

PENGARUH VARIASI GERAK MANIPULATIF DENGAN MEDIA BOLA SPON TERHADAP PENINGKATAN GERAK DASAR SERVIS BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA SEKOLAH DASAR

M Rizal¹, Ikhsan Mulya², Aprizal Fikri³, Ucok Hasian Rifiater⁴

^{1,2} Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

³ Universitas Bina Darma

⁴ Universitas Negeri Gorontalo

E-mail : mhd67231@gmail.com

ABSTRAK

Aktivitas pendidikan jasmani di tingkat Sekolah Dasar (SD) memiliki karakteristik berbeda dengan peserta didik usia dewasa. Oleh karena itu, penyusunan materi, metode pembelajaran, serta media yang digunakan harus disesuaikan dengan karakteristik usia anak. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah pemanfaatan media pembelajaran yang menyenangkan, seperti bola spon, yang sesuai dengan kemampuan motorik anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan variasi gerak manipulatif dengan media bola spon terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar servis bawah bola voli. Penelitian dilakukan di SDN Kedurus III Surabaya dengan menggunakan metode kuantitatif dan analisis data melalui uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media bola spon memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar servis bawah bola voli.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Servis Bawah Bola Voli, Bola Spon

ABSTRACT

Physical education activities at the Elementary School (SD) level have different characteristics from adult learners. Therefore, the preparation of materials, learning methods, and media used must be adjusted to the characteristics of the child's age. One approach used is the use of fun learning media, such as sponge balls, which are in accordance with children's motor skills. This study aims to determine the effect of using variations of manipulative movements with sponge balls on improving basic volleyball underhand service movement skills. The study was conducted at SDN Kedurus III Surabaya using quantitative methods and data analysis through paired t-tests. The results showed that the use of sponge balls had a significant effect on improving volleyball underhand service learning outcomes.

Keywords: Learning Outcomes, Volleyball Underhand Service, Sponge Balls

Koresponding Author : Muhammad Rizal

Email Address : mhd67231@gmail.com

Accepted : 06 Januari 2025

Published : 24 April 2025

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di tingkat SD berperan penting dalam mengembangkan aspek fisik, sosial, dan mental anak. Pembelajaran harus mempertimbangkan usia, tahap perkembangan, dan kemampuan motorik siswa. Salah satu tantangan utama dalam pembelajaran bola voli adalah penggunaan alat yang sesuai. Penggunaan bola standar sering kali menyebabkan ketakutan dan ketidaknyamanan pada siswa. Oleh karena itu, perlu media alternatif seperti bola spon yang lebih ringan dan aman. Penelitian ini

dilakukan untuk mengkaji efektivitas variasi gerak manipulatif menggunakan bola spon dalam meningkatkan kemampuan servis bawah pada siswa kelas IV SDN Kedurus III Surabaya.

Pendidikan merupakan investasi masa depan bagi setiap insan di dunia. Dengan pendidikan bisa membuka jendela kehidupan, meningkatkan dan melestarikan sumber daya manusia (SDM). Menurut teori Human Capital Dalam (Becker, 2012) mengemukakan bahwa “Pendidikan merupakan investasi yang meningkatkan produktivitas dan kompetitif, yang mengakibatkan upah lebih tinggi dalam pasar tenaga kerja”. Olahraga pendidikan dikenal dengan sebutan PJOK yaitu singkatan dari Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Pelajaran PJOK materinya membahas tentang berbagai macam cabang olahraga, yang membedakan adalah tingkatannya antara SD, SMP, dan SMA. Aktivitas untuk tingkat SD lebih mendominasi terhadap tingkat pertumbuhan, perkembangan, dan kematangan anak. Pendidikan jasmani pada anak SD merupakan pendidikan yang mencakup berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan anak. Aspek yang berpengaruh pada perkembangan dan pertumbuhan anak sangat dipikirkan, direncanakan, dan dilaksanakan dengan teliti mulai dalam merangkai materi pelajaran, metode pembelajaran, menyiapkan sarana prasarana, dan bagaimana cara menyajikan materi, pemberian tugas maupun penyederhanaan peraturan-peraturan dalam pembelajaran.

