



Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI
ISSN: 2442-5133, e-ISSN: 2527-7227
Journal homepage: <https://syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/ibtida>
Journal email: alibtida@syekhnurjati.ac.id

Al Ibtida

Pengaruh Metode *Drill* dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang)

Yuni Astuti*

*Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Bung Hatta Kota Padang
Email: uty.pjkrubh2014@gmail.com

Received 22 January 2017; Received in revised form 16 February 2017; Accepted 13 March 2017

Published online 20 June 2017

Abstrak

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan bahwa 19 siswa dari 32 siswa (59%) siswa belum memiliki keterampilan bermain bola voli mini yang baik. Masalah tersebut kemungkinan terjadi karena kurang tepatnya metode latihan yang digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh metode *drill* dan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimen semu (*quasi-experiment*). Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli mini yang berjumlah 64 siswa, sedangkan sampel diambil dengan *purposive sampling* sehingga sampel yang digunakan berjumlah 35 orang. Tes yang digunakan adalah tes keterampilan bermain bola voli mini yang terdiri dari tes servis, *passing* bawah dan *passing* atas. Data dianalisis dengan menggunakan uji - t. Hasil analisis data ditemukan bahwa: (1) metode *drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa ($t_{hitung} = 19,23 > t_{tabel} = 2,13$). Nilai rata-rata tes awal metode *drill* diperoleh 50,00 dan tes akhir 78,92. Artinya terdapat peningkatan sebesar 28,92. (2) metode bermain memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa ($t_{hitung} = 13,01 > t_{tabel} = 2,13$). Nilai rata-rata tes awal metode bermain diperoleh 50,00 dan tes akhir 63,65. Artinya terdapat peningkatan sebesar 13,65. (3) terdapat perbedaan antara metode *drill* dan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa ($t_{hitung} = 7,02 > t_{tabel} = 2,13$). Nilai rata-rata tes akhir metode *drill* adalah 78,92 dan metode bermain 63,65. Artinya terdapat perbedaan sebesar 15,27.

Kata kunci: *metode drill, metode bermain, keterampilan bermain bola voli mini*

Abstract

The field observations conducted by the writer reveal that 19 out of 32 students (59%) elementary students have less skill in playing mini volley ball. This problem might be because of using inappropriate training method. This research aimed at uttering the effect of drill method and play method on skills of playing mini volleyball for students at elementary school 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. The type of this research is quasi experiment. The population was 64 students who attended extracurricular in mini volley ball program. Samples were drawn with purposive sampling technique, eventually, this study had 35 samples. The data were analysed by t-test score of mini volleyball skills, which consists of test of service, forearm pass dan overhead pass. Analysed of data using by t-test. The result of the data analysis showed that (1) drill method significantly affected on skills of playing mini volleyball for students ($t_{\text{score}} = 19,23 > t_{\text{table}} = 2,13$). The mean of pre test of drill method is 50,00 and post test 78,92. It means there is a significant improvement 28,92. (2) play method significantly affected on skills of playing mini volleyball for students ($t_{\text{score}} = 13,01 > t_{\text{table}} = 2,13$). The mean of pre test of play method is 50,00 and post test 63,65. It means there is a significant improvement 13,65 (3) there was a different effect between drill method and play method on skills of playing mini volleyball for students at elementary school 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang ($t_{\text{score}} = 7,02 > t_{\text{table}} = 2,13$). The mean of post test of drill method is 78,92 and play method is 63,65. It means there is a difference 15,27.

Keyword: *drill method, play method, skills of playing mini volley ball*

PENDAHULUAN

Upaya untuk mengubah atau mematangkan sumber daya manusia salah satunya yaitu melalui pembinaan dengan kegiatan olahraga pada generasi muda. Olahraga ini terdiri dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi, olahraga amatir, olahraga professional dan olahraga penyandang cacat. Tetapi dalam penelitian ini akan dibahas yaitu tentang olahraga pendidikan yang maksudnya adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, kemampuan, kesehatan dan kebugaran jasmani siswa yang mengikuti kegiatan olahraga tersebut.

Permainan bola voli mini merupakan permainan yang dimainkan di atas lapangan kecil dengan 4 pemain tiap-tiap tim dan mempergunakan peraturan sederhana. Pembinaan dan pengembangan permainan bola voli mini merupakan salah satu usaha untuk menerapkan teknik-teknik dasar bola voli sedini mungkin kepada anak-anak usia 9-13 tahun melalui bola voli mini. Selanjutnya tujuan dari pembinaan dan pengembangan bola voli mini ini agar anak-anak mengenal, menyenangi dan dapat bermain bola voli dengan baik.

