

PENGARUH LATIHAN *DRILL* TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI SISWA KELAS VIII SMPN 3 MONTONG GADING

Suryansyah¹, Lalu Erpan Suryadi², M. Aldeni Rosiyandi³

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi

suryansah@hamzanwadi.ac.id, rfunlalu66@gmail.com, aldenirosiyandi@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII SMPN 3 Montong Gading. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Desain Penelitian ini yaitu desain *One Group Pre Test and Post Test Desain*. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan tes sebanyak 2 kali pengambilan yang dilakukan pada peserta sebelum mendapatkan perlakuan dan sesudah melakukan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini yaitu murid kelas VIII SMPN 3 Montong Gading. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh laki-laki kelas VIII yaitu sebanyak 26 siswa, dengan kriteria kelas VIII A sebanyak 13 siswa dan kelas VIII B sebanyak 13 siswa. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi, dokumentasi dan Tes Keterampilan. Hasil dari penelitian ini bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan *drill* terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading dengan nilai t hitung 16,78 dengan nilai signifikansi sebesar 5 %. Maka Hipotesis H_a yang mengatakan bahwa adanya pengaruh latihan *drill* terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli. Nilai rata-rata hasil servis bawah *pretest* sebesar 13.7 sedangkan *posttest* naik menjadi 39,1.

Kata Kunci: Bola Voli, Latihan *Drill*, Keterampilan Servis Bawah.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak yang sangat di butuhkan dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya untuk prestasi namun juga untuk kesehatan. Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala bentuk kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensipotensi jasmaniah bagi seseorang atau masyarakat melalui permainan, pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan karakter setiap individu. Olahraga merupakan salah satu hal yang terpenting dalam kehidupan manusia, karena dengan adanya olahraga maka seseorang bisa berpikir bahwa manfaat dalam berolahraga bisa meningkatkan semangat dalam kebutuhan kesehatan sehari-hari. Salah satu olahraga yang paling diminati untuk saat ini dari tingkat SD, SMP, SMA/SMK, perguruan tinggi, bahkan orang dalam usia lanjut yaitu bola voli. (Isman., et al. 2020:1).

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani (Rizal & Kasriman, 2020:74) Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat.

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah di lakukan oleh setiap orang (Duhe & Haryanto, 2021:6). Sebab, dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar – benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik yang harus dikuasai, teknik – teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing, block dan smash.

Servis merupakan awal dimulainya suatu permainan bola voli. Dalam melakukan servis ada beberapa macam cara atau model, yaitu : Servis bawah (*underhand server*), Servis atas (*overhead serve*), dan Servis lompat (*jump serve*) (Sari & Guntur, 2017:101). Servis bawah adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar (Widhiasto et al., 2020:182). Penggunaan metode pembelajaran yang tepat bagi siswa yang sedang belajar servis akan memudahkan pelaksanaan proses belajar mengajar guna mencapai tujuan yang ditetapkan (Sari & Guntur, 2017:102).

Adapun salah satu metode pembelajaran yang tepat bagi siswa yang sedang belajar servis akan memudahkan pelaksanaan proses belajar mengajar guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Adapun salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan servis bola voli yaitu metode *drill*. Metode *drill* salah satu metode pembelajaran yang dilakukan secara berulang-ulang, yang digunakan dalam menguasai gerakan secara bertahap untuk mencapai kemampuan dibidang olahraga (Zulkarnain et al., 2022:541). Dari metode pembelajaran tersebut memiliki karakteristik yang belum diketahui yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan proses pembelajaran dan keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading yang sedang dalam taraf belajar .

Dalam pembelajaran servis tentunya ada beberapa cara mulai dari sikap permulaan sikap normal, pelaksanaan perkenaan bola pada bagian pergelangan tangan dan gerakan

lanjut setelah ayunan lengan mengenai bola. Namun pada kenyataannya yang terjadi pada siswa SMPN 3 Montong Gading masih ada siswa yang belum mampu melakukan teknik dasar dengan baik terutama servis bawah. Permasalahan yang sering terjadi ketika siswa melakukan servis bawah kurang tepat sasaran, terkadang bola sering melenceng dari target yang dituju. Selain itu juga terkesan siswa melakukan servis asal-asalan yang penting bola melewati net dan jatuh di daerah lawan. Maka dari itu untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan inovasi dalam proses kegiatan belajar, salah satu inovasi yang dapat dilakukan yakni menggunakan latihan yang menarik dan tidak membosankan supaya siswa selalu bersemangat dan termotivasi ketika mengikuti pembelajaran. Model pembelajaran yang cocok guna meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli adalah latihan *drill*.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti akan melakukan penelitian tentang “ Pengaruh Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII SMPN 3 Montong Gading”.

METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen, desain dalam penelitian ini yaitu desain *One Group Pre Test and Post Test Design*. Populasi dalam penelitian ini yaitu murid kelas VIII SMPN 3 Montong Gading yang terdiri dari :

No	Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1	VIII A	13	7	20
2	VIII B	13	9	22

Tabel Jumlah Siswa Kelas VIII

Jenis sampel dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh laki-laki kelas VIII yaitu sebanyak 26 siswa, dengan kriteria kelas VIII A sebanyak 13 siswa dan kelas VIII B sebanyak 13 siswa. Untuk memperoleh data yang dikehendaki sesuai dengan permasalahan dalam skripsi ini, maka penulis menggunakan metode-metode sebagai berikut yaitu observasi, dokumentasi, dan tes keterampilan teknik servis bawah bola voli.

Instrumen Tes Servis Bawah pada Pembelajaran Bola voli sebagai berikut :

- a) Alat yang digunakan :
 - 1) Lapangan bola voli
 - 2) Net dan Tiang Net
 - 3) Tiang bambu 2 buah
 - 4) Tambang plastik 30 meter
 - 5) Bola voli 6 buah



- 1) Teste berada dalam daerah servis dan melakukan servis yang sah sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk servis.
- 2) Bentuk pukulan servis adalah bebas.
- 3) Kesempatan melakukan servis sebanyak 6 kali.

Skor setiap servis ditentukan oleh tinggi bola waktu melampaui jaring dan angka sasaran di mana bola jatuh.

- 1) Bola yang melewati jaring di antara batas atas jaring dan tali setinggi 50 cm ; skor adalah angka sasaran dikalikan tiga.
- 2) Bola yang melampaui jaring di antaraa kedua tali yang direntangkan ; skor adalah angka sasaran dikalikan dua.
- 3) Bola yang melampaui jaring yang lebih tinggi dari tali yang tertinggi ; skor adalah angka sasaran.
- 4) Bola yang menyentuh tali batas di atas jaring, dihitung telah melampaui ruang dengan angka perkalian yang lebih besar.
- 5) Bola yang menyentuh garis batas sasaran dihitung telah mengenai sasaran dengan angka yang lebih besar.
- 6) Bola yang dimainkan dengan cara yang tidak sah atau bola menyentuh jaring atau jatuh di luar bagian lapangan di mana terdapat sasaran, skor :0

Tabel Kriteria Ketuntasan Keterampilan Servis Bawah

4

SMPN 3 Montong Gading sebelum dan sesudah diberi perlakuan (treatment). Uji hipotesis menggunakan uji-t untuk sampel sejenis dengan taraf signifikan 5%. Menurut Burhan., dkk (2009:188) rumus uji t untuk adalah sebagai berikut :

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{(N \sum D)^2 - (\sum D)^2}{N - 1}}}$$

Keterangan :

N = Jumlah Siswa

t = Nilai t

$\sum D$ = Jumlah Perbedaan Antara Setiap Pasangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Hasil *Pretest* dan *Posttest* Servis Bawah

Hasil penelitian tersebut dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil *pretest* nilai minimum = 6, nilai maksimal = 39, rata-rata (mean) = 13,7, nilai yang paling sering muncul (modus) = 16, median (me) = 12, dengan simpangan baku (Std. Deviation) = 7,21. Sedangkan untuk hasil *posttest* nilai minimum = 27, nilai maksimal = 54, rata-rata (mean) = 39,1, nilai yang paling sering muncul (modus) = 37, median (me) = 37, dengan simpangan baku (Std. Deviation) = 7,65. Hasil dapat dilihat pada tabel berikut:

Statistik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Jumlah Siswa (N)	26	26
Nilai Minimum	6	27
Nilai Maximum	39	54
Mean	13,7	39,1
Median	12	37
Modus	16	37
Std. Deviation	7,21	7,65

Tabel Deskriptif Statistik Servis Bawah

a) Data Hasil *Pretest*

Sebelum siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading mendapatkan perlakuan (treatment), peserta terlebih dahulu diadakan *pretest*. Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan servis bawah siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading sebelum mendapatkan perlakuan (treatment). Adapun hasil dari tes tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi berikut ini:

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1	6 - 11	12	46,15
2	12 - 17	12	46,15
3	18 - 23	0	0
4	24 - 29	0	0
5	30 - 36	1	3,85
6	37 - 42	1	3,85
JUMLAH		26	100%