Aktivitas Pendidikan Jasmani pada siswa Sekolah Dasar (SD) berbeda dengan aktivitas jasmani pada anak dewasa karena anak bukanlah orang dewasa dalam sangat dipikirkan, direncanakan, dan dilaksanakan dengan teliti mulai dalam merangkai materi pelajaran, metode pembelajaran, menyiapkan sarana prasarana, dan bagaimana cara menyajikan materi, pemberian tugas maupun penyederhanaan peraturan-peraturan dalam pembelajaran. Pembelajaran pendidikan jasmani di SD harus disesuaikan dengan karakter, usia, dan kemampuan gerak anak. Dalam hal ini pembelajaran yang sesuai karakter SD yang pada dasarnya suka bermain dan dapat dimodifikasi berbentuk pada penggunaan media pembelajaran. Penggunaan media pembelajaran bertujuan untuk menciptakan pembelajaran yang menyenangkan sesuai karakter anak. Media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada SD dapat berbentuk media yang beragam seperti bola plastik dan bola spon sebagai alat untuk mempermudah pembelajaran disini saya mengambil media bola spon karena bentuk dan berat yang sesuai dengan kemampuan anak.

Dalam hal ini khususnya pada pembelajaran bola voli. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menyaberdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah. Memahami prosedur variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan/atau tradisional. Bola voli adalah salah satu permainan yang dipelajari di sekolah serta tidak diragukan lagi bahwa permainan bola voli sudah menjadi salah satu olahraga yang digemari masyarakat umum. Servis bawah merupakan awal dimulainya permainan dan tim yang mendapatkan poin atau angka dalam permainan bola voli. Karena biasanya digunakan sebagai langkah awal dalam menyusun serangan terhadap tim lawan kepada rekan satu tim. Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran.

Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya. Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai detik ini belum bisa memenuhi sarana bola tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal, misalnya dengan perbandingan 1 : 2 (1 bola untuk 2 orang). Hal ini bisa dimengerti, karena sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensi yang tinggi untuk di penuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan bola sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejala dan iklim yang tidak kondusif di sekolah. Oleh karena itu perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu

pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikasi untuk mengganti bola voli yang memang cukup mahal. Media alternatif modifikasi tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik bola, murah, banyak tersedia atau mudah didapat. Untuk mengetahui peningkatan efektifitas belajar servis bawah bola voli dengan media modifikasi bola spon untuk siswa kelas IV A Sekolah Dasar Negeri Kedurus III Surabaya. Bola spon merupakan bola yang ringan dan tidak sakit apabila digunakan pada anak usia Sekolah Dasar. Bola tersebut dipakai sesuai kemampuan gerak anak. Dengan bola tersebut diharapkan dapat mencapai hasil pembelajaran servis bawah yang sesuai dengan dasar pembelajaran di Sekolah Dasar yaitu dalam permainan bola voli. Pada penelitian ini materi permainan bola voli lebih ditujukan untuk pembelajaran servis bawah di Sekolah Dasar Negeri Kedurus III Surabaya, apabila menggunakan bola yang sesungguhnya maka diperoleh hasil yang kurang baik. Beberapa hal yang menjadi masalah adalah kondisi anggota badan bagian tangan pada anak yang masih dalam tahap pertumbuhan sehingga tangan terasa sakit apabila menggunakan bola yang standart.