Teknik permainan bola voli mini yang dipelajari di Sekolah Dasar sama dengan teknik yang diberikan pada orang dewasa dan hanya saja diberikan dalam bentuk-bentuk latihan yang

disesuaikan dengan karakteristik anak Sekolah Dasar yang senang bermain. Menurut Erianti (2011) “teknik-teknik dalam permainan bola voli meliputi: servis, *passing*, umpan (*set-up*), *smash (spike)*, dan bendungan (*block*)”.

Syafruddin (2011: 125-126) berpendapat bahwa yang dimaksud dengan teknik adalah “suatu cara yang digunakan atau dikembangkan oleh seseorang untuk menyelesaikan/memecahkan suatu tugas gerakan dalam olahraga secara efektif dan efisien”. Sesuai dengan pendapat ahli tersebut jelaslah bahwa penguasaan seseorang terhadap suatu teknik olahraga merupakan gambaran tingkat kemampuan yang dimilikinya. Pentingnya penguasaan teknik permainan bola voli mini di Sekolah Dasar sebagai gambaran tingkat kemampuan dan keterampilan yang dimiliki adalah untuk menghadapi Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) khususnya pada cabang olahraga bola voli mini. Agar dapat menguasai keterampilan bermain bola voli, siswa harus berlatih secara benar dan kontinyu terhadap semua faktor yang menentukan atau mempengaruhi penguasaan keterampilan bermain bola voli mini tersebut.

Salah satu faktor yang sangat penting dalam proses kepelatihan untuk mencapai mutu prestasi dalam suatu cabang olahraga yaitu dengan latihan atau *drill*. Menurut Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PP PBVSI) (1995:6) *drill* adalah “suatu proses penyempurnaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan diberi beban-beban fisik, teknik, taktik dan mental secara teratur, terarah, meningkat, bertahap dan berulang-ulang waktunya”. Pada hakekatnya latihan adalah suatu aktivitas yang dilakukan dengan tujuan tertentu yang dilakukan secara berulang-ulang. Latihan atau *drill* yang diberikan oleh pelatih adalah benar-benar bermanfaat dan sesuai dengan kebutuhan atlet, koreksi yang tepat dan konstruktif selalu diberikan manakala atlet melakukan kesalahan-kesalahan, pengawasan terhadap setiap detil gerakan dilakukan secara teliti, dan disetiap kesalahan gerak segera diperbaiki (Lutan, 1991:98).

Selain metode drill, untuk dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli yaitu dengan jalan metode bermain. Maksudnya adalah dengan cara memodifikasi permainan ini merupakan pengembangan bentuk-bentuk permainan yang mengarahkan pada penguasaan teknik dasar bola voli yang sederhana sehingga mudah dipahami serta dapat menarik guna mempermudah siswa dan pelatih dalam proses latihan. Hutasuhut (1985:34) berpendapat bahwa “dalam pengajaran olahraga permainan memakai strategi suatu rangkaian permainan ini, jalannya pengajaran diurutkan dari bentuk-bentuk permainan yang sederhana dan mudah keurutan yang lebih sulit dan kompleks sampai kepada bentuk permainan yang sebenarnya

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di lapangan terhadap siswa kelas empat dan kelas lima bahwa masih banyak siswa yang belum memiliki keterampilan bermain bola voli

mini yang begitu baik. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan guru olahraga yang mengajar di sekolah tersebut. Contohnya saja pada waktu melakukan servis terlihat bahwa bola yang dipukul tidak sampai melewati net kemudian sering melenceng ke kiri dan ke kanan sehingga tujuan servis untuk mendapatkan angka tidak tercapai dengan baik. Bila diperhatikan pada saat melakukan *passing* seperti *passing* bawah, jalan bolanya tidak parabola atau tidak sampai pada suatu tempat yang dituju. Selanjutnya untuk *passing* atas banyak kesalahan teknik yang terlihat misalnya saja pada saat sentuhan dengan bola jari-jarinya terlalu kaku dan bola tertahan. Kadang-kadang bila dilihat dari sisi peraturan yang melakukan *passing* atas tersebut ada sentuhan ganda sehingga bola mati.

Meskipun demikian, ketiga teknik dasar tersebut mempunyai karakteristik yang berbeda, namun ketiganya ditentukan oleh faktor-faktor antara lain: kemampuan kondisi fisik yang belum begitu baik, ketersediaan sarana dan prasarana, status gizi yang kurang mendukung untuk mengikuti proses pembelajaran yang menuntut adanya kerja fisik dalam batas waktu tertentu, kemampuan intelegensi dalam menerima ilmu yang diberikan, kemampuan motorik yang dimiliki siswa, metode *drill* dan latihan melalui metode bermain. Semua faktor yang dikemukakan ini dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam mempelajari dan menguasai suatu bentuk keterampilan bermain bola voli.

