

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN METODE *DRILL* DAN
BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN *SMASH* NORMAL
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI PADA ATLET PUTRA USIA
13-15 TAHUN CLUB BOLAVOLI REVOT KARANGANYAR
TAHUN 2021**

Muh. Ikhwan Iskandar
Muh.iskandar@lecture.utp.ac.id
Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

ABSTRAK

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Metode drill dan bermain terhadap kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Pengaruh Metode drill dan bermain terhadap kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2021.

Sampel penelitian adalah pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Porpusive Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil kemampuan smash normal dengan Metode drill dan bermain sebagai variabel bebas serta Hasil kemampuan smash normal variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan smash normal. tes kemampuan smash normal menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran kemampuan menggiring bola Nurhasan, (2001 : 160-161). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara Metode drill Dan Bermain Terhadap Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.4320$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan Metode drill lebih baik pengaruhnya dari pada metode Bermain dalam Terhadap Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2021. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Metode drill) adalah 20.528% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Metode bermain) adalah 13.310%.

Kata Kunci: Kemampuan smash bola voli

PENDAHULUAN

Menurut Sukirno dan Waluyo (2012:22) permainan bola voli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna, seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar, yaitu: *service*, *passing*, *block*, dan *smash*. Menurut Anandita (2010:18) Permainan bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, setiap grup terdiri dari enam orang pemain. Menurut Beutelswathl (2008:8), ada enam macam cara bersentuhan dengan bola, sehingga timbul juga enam jenis teknik dasar atau dengan istilah yang lebih umum "skill". Skill tersebut antara lain, servis, Dig (pasing bawah), *attack* (menyerang), volley (pasing atas), *Block*, dan *Defend*. Untuk menjadi pemain bola voli yang baik maka harus menguasai seluruh dari teknik dasar tersebut, salah satunya smash.

Smash normal dalam permainan bolavoli yang memerlukan gerakan meloncat, dapat diamati adanya macam-macam bentuk gerakan yang tidak selalu sama. Ada yang menggunakan tumpuan dua kaki bersama-sama dan ada yang menggunakan tumpuan satu kaki, ada yang arah gerakannya cenderung ke depan dan ada yang cenderung ke atas, ada yang bertujuan meloncat sejauh-jauhnya dan ada yang bertujuan meloncat setinggi-tingginya dan bahkan ada yang meloncat sejauh-jauhnya dan setinggi-tingginya.

Secara akal sehat dapat dikatakan bahwa untuk mampu meloncat tinggi diperlukan otot kaki yang kuat, namun dalam kenyataannya banyak dijumpai atlet bolavoli yang kakinya nampak berotot tetapi loncatannya tidak tinggi, tetapi sebaliknya ada siswa yang kakinya kurang berotot justru loncatannya tinggi. Di samping itu untuk dapat melakukan pukulan smash yang keras dan tajam, secara akal sehat lengan yang kelihatan berotot memiliki pukulan yang keras dan tajam. Tetapi juga banyak dijumpai seorang siswa yang lengannya kelihatan kurang berotot pukulan smash yang dilakukan lebih keras dan tajam. Sebenarnya untuk melakukan gerakan smash tidak hanya memiliki tubuh yang kuat dan berotot saja, tetapi smash harus dilatih secara rutin dan terprogram agar kemampuan smash menjadi lebih baik. Dengan ini program yang dilakukan dalam melatih smash normal adalah metode latihan drill dan bermain. Sehingga dari uraian diatas tersebut di atas menimbulkan pertanyaan-pertanyaan yang perlu dikaji dan akan diteliti.

Untuk itu diperlukan pengkajian secara mendalam terhadap berbagai faktor yang dapat mempengaruhi smash dalam permainan bolavoli khususnya smash normal. Berdasarkan uraian di atas, pengkajian akan diarahkan pada pokok permasalahan sebagai berikut: (1) kajian metode drill dalam permainan bolavoli kemampuan smash normal, (2) kajian metode bermain dalam permainan bolavoli kemampuan smash normal. Dari kedua kajian tersebut muncul berbagai masalah yang perlu diteliti mengenai seberapa besar sumbangan pengaruh latihan smash normal dan pengaruh

latihan smash normal metode bermain dengan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli.