Maka untuk mempermudah pembelajaran servis bawah bola yang digunakan harus sesuai dengan karakter dan kemampuan anak yakni bola yang dilapisi dengan bahan karet atau spon. Dalam pembelajaran bola voli, guru selalu menerapkan metode ceramah dan demonstrasi. Untuk mempermudah siswa melakukan pembelajaran servis bawah bola voli maka kondisi tersebut dipandang peneliti perlu diberi mengganti menggunakan dengan bola spon dalam melakukan servis bawah dengan sebuah bola spon dan untuk lapangan lapangan yang dimodifikasi yaitu lantai pada lapangan bola voli diberi angka manfaatnya yaitu permainan lebih menarik, pada waktu melakukan servis siswa bisa menempatkan bola dengan keinginan siswa dan memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks karena disamping menumbuhkan tanggung jawab, kejujuran, persaingan sehat dalam keterlibatan belajar. Selain itu rendahnya hasil belajar servis bawah siswa, kurangnya pemahaman dari siswa tentang maksud dan tujuan pendidikan jasmani sehingga pada proses pembelajaran belum semua berantusias untuk beraktivitas jasmani dan kurangnya pemahaman dari para siswa tentang arti pentingnya tubuh bugar dan sehat, sehingga selama mengikuti pendidikan jasmani para siswa hanya sekedar ikut dan memperoleh nilai. mengumpulkan data dalam penelitian (Maksum, 2012).

METODE

Dalam penelitian ini, jenis tes yang digunakan untuk mengetes pengaruh penggunaan media bola spon terhadap hasil belajar servis bawah bola voli pada siswa kelas IV-A Sekolah Dasar Negeri Kedurus III Surabaya yaitu pengetahuan dan keterampilan. Teknik analisis menggunakan uji T Paired Sampel t-test. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas IV-A SDN Kedurus III Surabaya yang berjumlah 30 siswa, dipilih menggunakan teknik cluster random sampling. Instrumen penelitian berupa tes praktik servis bawah bola voli sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data menggunakan uji paired t-test dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 17.0 untuk mengetahui signifikansi pengaruh perlakuan terhadap hasil belajar siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini dipaparkan hasil penelitian yang dilaporkan yang dilakukan secara kuantitatif sesuai dengan analisis yang sudah ditentukan dalam bab III. Perhitungan data dilakukan dengan dua cara yaitu secara manual dan menggunakan teknologi program komputer Statistical Package for Social Science for Windows Release 17.0 (SPSS 17.0). Dalam bab IV ini, deskripsi data yang disajikan berupa penentuan pada siswa kelas IVA Sekolah Dasar Negeri Kedurus III Surabaya, penghitungan uji persyaratan uji t, penghitungan penerapan model pembelajaran kooperatif terhadap hasil belajar servis bawah bola voli. 1. Uji Syarat Sebagai persyaratan untuk pengujian hipotesis pada statistik, dilakukan pengujian tentang asumsi distribusi normal. Dalam praktek, pengujian tentang asumsi ini menentukan jenis teknik analisis atau statistik uji yang akan digunakan. Pengujian asumsi distribusi normal bertujuan untuk mempelajari apakah distribusi sampel yang terpilih berasal dari sebuah distribusi populasi normal

atau tidak normal. Beberapa teknik penghitungan analisis seperti uji t, mensyaratkan perlunya asumsi distribusi normal.

Pada bagian ini akan dikemukakan pengujian hipotesis berdasarkan dari hasil tabulasi data yang diperoleh dari tes yang diberikan kepada responden. Kemudian hasil dari tabulasi data yang diolah dan dianalisis secara statistik untuk menguji hipotesis yang diuji sebelumnya. Analisis yang digunakan uji t test yaitu teknik statistik yang digunakan untuk menguji signifikansi sampel sejenis. Yang dimaksud dengan sampel sejenis bahwa distribusi data yang dibandingkan berasal dari kelompok subjek yang sama. Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan, maka uji analisis yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata (uji beda mean) dengan menggunakan analisis uji paired t test (sampel berpasangan). Nilai yang digunakan dalam penghitungan uji paired t test adalah nilai pre-test dan post-test

1. Hasil Uji Paired Sampel t Test Pembelajaran media bola spon.

a. Merumuskan hipotesis statistik

$H_0 : \mu = 0$, Berarti tidak ada pengaruh pembelajaran menggunakan media bola spon terhadap hasil belajar servis bawah bola voli.

