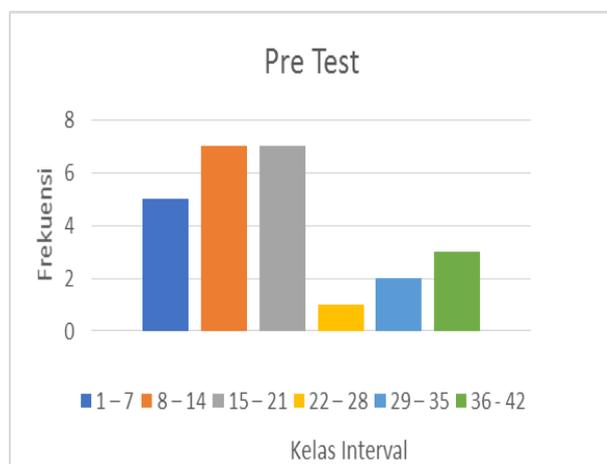
Hasil Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Gamping yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 25 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 24 Februari sampai 28 April 2017. Pretest diambil pada tanggal 24 Februari dan posttest pada tanggal 28 April 2017. Latihan dilakukan 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari Senin dan Jumat.

Hasil analisis deskriptif data *pretest* diperoleh nilai maksimum sebesar 39, nilai minimum sebesar 1, nilai *mean* 16,92, nilai *median* 15,00, Nilai modus sebesar 8 dan Standar deviasi sebesar 11,265. Hasilnya pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Tabel Deskriptif *Pretest*

Kelas	Frekuensi	Persentase	Frekuensi Kumulatif
36 – 42	3	12 %	25
29 – 35	2	8 %	22
22 – 28	1	4 %	20
15 – 21	7	28 %	19
8 – 14	7	28 %	12
1 – 7	5	20 %	5
	25	100	

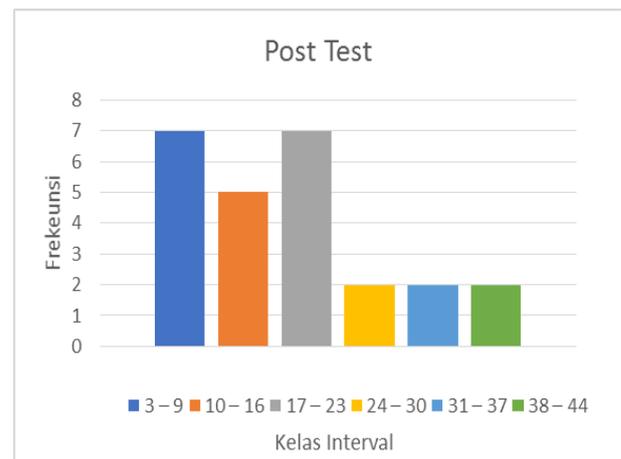


Gambar 1. Diagram Batang *Pretest*

Hasil analisis deskriptif data *posttest* diperoleh nilai maksimum sebesar 40, nilai minimum sebesar 3, nilai *mean* 18.32, nilai *median* 18.00, Nilai modus sebesar 5 dan Standar deviasi sebesar 11,164. Hasilnya pada Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Tabel Deskriptif *Posttest*

Kelas	Frekuensi	Persentase	Frekuensi Kumulatif
38 – 44	2	8	25
31 – 37	2	8	23
24 – 30	2	8	21
17 – 23	7	28	19
10 – 16	5	20	12
3 – 9	7	28	7
	25	100	



Gambar 2. Diagram Batang *Posttest*

1. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov. Hipotesis diuji dari sampel berdistribusi normal dengan membandingkan hasil *Asymp. Sig* dengan 0,05. Hipotesis diterima apabila *Asymp. Sig* lebih besar dari 0,05 sedangkan hipotesis ditolak apabila *Asymp. sig* lebih kecil dari 0,05. Hasilnya pada Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Normalitas

No	Variabel	<i>Asymp. Sig</i>	Kesimpulan
1	<i>Pre Test</i>	0,138	Normal
2	<i>Post Test</i>	0,200	Normal

Berdasarkan tabel diatas, hasil *Asymp. Sig* dari tabel *pre test* sebesar 0,138 dan *post test* sebesar 0,200. Karena nilai dari kedua variabel tersebut lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa dapat berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan Uji F. Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga F perhitungan (*F*hitung) dengan F dari tabel (*F*tabel) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan yang dipakai. Kriterianya adalah menolak hipotesis apabila harga F hitung lebih besar atau sama dengan harga F tabel dalam taraf signifikan yang dipakai, dalam hal lain tolak hipotesis.

Cara lain untuk menolak atau menerima hipotesis adalah dengan membandingkan harga signifikan hitung dengan 0,05. kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga signifikansi hitung lebih besar dari 0,05. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Uji Homogenitas

F hitung	Ftabel (0,05)(1,48)	Sig	Kesimpulan
0,195	4,04	0,661	Homogen

Dari perhitungan diperoleh harga *F*hitung sebesar 0,195, sedangkan *F*tabel ($\alpha = 0.05$)(1/48) sebesar 4,04. Karena harga *F*hitung lebih kecil dari harga *F*tabel, maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama diterima. Cara yang kedua dengan membandingkan harga signifikansi hitung dengan 0,05 diperoleh hasil signifikansi hitung sebesar 0,661 ($>0,05$). Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa varian populasi homogen.