Metode latihan *drill* dan bermain yang dilatih dan dikembangkan dengan baik akan memberi pengaruh yang lebih baik terhadap kemampuan smash dalam permainan bolavoli. Karena latihanteknik yang dimiliki atlet Putra Usia 13-15 Tahun Klub bolavoli revot Karanganyar tahun 2020 belum diketahui, maka untuk mengetahui kemampuan smash normal dapat dilihat dari besarnya pengaruh metode latihan *drill* dan bermain terhadap kemampuan smash normal dalam permainan bola voli.

KAJIAN PUSTAKA

A. Permainan Bolavoli

Bolavoli merupakan olahraga Permainan yang dimainkan oleh dua regu dimana masing-masing regu terdiri dan enam orang siswa, Lapangan Permainan yang digunakan berukuran 18 x 9 meter berbentuk empat persegi panjang, Lapangan tersebut dibagi menjadi dua bagian yang sama oleh sebuah garis tengah yang di atasnya dibentangkan net sebagai pembatas antara kedua regu yang bertanding. Maksud dan tujuan Permainan adalah menjatuhkan bola di lapangan lawan melewati di atas net dan mencegah lawan melakukan hal yang sama di daerah permainannya sendiri. Feri Kurniawan (2012 :119) mengemukakan.

Menurut Muhajir (2004: 34) bahwa tujuan permainan bola voli adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan. Dari pendapat beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa bola voli merupakan permainan olahraga yang masing – masing terdiri dari 6 orang dan memainkan bola dengan cara menyeberangkan bola melewati atas net 8 menggunakan teknik dan taktik untuk meraih kemenangan. Dalam bola voli teknik yang muncul adalah servis, passing, smash, bloking, dan sebagainya. Tidak akan mudah memainkan bola voli tanpa ada kerjasama tim karena di dalam bola voli dituntut untuk bekerjasama antara pemain satu dengan yang lain.

B. Teknik Dasar Permainan Bolavoli.

Dalam permainan bolavoli terdiri dari bermacam-macam teknik dasar baik teknik tanpa bola dan teknik dengan bola, Teknik-teknik tersebut harus dikuasai oleh setiap siswa bolavoli. Kualitas suatu permainan dapat dikatakan baik jika siswanya menguasai dan malakukan teknik-teknik dan taktik yang baik dan dilakukan pada saat yang tepat. Teknik merupakan suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin, sedangkan tektik merupakan siasat untuk memenangkan permainan atau pertandingan secara sportif. Dengan teknik dan taktik yang baik permainan lebih bermutu dan menarik untuk ditonton. Bagi tim yang memiliki teknik yang tinggi dan taktik yang cermat akan membuahkan kemenangan bagi timnya.

Menurut Sunardi & Agus Margono (2006 : 7) teknik dasar dalam permainan

bolavoli yang harus dikuasai oleh setiap siswa adalah sebagai berikut:

- 1). Passing :
 - a). Teknik pass atas
 - b). Teknik pass bawah
 - c). Set-up/umpan
- 2). Smash:
 - a). Normal smash
 - b). Semi smash
 - c). Push smash
- 3). Service :
 - a). Servis tangan bawah
 - b). Servis tangan atas
 - (1) Tennis service
 - (2) Floating
 - (3) Cekis
- 4). Block/bendungan
 - a). Block tunggal
 - b). Block berkawan

Berdasarkan pendapat di atas menunjukkan bahwa teknik dasar permainan bolavoli terdiri atas empat unsur pokok yaitu passing, smash, service dan block. Keempat teknik dasar tersebut harus dikuasai oleh setiap siswa, sehingga permainan menjadi kompak. Tanpa menguasai teknik dasar, tidak dapat bermain bolavoli dengan baik serta kerjasama dalam satu tim tidak dilakukan dengan baik.

C. Smash Normal Metode Drill

Metode drill pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari. Drill merupakan tindakan untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan seseorang dengan cara mengulang terus menerus gerakan yang dilatihkan. Menurut Hamdayama (2016: 17) menyatakan bahwa, metode drill disebut juga metode training, yaitu suatu cara mengajar/melatih untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu, serta sebagai sarana untuk memelihara kebiasaan-kebiasaan yang baik. Disini dijelaskan apa saja syarat syarat penggunaannya. 1) Masa latihan harus menarik dan menyenangkan. 2) Agar hasil latihan memuaskan, minat instrinsik di perlukan. 3) Latihan-latihan hanyalah untuk ketrampilan tindakan yang bersifat otomatis. 4) latihan diberikan dengan memperhitungkan kemampuan/daya tahan tubuh murid, baik segi jiwa maupun jasmani.