Selanjutnya faktor-faktor yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya, rendahnya keterampilan bermain bola voli siswa disebabkan karena guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) dalam memberikan latihan tidak memiliki program latihan yang terstruktur dan latihannya tidak kontinu. Hal ini terlihat dari metode yang digunakan guru tidak jelas, karena siswa hanya diberikan bola kemudian disuruh bermain sampai jam latihan berakhir tanpa memberikan koreksi dan bimbingan di lapangan.

Metode drill dan metode bermain dipilih sebagai bentuk untuk penerapan peningkatan keterampilan bermain bola voli mini. Hal ini dengan pertimbangan bahwa kedua bentuk metode ini sesuai dengan perkembangan jiwa anak yang sangat senang bermain dan karakteristik siswa Sekolah Dasar yang belum bisa diberikan bentuk-bentuk latihan dengan beban luar dan tuntutan kondisi fisik yang lebih spesifik. Bentuk latihan yang berkualitas itu dilihat dari pemilihan metode yang tepat, dalam arti lain sesuai dengan situasi dan kondisi siswa yang dapat berdampak pada pencapaian kemampuannya. Diharapkan nantinya dengan memberikan perlakuan dua metode ini dapat memberikan kontribusi atau sumbangan dalam keterampilan bermain bola voli siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

Metode *drill* yaitu cara belajar yang lebih menekankan kepada penguasaan teknik dengan melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan secara berulang-ulang agar terjadinya otomatisasi gerakan. Oleh karena itu dalam metode *drill* ini diharapkan siswa dapat

meningkatkan keterampilan bermain bola voli secara baik. Kelebihan metode *drill* ini dalam teknik bola voli seperti servis, *passing* bawah, *passing* atas yang dilakukan secara berulang-ulang membuat siswa menjadi terampil melakukannya dan dapat dikatakan mereka memiliki keterampilan bermain bola voli tersebut. Kekurangan dari metode *drill* ini membuat siswa kurang terangsang atau termotivasi untuk mengembangkan kemampuan berfikirnya karena dalam setiap melakukan gerakan berdasarkan instruksi dan petunjuk serta arahan yang diberikan oleh guru.

Sementara itu, metode bermain merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan keterampilan bermain bola voli. Melalui metode bermain bola voli dapat berupa memberikan bentuk-bentuk permainan dengan cara memodifikasi permainan seperti memperkecil lapangan, membatasi jumlah siswa, memakai alat latihan yang sesuai dengan pertumbuhan siswa dan menyederhanakan peraturan. Di samping itu dengan metode bermain dapat diarahkan kepada ketiga teknik dasar bola voli tersebut. Kelebihan dari metode bermain dapat menjadikan siswa berpartisipasi aktif, adanya perasaan senang dan kemauan yang tinggi dalam mengikuti latihan karena merasa adanya persaingan. Melalui metode bermain diharapkan dapat memberikan perubahan dan kemampuan teknik yang diaplikasikan dalam permainan. Namun kekurangan dari metode bermain ini yaitu akan sulit untuk melakukan koreksi terhadap gerakan yang dilakukan oleh siswa karena dalam bentuk gerakan permainan.

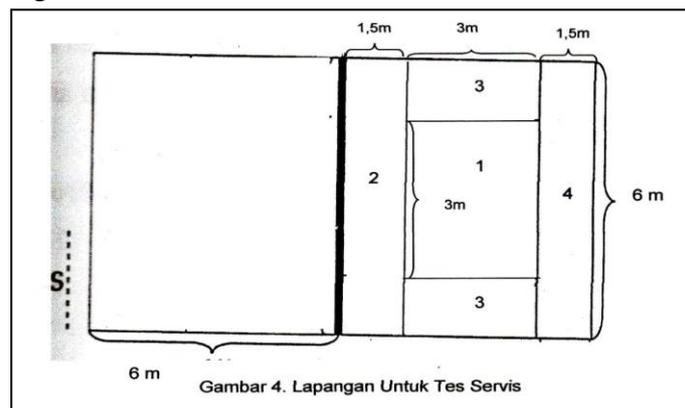
Berdasarkan dua metode yang telah dikemukakan, maka jelaslah bahwa dengan memberikan perlakuan dengan menggunakan metode *drill* dan metode bermain dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini siswa. Pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian terhadap siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Penelitian ini berupa eksperimen yaitu dengan memberikan perlakuan terhadap siswa yang mengambil kegiatan ekstrakurikuler bola voli mini dengan dua metode yaitu metode *drill* dan metode bermain.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi-exsperiment*). Sebelum diberikan perlakuan terhadap sampel terlebih dahulu diberikan tes awal yang bertujuan untuk memperoleh data awal tentang keterampilan bermain bola voli SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Selanjutnya sampel dibagi menjadi dua kelompok dengan cara *ordinary matched pairing* agar kedua sampel ini tergolong homogeny. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli mini di SD