$H_a : \mu \neq 0$, Berarti ada pengaruh yang signifikan pembelajaran menggunakan media bola spon terhadap hasil belajar servis bawah bola voli siswa.

b. Menentukan nilai kritis (ttabel)

Dipilih level of significant : 0,05 (5%)

Derajat bebbas pembagi (df) = $n - 1 = 30 - 1 = 29$ Nilai ttabel = 1,699

c. Nilai statistik t (thitung) Berdasarkan penghitungan dengan menggunakan rumus paired sampele t test diperoleh nilai thitung sebesar 34,913

Kriteria pengujian :

H_0 ditolak dan H_a diterima jika thitung > ttabel

H_0 diterima dan H_a ditolak jika thitung < ttabel

Pembahasan ini akan membahas tentang penerapan pembelajaran menggunakan media bola spon terhadap hasil belajar servis bola voli. Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian, diketahui bahwa: Dari temuan di lapangan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam melakukan servis bawah bola voli dikarenakan siswa merasa takut melakukan servis. Pada waktu pembelajaran bola voli materi servis dengan bola standart siswa enggan melakukan servis. Maka dari itu peneliti melakukan variasi gerak manipulatif dengan media bola spon tujuannya untuk memudahkan dalam pembelajaran bola voli khususnya servis.

Dari temuan penelitian yang terdahulu kebanyakan hanya menerapkan pembelajaran menggunakan media bola plastik atau bola spon. Pada penelitian ini juga menerapkan media menggunakan bola spon tetapi juga memodifikasi bentuk lapangan juga untuk variasi gerak manipulatif untuk siswa Sekolah Dasar. Dari hasil penelitian yang dilaksanakan peneliti dilapangan siswa merasa nyaman melakukan servis dengan menggunakan media bola spon dan variasi gerak manipulatif. Sebelum pelaksanaan penelitian atau pengambilan nilai maka peneliti memberikan pengarahan tentang pelaksanaan pretest dan posttest serta maksud dan tujuan, (dalam pretest dan posttest yang diberikan sama) Pelaksanaan pretest dan posttest melakukan servis tangan bawah bola voli sebanyak 6 kali servis. Dari hasil uji t untuk pembelajaran servis bawah bola voli mendapatkan nilai thitung 34,913 > nilai ttabel 1,699. Dengan kata lain bahwa pemberian pembelajaran media bola spon ternyata berpengaruh terhadap hasil belajar servis bawah bola voli. Pada pembelajaran bola voli terjadi peningkatan sebesar 34,19% adalah signifikan dan dapat diberlakukan (digeneralisasikan) ke populasi. Hal ini menjadi bukti bahwa pemberian pembelajaran menggunakan media bola spon berpengaruh terhadap hasil belajar servis bawah bola voli.

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk, data berdistribusi normal. Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai t_hitung sebesar 34,913, lebih besar dari t_tabel sebesar 1,699. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan media bola spon memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar servis bawah. Penggunaan bola spon membuat siswa

merasa lebih aman dan percaya diri dalam melakukan gerakan servis bawah. Selain itu, modifikasi lapangan dengan angka memudahkan siswa dalam menempatkan bola dan meningkatkan minat belajar.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran berupa bola spon dengan variasi gerak manipulatif secara signifikan meningkatkan hasil belajar gerak dasar servis bawah bola voli pada siswa kelas IV-A SDN Kedurus III Surabaya. Media bola spon terbukti lebih sesuai dengan karakteristik fisik dan psikologis anak usia sekolah dasar karena sifatnya yang ringan dan aman. Peningkatan yang diperoleh menunjukkan bahwa media ini mampu mengatasi hambatan psikologis siswa terhadap bola standar dan menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan efektif.