D. Smash Normal Metode Bermain

Metode bermain dilaksanakan dalam bentuk aktivitas bermain yang memiliki ide bermain dan aturan bermain agar tujuan latihan dapat dicapai secara efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun membahas hal-hal yang sulit atau berat. Menurut (Ahmadi, Nuril. 2007: 43) :menjelaskan bahwa, Permainan sisi kecil (*small sided*

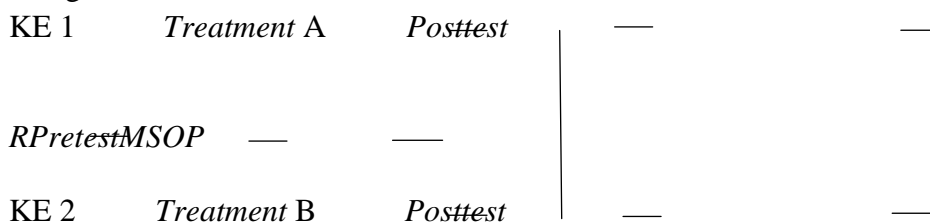
games) adalah salah satu tugas yang digunakan selama pelatihan bolavoli dan memiliki tingkat kompetitif dan akan memiliki manfaat selama proses pengkondisian smash normal dalam permainanbolavoli.

Menurut Tom Fleck (2007: 21) menyatakan bahwa:“Anak-anak berlatih dengan bermain. Anak-anak belajar dengan banyak bergerak dan mendapatkan kemajuan belajar seiring dengan bertambahnya usia. Cara ini telah diterima secara luar biasa pada bolavoli pemula, utamanya dirancang untuk menghasilkan kesenangan, tantangan, kreativitas, pemecahan masalah, dan motivasi. Anak-anak sebaiknya dilibatkan dalam aktivitas yang dinamis dan menyenangkan dengan banyak kebebasan untuk bergerak.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-test and post-test group. Suharsimi Arikunto, (2010:124) mengatakan pre-test adalah 30 observasi yang dilakukan sebelum eksperimen dan post-test adalah observasi yang dilakukan sesudah eksperimen. Pre-test dapat memberikan landasan untuk membuat komparasi prestasi subjek yang sama sebelum dan sesudah dikenai perlakuan.

Dengan demikian peneliti dapat membandingkan hasil perlakuan dengan hasil observasi pretest-posttest design. Adapun desain penelitian yang dimaksud digambarkan sebagai berikut:



Gambar .Rancangan Penelitian

Keterangan:

- R= Random
- Pretest = Tes awal kemampuan smash normal bolavoli.
- MSOP = *Matched Subject Ordinal Pairing*
- KE1 = Kelompok 1 (K₁)
- KE2 = Kelompok 2 (K₂)
- Treatment A = Latihan smash normal dengan metode drill
- Treatment B = Latihan smas normal dengan metode bermain
- Posttest = Tes akhir kemampuan smash normal bolavoli.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pencapaian tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini dilakukan tes kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli. Data yang dikumpulkan terdiri dari tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok 1 dengan Metode drill dan kelompok 2 dengan Metode bermain, serta data tes akhir masing-masing kelompok. Data tersebut kemudian dianalisis dengan statistik t-test.

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada Kelompok 1 dan Kelompok 2

Kelompok	Tes	N	Hasil	Hasil	Mean	SD
			Terendah	Tertinggi		
Kelompok 1	Awal	15	15.00	25.00	19.73	2.65
	Akhir	15	32.15	69.86	50.00	10.00
Kelompok 2	Awal	15	17.00	27.00	21.97	2.41
	Akhir	15	39.69	77.41	58.42	9.10

Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan kelompok 1 memiliki rata-rata kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli sebesar 19.73, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli sebesar 50.00. Adapun rata-rata nilai kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada kelompok 2 sebelum diberi perlakuan adalah sebesar 21.97, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki nilai kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli sebesar 58.42.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan uji perbedaan nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 (kelompok yang mendapat Metode drill) = 2.1808, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $> t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1. Kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli yang disebabkan oleh metode yang diberikan, yaitu Metode drill.