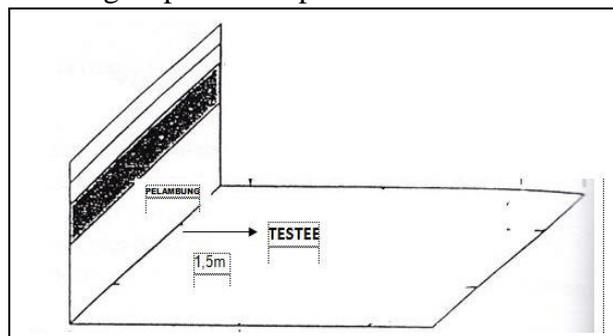
Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang yang berjumlah sebanyak 127 orang siswa yang duduk di kelas IV, V dan VI. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*. Artinya teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, sehingga sampel dalam penelitian ini yaitu siswa puteri kelas IV dan V yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang berjumlah sebanyak 35 orang siswa puteri.

Sementara itu, teknik pengumpulan data yang digunakan diantaranya adalah (1) tes servis. Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan servis. Alat dan fasilitas yang digunakan meliputi lapangan bola voli mini, net dan tiang net, dan bola voli mini nomor 4 dengan berat 220 gram – 240 gram sebanyak 3 buah. Penilaian tes servis ini yaitu dengan menghitung jumlah bola yang diservis yang masuk ke dalam lapangan servis. Untuk lebih jelasnya pelaksanaan tes servis, maka dapat dilihat pada gambar 1 berikut:



Gambar 1. Lapangan Tes Servis

Teknik pengumpulan data yang kedua yaitu dengan tes *passing*. Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur keterampilan *passing* bawah dan *passing* atas. Alat dan fasilitas yang perlu digunakan diantaranya adalah lapangan bola voli beserta net, bola voli mini nomor 4 dengan berat 220 gram – 240 gram sebanyak 3 buah dan meteran. Adapun cara penilaian dari tes ini adalah dengan menghitung jumlah bola voli mini yang di *passing* atas maupun *passing* bawah yang secara sah sesuai dengan peraturan permainan bola voli selama satu menit (Lihat pada gambar 2 berikut:



Selanjutnya standar penilaian didasarkan pada nilai rata-rata dan standar deviasi yang dihasilkan oleh kelompoknya dengan menggunakan acuan norma menurut Winarno (2004: 186) yakni sebagai berikut:

Baik Sekali	Mean + 1,5 SD Ke atas
Baik	Mean + 0,5 SD -- Mean + 1,5 SD
Sedang	Mean – 0,5 SD -- Mean + 0,5 SD
Kurang	Mean – 1,5 SD -- Mean – 0,5 SD
Kurang Sekali	Kurang dari Mean – 1,5 SD

Deskripsi data dan pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan memakai statistik inferensial dengan rumus uji t. Sebelum dilakukan analisis uji t, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan analisis, yaitu normalitas data dan uji t hanya dapat digunakan untuk menguji perbedaan mean dari dua sampel yang diambil dari populasi yang normal dan kelompok yang homogen. Setelah uji persyaratan analisis dilakukan, maka dilakukan analisis uji t, Dengan rumus sebagai berikut:

$$t_{hitung} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{n}}{n(n-1)}}$$

Keterangan :

- t : Harga uji t yang dicari
- X₁ : Mean sampel ke 1
- X₂ : Mean sampel ke 2
- D : Beda antara skor sampel 1 dan 2
- N : Pasangan
- ∑D : Jumlah semua beda
- ∑D² : Jumlah semua beda yang dikuadratkan (Isparjadi,1988: 57)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Metode *Drill* Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Berdasarkan hasil analisis data tes awal sebelum diberikan perlakuan dengan metode *drill*, yang dilakukan terhadap 16 orang siswa, diperoleh keterampilan bermain bola voli mini dengan skor tertinggi 71, skor terendah 40, skor rata-rata 50, median 56 dan simpangan baku 7,32. Sedangkan dari hasil analisis data tes akhir setelah diberikan perlakuan sebanyak 16 kali ditemukan skor tertinggi 106, skor terendah 69, skor rata-rata 78,92, median 88, dan simpangan baku 10,08. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode drill dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang sebesar 28,92. Untuk lebih jelasnya data

hasil tes metode *drill* terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Metode *Drill*