Tabel Deskriptif Hasil *Pretest*

b) Data Hasil *Posttest*

Setelah siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading mendapatkan perlakuan (treatment) dengan materi latihan drill, selanjutnya dilakukan tes. Tes ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan servis bawah siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading setelah mendapatkan perlakuan (treatment). Adapun hasil dari tes disajikan dalam distribusi frekuensi berikut ini:

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1	27 - 31	5	19,23
2	32 - 36	2	7,69
3	37 - 41	13	50
4	42 - 46	0	0
5	47 - 51	3	11,54
6	52 - 56	3	11,54
JUMLAH		26	100%

Tabel Deskriptif Hasil *Posttest*

2. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen

Data hasil perhitungan menggunakan korelasi *product moment* dengan hasil sebagai berikut :

Σx	Σy	Σx^2	Σy^2	Σxy	N	R hitung	R tabel
356	1.016	6.110	41.262	14.566	26	3,286	0,396

Tabel Data Hasil Uji Validitas dan Realinilitas Instrumen

Dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa nilai r hitung (3,286) > r tabel (0,396) berdasarkan uji signifikan 0.05, artinya bahwa instrumen tersebut diatas valid dan realibel.

3. Uji Prasyarat Analisis

a) Uji Normalitas

Data hasil perhitungan uji normalitas sebagai berikut:

	Mean	SD	Lhitung	Ltabel
<i>Pretest</i>	13,7	7,21	0,116	0,173
<i>Posttest</i>	39,1	7,65	0,126	0,173

Tabel Data Hasil Uji Normalitas

Menurut Setiawan dan Pepen (2008) apabila L hitung (Lh) kurang dari L tabel (Lt) maka data tersebut normal, dan bila L hitung (Lh) lebih dari L tabel (Lt) maka data tidak normal. Lt dengan $\alpha = 95\%$ dan N = 26 adalah 0.173. Data yang diperoleh dari *pretest* servis bawah sebelum diberi perlakuan dan *posttest* servis bawah setelah diberi perlakuan pada siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading pada tabel di atas, Lh *pretest* diperoleh hasil 0,116, Lh *posttest* 0,126. Dari data tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa distribusi hasil *pretest* dan *posttest* servis bawah adalah normal.

b) Uji Homogenitas

Setelah dilakukan perhitungan uji homogenitas menggunakan uji F dengan taraf signifikan 5% maka di peroleh :

	S^2	Lhitung	Ltabel	Keterangan
<i>Pretest</i>	7,03	1,122	1,955	Homogen

<i>Posttest</i>	7,89				
	D	D ²	T hitung	T tabel	Keterangan
<i>Posttest-Pretest</i>	660	18.240	16,78	1,70814	Signifikan

Tabel Data Hasil Uji Homogenitas

Dari data di atas di peroleh F_{hit} lebih besar dari pada F_{tab} , maka menurut Sugiyono (2010) jika F_h lebih kecil dari F_t ($F_h < F_t$), berarti H_0 yang menyatakan bahwa kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan atau memiliki varians yang sama, sehingga dengan kata lain kedua varians homogen.

4. Pengujian Hipotesis

Adapun hipotesis yang akan diuji kebenarannya dalam penelitian ini adalah:

Tabel Data Hasil Uji t

Hasil uji-t diperoleh nilai t hitung sebesar 16,78, dan nilai t tabel (0.05) (25) sebesar 1,70814. Oleh karena nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($16,78 > 1,70814$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *drill* terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading atau dengan kata lain hipotesis diterima.

Meskipun menunjukkan hasil yang kurang memuaskan pada *pretest* terjadi peningkatan keterampilan siswa pada *posttest*. Hal ini terlihat dari keterampilan siswa kelas VIII A dengan nilai rata-rata 38,9 (baik) dengan rincian keterampilan yang diperoleh oleh siswa pada *Posttest* (Setelah diberi perlakuan) adalah 23,07 % (3 orang siswa dengan kategori cukup), 53,86 % (7 orang siswa dengan kategori baik) dan 23,07 % (3 orang siswa dengan kategori baik sekali). Sedangkan pada *Pretest* (Sebelum diberi perlakuan) diketahui rata-rata 11,60 (kurang sekali), dengan rincian 69,23 % (9 orang dengan kategori kurang sekali), 30,77 % (4 orang dengan kategori kurang). sedangkan untuk kelas VIII B didapat nilai rata-rata sebesar 39,2 (baik) dengan rincian keterampilan yang diperoleh oleh siswa pada *Posttest* (Setelah diberi perlakuan) adalah 30,77 % (4 orang siswa dengan kategori cukup), 46,16 % (6 orang siswa dengan kategori baik) dan 23,07 % (3 orang siswa dengan kategori baik sekali). Sedangkan pada *Pretest* (Sebelum diberi perlakuan) diketahui rata-rata 15,7 (kurang), dengan rincian 38,47 % (5 orang dengan kategori kurang sekali), 46,15 % (6 orang dengan kategori kurang), 7,69 % (1 orang dengan kategori cukup, dan 7,69% (1 orang dengan kategori baik). Peningkatan keterampilan siswa terlihat dengan tidak adanya lagi siswa yang masuk dalam kategori kurang.