Pada analisa data yang didapat antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 (kelompok yang mendapat Metode bermain) = 1.6464, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $> t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 2. Berarti kelompok 2 memiliki peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli yang disebabkan oleh metode yang diberikan, yaitu Metode bermain.

Pada analisa data yang lain yaitu pada hasil uji perbedaan yang dilakukan terhadap tes akhir pada kelompok 1 dan 2, diperoleh nilai t sebesar 0.4320, Sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $t < t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan selama 6 minggu, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2. Kelompok 1 dan kelompok 2 diberikan perlakuan (treatment) dengan Metode bermain yang berbeda.

Perbedaan metode yang diberikan selama proses latihan, akan mendapat respon yang berbeda pula dari subjek, sehingga dapat memberikan pengaruh yang berbeda terhadap pembentukan kemampuan pada subjek penelitian. Oleh karena itu, kelompok yang diberikan perlakuan metode dengan Menggunakan kaki bagian dalam dan Metode bermain memiliki pengaruh yang berbeda terhadap peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli.

Adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dan kelompok 2 maka dilakukan penghitungan nilai perbedaan peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2. Kelompok 1 memiliki nilai persentase kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli sebesar 20.528%, sedangkan kelompok 2 memiliki nilai persentase peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli sebesar 13.310%. Hal ini menunjukkan kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli yang lebih baik daripada kelompok 2, karena Metode drill sangat efektif untuk peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli. Dalam metode ini pemain mempelajari sesuatu bagian sampai dikuasai dan kemudian mengkombinasikan dengan bagian yang lain, baru dengan dipelajari atau dipraktikkan secara bersama sampai benar-benar dikuasai, sehingga menyebabkan peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli menjadi lebih optimal. Hal inilah yang menjadi faktor utama terbentuknya peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli. Dengan peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli yang baik, maka akan mendukung peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli. Dengan peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli yang lebih optimal. Dari salah satu sisi dalam Metode drill pemain mempelajari elemen pergerakan yang lebih banyak dipelajari dan latih dahulu sehingga menjadi tanggapan gerak yang dikuasai, lalu merangkai gerak yang telah dimiliki sebelumnya, dan lebih sudah dalam penggabungan atau koordinasi elemen gerak selanjutnya, sehingga dapat menyebabkan peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli. Namun karena pengulangan gerakan penggabungan akan diintegrasikan antar bagian sangat kurang, padahal teknik penggabungan antar bagian sangat mempengaruhi hasil yang akan dicapai, maka dengan menggunakan metode Metode drill dalam upaya peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli tidak meningkat secara optimal.

Dari hasil analisis uji perbedaan, dapat diuraikan hal-hal pokok sebagai hasil dari penelitian ini yaitu:

1. Metode drill dan Metode bermain berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli.
2. Latihan Metode drill lebih baik pengaruhnya daripada Metode bermain terhadap peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara Metode drill Dan Bermain Terhadap Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2020. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.4320$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%.
2. Latihan Metode drill lebih baik pengaruhnya dari pada metode Bermain dalam Terhadap Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2020. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Metode drill) adalah 20.528% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Metode bermain) adalah 13.310%.

B. SARAN

Sehubungan dengan kesimpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka kepada para pelatih, disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Upaya untuk peningkatan kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli, hendaknya pelatih harus memiliki kreatifitas dan mampu menerapkan Metode bermain yang tepat agar diperoleh hasil latihan yang optimal.
2. Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk menentukan dan memilih Metode drill untuk peningkatan Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2020.
3. Untuk peningkatan Kemampuan smash normal dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 13-15 tahun club bolavoli Revot Karanganyar tahun 2020, pelatih dapat menerapkan Metode drill dan Metode bermain bagi para pemain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Nuril. 2007. *Pedoman Panduan Olahraga*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Anandita. 2010. *Mengenal Olahraga Voli*. Bogor: Quadra
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Beutelstahl Dieter. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir.
- Fleck, T. & Quinn, R. 2007. *Panduan latihan sepak bola andal*. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka
- Hamdayama, Jumanta. 2016. *Metodologi Pengajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Kurniawan, Feri . 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Mujahir. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*: Jakarta. Erlangga
- Soedjarwo, Soenardi, dan Agus Margono 2006. *TP. Bolavoli II*. Surakarta: UNS Press.
- Sukirno & waluyo. 2012. *Cabang Olah Raga Bola Voli*. Palembang: Unsri Press.