Kelas Interval	Kategori	Tes Awal		Tes Akhir	
		fa	Fr	fa	fr
> 82	Baik Sekali	0	0	5	31,25
68 – 82	Baik	1	6,25	11	68,75
53 – 67	Sedang	2	12,25	0	0
39 – 52	Kurang	13	81,25	0	0
< 39	Kurang Sekali	0	0	0	0
Jumlah		16	100	16	100

2. Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Berdasarkan hasil data tes awal sebelum diberikan perlakuan dengan metode bermain, yang dilakukan terhadap 16 orang siswa, diperoleh keterampilan bermain bola voli mini dengan skor tertinggi 65, skor terendah 41, skor rata-rata (*mean*) 50,00, median 53 dan simpangan baku (*standar deviasi*) 6,68. Sedangkan dari hasil analisis data tes akhir (*post test*) setelah diberikan perlakuan sebanyak 16 kali ditemukan skor tertinggi 82, skor terendah 52, skor rata-rata 63,65, median 67, dan simpangan baku 7,96. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang sebesar 13,65. Untuk lebih jelasnya data hasil tes dengan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok Metode Bermain

Kelas Interval	Kategori	Tes Awal		Tes Akhir	
		Fa	Fr	fa	fr
> 82	Baik Sekali	0	0	0	0
68 – 82	Baik	0	0	3	18,75
53 – 67	Sedang	4	25	12	75
39 – 52	Kurang	12	75	1	6,25
< 39	Kurang Sekali	0	0	0	0
Jumlah		16	100	16	100

3. Perbedaan Antara Metode *Drill* dengan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Berdasarkan hasil data tes akhir kelompok metode *drill*, dengan jumlah 16 orang siswa, diperoleh skor tertinggi 106, skor terendah 69, skor rata-rata 78,92, median 88 dan simpangan baku 10,08. Sedangkan analisis data tes akhir kelompok latihan melalui metode bermain diperoleh skor tertinggi 82, skor terendah 52, skor rata-rata 63,67, median 67, dan simpangan baku 8,01. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil tes dengan metode drill lebih baik dari pada hasil tes dengan metode latihan. Untuk lebih jelasnya data hasil tes dengan metode drill dan metode bermain dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Tes Akhir Kelompok Metode *Drill* dan Kelompok Metode Bermain

Kelas Interval	Kategori	Metode Drill		Metode Bermain	
		fa	fr	fa	fr
> 82	Baik Sekali	5	31,25	0	0
68 – 82	Baik	11	68,75	3	18,75
53 – 67	Sedang	0	0	12	75
39 – 52	Kurang	0	0	1	6,25
< 39	Kurang Sekali	0	0	0	0
Jumlah		16	100	16	100

Keterangan:

fa = frekuensi absolut

fr = frekuensi relatif dalam persen

4. Uji Statistik t-tes

Adapun hasil uji statistik t tes adalah sebagai berikut:

- Metode *Drill* Memberikan Pengaruh Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes awal keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dengan menggunakan metode *drill* dengan jumlah sampel 16 orang diperoleh rata-rata hitung yaitu 50,00 dan simpangan baku adalah 7,32. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir adalah 78,92 dan simpangan baku 10,08. Adapun hasil pengujian hipotesis disajikan dalam tabel 4 berikut ini.

Tabel 4. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Pertama

Metode <i>Drill</i>	Mean	SD	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil Uji	Ket
Tes Awal	50,00	7,32	19,23	2,13	Signifikan	H_0 ditolak dan H_a diterima
Tes Akhir	78,92	10,08				

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 19,23 > t_{tabel} = 2,13$. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode *drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Peningkatan keterampilan bermain bola voli ini adalah sebesar 28,92 yaitu dari skor rata-rata tes awal 50,00 dan tes akhir menjadi 78,92.

- b. Metode Bermain Memberikan Pengaruh Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes awal keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dengan menggunakan metode bermain dengan jumlah sampel 16 orang diperoleh rata-rata hitung yaitu 50,00 dan simpangan baku adalah 6,66. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*post test*) adalah 63,65 dan simpangan baku adalah 8,01. Adapun hasil pengujian hipotesis disajikan dalam tabel 5 berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Kedua

Metode Bermain	Mean	SD	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil Uji	Ket
Tes Awal	50,00	6,66	13,01	2,13	Signifikan	H_0 ditolak dan H_a diterima
Tes Akhir	63,65	8,01				

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 13,01 > t_{tabel} = 2,13$. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bermain memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Peningkatan keterampilan bermain bola voli mini adalah sebesar 13,65 yaitu dari skor rata-rata tes awal 50,00 dan tes akhir menjadi 63,65.