2. Hasil Uji Hipotesis

Analisis data dilakukan dengan uji-t pada data kelompok *pretest* dan kelompok *posttest* hasil test *Braddy Volley Ball Test*. Uji ini akan membuktikan hipotesis mengenai pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan teknik *passing* bawah. Penerimaan atau penolakan hipotesis ditentukan dengan membandingkan nilai *t* hitung dengan nilai *t* tabel. Hipotesis diterima

apabila nilai *t* hitung lebih besar dari nilai *t* tabel dengan derajat kebebasan (*dk*) = *n*-1, dan taraf kesalahan 0,05. Mengetahui Pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman digunakan uji-t dua sampel sama atau *paired sample t-test*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Hipotesis

Kelompok	Rata-rata	T hitung	T(0,05)(24)	Sig
<i>Pre test</i>	16,92	4,850	1,711	0,000
<i>Post test</i>	18,32			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai *t* hitung sebesar 4,850 dan nilai *t* tabel adalah 1,711 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu *t* hitung lebih besar dari *t* tabel ($4,850 > 1,711$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah. Berdsarkan tabel diatas dapat diketahui juga nilai rata-rata *Pretest* adalah sebesar 16,92, sedangkan nilai rata-rata *Posttest* adalah sebesar 18,92.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *passing* bawah menggunakan metode pendekatan taktik dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah siswa peserta ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman.

Kesuksesan kegiatan ekstrakurikuler tidak lepas dari peran pelatih dalam memberikan latihan yang terprogram dan teratur sehingga dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain. Seorang pelatih atau guru juga dituntut mengetahui karakter atau kekurangan siswa dalam mengikuti kegiatan latihan sehingga dalam memberikan program latihan dapat menyesuaikan kekurangan dari siswa agar dapat berjalan dengan baik.

Berbedanya karakter dan kemampuan siswa dalam bermain disini pelatih atau guru harus dapat memberikan program latihan yang dapat dijalani semua siswa sehingga semua

siswa dalam mengikuti latihan dapat meningkatkan kemampuannya dalam bermain tanpa mengorbankan siswa yang lain. Program latihan yang sama antara siswa yang satu dengan yang lain diharapkan dapat meningkatkan kemampuan bermain.

Kegiatan yang bervariasi akan menciptakan suasana latihan yang menyenangkan bagi siswa sehingga dalam latihan siswa dapat mengikuti dengan antusias tanpa merasa bosan dan jenuh dalam mengikuti latihan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ini menunjukkan bahwa program latihan pendekatan taktik dengan metode permainan net dapat meningkatkan kemampuan teknik *passing* bawah siswa dalam bermain karena dalam pendekatan taktik siswa melakukan latihan menekankan taktik bermain.

Menurut Yudanto (2008 : 18) Pendekatan taktik dalam pembelajaran permainan merupakan sebuah pendekatan pembelajaran menekankan pada bermain dan belajar keterampilan teknik dalam situasi bermain. Pembelajaran pendekatan taktik ini siswa dapat mengembangkan kemampuannya dalam bermain serta dengan adanya latihan menggunakan pendekatan taktik siswa harus mengembangkan permainan menggunakan taktik sehingga siswa dituntut untuk berpikir lebih cepat dalam mengambil keputusan dalam bermain.

Latihan yang teratur dengan program latihan yang baik dengan pendekatan taktik metode permainan net siswa diharapkan dapat menguasai teknik dasar *passing* bawah sehingga dalam bermain siswa dapat melakukan permainan dengan baik. Latihan siswa diberikan model latihan yang bermain dengan menggunakan taktik sehingga siswa diharapkan mampu menguasai kemampuan teknik *passing* bawah dengan baik. Kemampuan dasar yang baik maka siswa akan mampu melakukan permainan bola voli dengan maksimal karena dapat menerapkan permainan dengan menggunakan taktik bermain.

Adanya hasil peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah disebabkan oleh program latihan yang diberikan pada siswa dengan menggunakan metode pendekatan taktik yang diberikan selama 16 kali pertemuan

dengan memfokuskan keterampilan teknik dan taktik. Apabila memiliki keterampilan bermain yang baik dengan didukung penguasaan teknik dan taktik dalam bermain maka siswa dapat mengembangkan keterampilan permainan lebih baik lagi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Gamping Kabupaten Sleman. Apabila dilihat dari t_{hitung} sebesar 4,850 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,711 ($4,850 > 1,711$), menunjukkan perbedaan yang signifikan terhadap kemampuan teknik *passing* bawah. Peningkatan yang terjadi sebesar 8,27% hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap peningkatan kemampuan teknik *passing* bawah memberikan pengaruh yang signifikan dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

Saran

1. Bagi guru, harus mampu menjadi panutan bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan kemampuannya.
2. Bagi siswa, agar lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran bola voli maupun permainan yang lainnya.
3. Bagi sekolah, agar menyediakan sarana dan prasarana olahraga, sehingga dapat meningkatkan kemampuan bermain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Edisi Revisi V*. Jakarta : Rineka Cipta
- _____ (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- _____ (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Hasan, I. (2004). *Desain Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Kemendikbud (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*.

Ngatman, S. (2002). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : FIK UNY

Yudanto (2008). *Impelementasi Pendekatan Taktik Dalam Pembelajaran Inovasi Games di Sekolah Dasar*. *Journal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 5, Nomer 2, November 2008)