REFERENSI

- Alter, M. J. (1999). *300 Teknik Peregangan Olahraga* (- (ed.); cet. 2). Jakarta Raja Grafindo Persada 1999. <https://doi.org/>
- Aprilia, K. N. (2018). Analisis penerapan prinsip-prinsip latihan terhadap peningkatan kondisi fisik atlet bulu tangkis PLOP Jawa Tengah tahun 2017/2018. *Journal Power Of Sports*, 1(1), 55. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i1.2210>
- Becker, J. C. (2012). The System-Stabilizing Role of Identity Management Strategies: Social. *Journal of Personality & Social Psychology*, 103(4), 647–662.
- CHEN, H. L., WU, C. J., & CHEN, T. C. (2008). Physiological and Notational Comparison of New and Old Scoring Systems of Singles Matches in Men's Badminton. *Asian Journal of Physical Education & Recreation*, 17(1), 6–17. <https://doi.org/10.24112/ajper.171882>
- Giyanto, T., Sutjana, I. D. P., & Boleng, L. M. (2013). Pelatihan Peregangan Statis Lebih Meningkatkan Kelentukan Dari Pada Pelatihan Peregangan Dinamis Pada Sma Negeri Kupang Timur. *Sport and Fitness Journal*, 1(2), 3–9.
- Grice, T. (2002). *Bulutangkis: petunjuk praktis untuk pemula dan lanjut*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada. (- (ed.)). PT RajaGrafindo Persada, 1996. <https://doi.org/>
- Harsono. (1988). *Choaching Aspek-aspek Psikologi dalam coaching*. Jakarta: CV. Tambuk Kusuma (- (ed.)). Tambak Kusuma : Jakarta., 1988. <https://doi.org/>
- Hussain, S., & Ahmad, B. (2011). Some properties of soft topological spaces. *Computers and Mathematics with Applications*, 62(11), 4058–4067. <https://doi.org/10.1016/j.camwa.2011.09.051>
- I Nyoman Sudarmada. (2015). *Biomekanika Olahraga* (- (ed.); cet. 1). Yogyakarta : Graha Ilmu, 2015. <https://doi.org/>
- Imam Hidayat. (1996). *Biomekanika. Bandung: FPOK-IKIP* (- (ed.)). Bandung Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP , 1996. <https://doi.org/>
- Khusharyati, Y. (2010). Perbedaan Pengaruh Latihan Berbeban dan Panjang Tungkai cabang Solo. *Pendidikan Olahraga*. <https://doi.org/>
- Khorul Umam, A., & Widodo, A. (2017). Analisis Keterampilan Teknik Bermain Pada Permainan Tunggal Dan Ganda Putra Dalam Cabang Olahraga Bulutangkis. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(3), 1–8.
- Maksum, A. (2012). *Toaz.Info-Ali-Maksum-2009-Methodologi-Penelitian-Dalam-Olahragapdf-Pr_442a8F18Cf942Ce676E91D98E7E97007.Pdf*.
- M. Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (- (ed.)). Jakarta Depdikbu. <https://doi.org/>
- Rian Ahmad Jani, Drs. Slamet, M. Kes, AIFO, D. Y. S. P. (n.d.). *the Effect of Front Split Exercise for Leg Extension Self Defence*. X, 1–8.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Jogja Global Media. (- (ed.)). Jogja Global Media , 2013. <https://doi.org/>
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. (- (ed.)). -. <https://doi.org/>
- Uram, P. (1986). *Latihan Peregangan*. Terjemahan Engkos Kosasih dan Iskandar Z.A. (- (ed.)). Akademika Pressindo. <https://doi.org/>
- Zhannisa, U. H., & Sugiyanto, F. (2015). Model Tes Fisik Pencarian Bakat Olahraga Bulutangkis Usia Di Bawah 11 Tahun Di Diy. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 117–126. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4974>