- c. Terdapat Perbedaan Pengaruh Antara Metode *Drill* Dengan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes akhir keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang dengan menggunakan metode *drill* dengan jumlah sampel 16 orang diperoleh rata-rata hitung yaitu 78,92 dan simpangan baku adalah 10,08. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir metode bermain adalah 63,65 dan simpangan baku 8,01. Adapun hasil pengujian hipotesis ketiga ini disajikan dalam tabel 6 berikut ini:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Ketiga

Metode	Mean	SD	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil Uji	Ket
<i>Drill</i>	78,92	10,08	7,02	2,13	Signifikan	H ₀ ditolak dan H _a diterima
Bermain	63,65	8,01				

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa $t_{hitung} = 7,02 > t_{tabel} = 2,13$. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima secara empiris. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara metode *drill* dengan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Berdasarkan hasil tes akhir keterampilan bermain bola voli mini menggunakan metode *drill* diperoleh nilai rata-rata hitung 78,92 dan metode bermain 63,65.

B. Pembahasan

Berdasarkan masalah dalam penelitian ini yaitu masih banyak siswa yang belum memiliki keterampilan bermain bola voli mini yang begitu baik, maka perlu dilakukan latihan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini. Dalam hal ini metode yang diberikan yaitu dengan menggunakan metode *drill* dan metode bermain. Sebelum perlakuan diberikan kepada sampel, terlebih dahulu dilakukan tes awal untuk memperoleh data awal. Berdasarkan data awal tersebut maka sampel yang terpilih dibagi menjadi dua kelompok yang sama berdasarkan teknik *ordinary matched pairing*. Selanjutnya kedua kelompok diundi untuk menentukan kelompok mana yang diberikan metode *drill* dan metode bermain. Setelah dikelompokkan diberikan perlakuan sebanyak 16 kali pertemuan dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu.

1. Metode *Drill* Memberikan Pengaruh Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Berdasarkan hasil tes akhir kelompok metode *drill* dengan anggota kelompok sampel berjumlah sebanyak 16 orang siswa di SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang, maka diperoleh peningkatan terhadap keterampilan

bermain bola voli dari tes awal dan tes akhir yaitu sebesar 28,92 yaitu dari skor rata-rata 50,00 pada tes awal menjadi 78,92 pada tes akhir. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima kebenarannya, dalam kalimat lain dapat dikatakan bahwa metode *drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa, dan diterima kebenarannya secara empiris.

Terjadinya peningkatan keterampilan bermain bola voli mini siswa ini berkemungkinan disebabkan oleh adaptasi fisik dari latihan metode *drill* yang proses latihannya dilakukan secara berulang-ulang dan setiap harinya beban latihannya ditambah, sehingga dari penambahan beban latihan yang diberikan dapat mempengaruhi keterampilan bermain bola voli mini siswa. Kemudian yang dimaksud dengan latihan menurut Lutan, dkk (1991:90) adalah “suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah”.

Metode *drill* merupakan suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, agar siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari. Menurut Syafruddin (2011:10) “Agar kegiatan latihan berlangsung efektif atau dengan kata lain dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan siswa, maka diperlukan suatu proses latihan yang terprogram secara sistematis, terarah dan kontiniu”.

Berkaitan dengan hal tersebut latihan dengan metode *drill* bertujuan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini siswa. Usaha yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini tersebut, telah terprogram dengan baik, secara sistematis, dan terarah, serta kontiniu diberikan sebanyak enam belas kali pertemuan. Hal ini sebenarnya belum cukup waktu untuk berlatih, karena untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli dibutuhkan waktu yang lama, dan didukung oleh banyak faktor di antaranya adalah faktor kebugaran jasmani siswa.

Untuk siswa Sekolah Dasar kebugaran jasmani sangat penting artinya dalam melakukan aktifitas fisik, seperti kegiatan latihan dengan metode *drill* yang dilakukan secara berulang-ulang dan beban semakin hari bertambah. Dengan kebugaran jasmani baik, maka siswa memiliki kemampuan atau kesanggupan menyelesaikan semua tugas gerakan dalam teknik dasar bola voli mini yang diberikan dengan baik, tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Kemudian siswa yang memiliki kebugaran jasmaninya baik, maka dia dengan senang hati dan bergembira, serta serius melakukan latihan. Hal ini akan dapat membantu kesiapan fisik siswa dalam mengikuti latihan, karena tanpa kesiapan fisik dapat mempengaruhi proses latihan.