Berdasarkan pengujian hipotesis dengan uji-t diperoleh nilai t hitung sebesar 16,78, dan nilai t tabel (0.05) (25) sebesar 1,70814. Oleh karena nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($16,78 > 1,70814$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *drill* terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading atau dengan kata lain hipotesis (H_a) diterima.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa: ada pengaruh yang signifikan latihan *drill* terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli siswa kelas VIII SMPN 3 Montong Gading dengan nilai t

hitung 16,78 dengan nilai signifikansi sebesar 5 %. Maka Hipotesis Ha yang mengatakan bahwa adanya pengaruh latihan drill terhadap keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli. Nilai rera-rata hasil servis bawah *pretest* sebesar 13.7 sedangkan *posttest* naik menjadi 39,1.

Penerapan metode *drill* menurut hasil penelitian ini memberikan pengaruh dan dampak yang baik bagi hasil pembelajaran, baik dari segi keterampilan maupun proses pembelajaran. Maka dalam kesempatan ini peneliti memberikan saran kepada sesama guru penjaskes untuk mencoba metode pembelajaran di atas (*drill*) dengan lebih baik, sehingga hasil yang diharapkan juga lebih baik dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan pada penelitian berikutnya dengan materi dan metode lainnya. Dengan subjek penelitian yang lebih besar

DATAR PUSTAKA

- Burhan N. Gunawan & Marzuki. (2009). *Statistika Terapan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Deri Fabean (2023). Pengaruh Model Latihan Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Servis Bawah Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Ngawen. Universitas PGRI Semarang. Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VIII November 2023, hal 553 – 560
- Duhe, E. D. P., & Haryanto, A. I. (2021). Persepsi Kinestetik, Koordinasi Mata Tangan dan Motivasi terhadap Jump Smash. *Sporta Saintika*, 6(1), 1–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/sporta.v6i1.156>.
- Erwin., dkk (2019). *Pengaruh Latihan Teknik Passing Bawah Berpasangan dan Metode Drill Terhadap Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Citra FC Perjuangan Kabupaten Meranti*. Jurnal Online Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Reaksi. Vol-1, No-1.
- Isman., dkk (2020). Pengaruh Metode *Drill* Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler SMK Negeri Sengah Temila. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Untan Pontianak.
- Lubis, A.E & Agus Muhammad. Peningkatan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII-1 SMP Negeri 1 Aek Songsongan Asahan Tahun Ajaran 2016/2017 Melalui Variasi Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13 (2), 2017, 58 – 64.
- Mulyadi & Pratiwi (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Cetakan Pertama. Palembang-Indonesia
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan jasmani dan Penerapannya*. Jakarta Pusat : Dirjen Olahraga.
- Putro. D.E & Ismoko. A.P (2017). *Teknik Dasar Bola Voli*. Cetakan Pertama, LPPM Press STKIP PGRI Pacitan

- Ritahudin, A. & Hartati, S.B. (2016). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola Voli dengan Permainan Bola Pantul pada Siswa Kelas IV SD Negeri Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12, 52.
- Rizal, B. T., & Kasriman, K. (2020). Pengaruh Gaya Mengajar dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i2.1065>
- Rohendi Aep & Suwandar Etor. (2017). Metode Latihan dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum. ALFABETA Bandung.
- Sari, Y. B. C., & Guntur, G. (2017). Pengaruh metode latihan dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil keterampilan servis atas bola voli. *Jurnal Keolahragaan*. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12773>
- Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Metode Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Sujarwo (2020). *Efektif Drill's Dalam Bola Voli*. Fakultas Teknik UNY
- Yulia Ratimiasih (2021). *Pengaruh Latihan Drill dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Pada Bola Voli Putri*. *E-SPORT : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Reaksi*. Volume 1, Nomor 2.