2. Metode Bermain Memberikan Pengaruh Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Dari hasil tes akhir kelompok metode bermain, setelah diberi perlakuan sebanyak 16 kali pertemuan terdapat peningkatan yang signifikan sebesar 13,65 terhadap keterampilan bermain bola voli mini. Hal ini diketahui dari test awal dan tes akhir yaitu dari skor rata-rata 50,00 pada tes awal menjadi 63,65 pada tes akhir. Artinya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima kebenarannya secara empiris. Metode bermain memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Metode bermain ini merupakan pengembangan bentuk-bentuk permainan yang mengarahkan pada penguasaan teknik dasar bola voli mini, dari latihan yang dimodifikasi ke dalam bentuk-bentuk permainan yang disederhanakan. Artinya keterampilan teknik bermain bola voli seperti servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas dapat ditingkatkan melalui metode bermain.

Latihan melalui metode bermain merupakan aktivitas melibatkan beberapa orang, terjadinya hubungan sosial yang tinggi dan menyenangkan, serta menggembirakan. Latihan keterampilan teknik bermain bola voli mini melalui metode bermain akan terkesan bahwa partisipasi masing-masing siswa dalam kegiatan bermain akan menunjukkan tingkat keterampilan yang berbeda-beda. Selanjutnya siswa akan termotivasi dan tanpa disadari mereka telah melakukan latihan gerakan-gerakan dalam pelaksanaan teknik dasar bermain bola voli secara berulang-ulang dalam aktivitas metode bermain.

Latihan melalui metode bermain dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini siswa, Erianti (2009:52) menjelaskan esensi modifikasi adalah “menganalisis dan mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajar”. Dengan demikian bila dikaitkan dengan belajar teknik dasar dalam permainan bola voli, maka dapat diartikan bahwa menganalisis dan mengembangkan teknik dasar bola voli mini tentunya dengan cara meruntungkannya sehingga dapat memperlancar siswa dalam berlatih untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Dari metode bermain yang diberikan siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti latihan teknik bermain bola voli mini, dan meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, serta siswa dapat melakukan pola gerak secara benar. Di samping itu metode bermain bagus diterapkan pada siswa Sekolah Dasar yang memiliki karakteristik senang bermain. Orientasi dari latihan melalui metode bermain dapat menumbuhkan rasa

kecintaan dan kesenangan, sehingga hal ini membawa dampak pada motivasi siswa. Motivasi adalah semua kondisi yang memberi dorongan dari dalam diri seseorang yang digambarkan sebagai keinginan, kemauan, dorongan untuk melakukan suatu aktifitas yang diberikan dengan tujuan. Dalam penelitian ini tujuan yang hendak dicapai adalah peningkatan penguasaan teknik yang baik. agar siswa memiliki keterampilan bermain bola voli menjadi lebih baik.

3. Terdapat Perbedaan Pengaruh Antara Metode *Drill* dengan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola voli Mini Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang

Dari dua bentuk perlakuan yang diberikan dengan metode *drill* dan metode bermain yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, jelas bahwa masing-masing metode tersebut mempunyai pengaruh terhadap peningkatan keterampilan bermain bola voli mini siswa di SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Tetapi masing-masing metode tersebut pengaruhnya berbeda-beda, hal ini disebabkan karena karakter dari metode *drill* dan metode bermain juga berbeda sehingga pengaruh yang berbeda pula terhadap peningkatan keterampilan bermain bola voli. Untuk melihat apakah terdapat perbedaan pengaruh antara metode *drill* dengan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini, dapat dilihat dari perolehan $t_{hitung} = 7,02 > t_{tabel} = 2,13$. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Dengan demikian dapat diartikan terdapat perbedaan pengaruh antara metode *drill* dengan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang.

Dalam usaha meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini metode *drill* besar pengaruhnya dibandingkan dengan metode bermain, hal ini dapat dilihat peningkatan nilai rata-rata hitung yaitu metode *drill* adalah sebesar 28,92, sementara metode bermain hanya sebesar 13,65. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa lebih baik dan lebih cocok latihan metode *drill* diberikan dalam meningkatkan keterampilan teknik bermain bola voli mini. Latihan metode *drill* merupakan aktivitas olahraga yang sistematis dalam waktu yang lama dan ditingkatkan secara progresif dan individual yang mengarahkan pada ciri-ciri fungsi fisiologis dan psikologis manusia untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan.

Di samping itu, latihan metode *drill* setiap gerakan dalam pelaksanaan teknik permainan bola voli mini yang dilakukan siswa dapat dikontrol dengan mudah dan setiap gerakan dilakukan secara berulang-ulang, siswa lebih banyak melakukan kontak dengan bola dan latihan yang dilakukan lebih fokus pada suatu gerakan. Sehingga apabila terjadi kesalahan teknik seperti servis bawah, *passing* bawah dan *passing* atas melalui metode

drill langsung dikoreksi dan diperbaiki. Hal ini lebih efektif dalam usaha meningkatkan keterampilan teknik bermain bola voli mini.

Latihan melalui metode bermain memang merupakan salah satu usaha yang sama-sama dirancang untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli mini, meskipun sedikit pengaruhnya tetapi tetap mempunyai arti dalam meningkatkan keterampilan bermain bola voli. Hal ini terjadi pada beberapa faktor penyebabnya, antara lain siswa kontak dengan bola kurang, dalam aktifitas permainan pengontrolan terhadap kesalahan teknik yang dilakukan siswa sedikit susah, dalam situasi bermain kemampuan siswa bergerak menerima bola dengan teknik yang benar masih rendah, kadang-kadang situasi datangnya bola tidak dapat diprediksi arahnya, sehingga sering siswa tidak dapat menguasai bola dan keterampilan teknik bermain bola voli yang diharapkan kurang tercapai dengan baik. Namun dengan menggunakan metode bermain dapat memberikan kegembiraan, rasa puas terhadap siswa karena adanya persaingan/kalah dan menang yang diadakan diantara mereka.

SIMPULAN

1. Terdapat pengaruh yang signifikan metode *drill* terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Peningkatan keterampilan bermain bola voli mini ini adalah sebesar 28,92 yaitu dari nilai rata-rata hitung tes awal 50,00 dan tes akhir menjadi 78,92 dan untuk uji hipotesis diperoleh nilai $t_{hitung} = 19,23 > t_{tabel} = 2,13$.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Peningkatan keterampilan bermain bola voli mini ini adalah sebesar 13,65 yaitu dari nilai rata-rata hitung tes awal 50,00 dan tes akhir menjadi 63,65 dan untuk uji hipotesis ditemukan nilai $t_{hitung} = 13,01 > t_{tabel} = 2,13$.
3. Terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode *drill* dan metode bermain terhadap keterampilan bermain bola voli mini siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Hasil tes akhir keterampilan bermain bola voli mini dengan menggunakan metode *drill* diperoleh nilai rata-rata hitung yaitu 78,92 dan tes akhir metode bermain adalah 63,65. Sedangkan untuk uji hipotesis ditemukan hasil $t_{hitung} = 7,02 > t_{tabel} = 2,13$

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Nurul. 2013. Penerapan Metode Drill dalam Peningkatan Penguasaan Kosakata Bahasa Arab pada Siswa Kelas VIII A MTs Negeri Pundong Bantul. *Tesis* Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
- Akmal. 2010. Pengaruh Metode Elementer dan Modifikasi Permainan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola (Studi Eksperimen pada Siswa SSB Cendana Pekanbaru). *Tesis*. Padang: Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.
- Arsil. 2006. Perbedaan Pengaruh Latihan Teknik Elementer dan Modifikasi Permainan Terhadap Keterampilan bermain Sepakbola. (Studi Eksperimen pada Siswa SSB UNP). *Tesis*. Padang: Program Pascasarjana UNP.
- Arwandi, Jhon. 2012. *Ilmu Melatih*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
- Ditjen Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah. 2007. *Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP)*. Jakarta: Depdiknas.
- Erianti. 2009. *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Malang: Wineka Media.
- . 2011. *Bola voli*. Padang: Sukabina Press.
- Hutasuhut, Chaeruddin. 1985. *Teori Pengajaran Olahraga Sekolah*. Padang: FPOK IKIP.
- Isparjadi. 1988. *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud, Dikti: P2LPTK.
- Lutan, Rusli. 1991. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB dan FPOK/IKIP Bandung.
- Margiyani. 2008. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 4 SD/MI*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rahmalia, Apriyanti 2009. Pengaruh Metode Latihan dan Tingkat Intelegensi Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Tesis*. Padang: Program Pascasarjana UNP.
- Sunarno, Agung, dkk. 2011. *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Viera, Barbara L. dkk. 1996. *Bola voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Winarno. 2004. *Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Center For Human Capacity Development.