

**PENERAPAN METODE DEMONSTRASI DENGAN BANTUAN MEDIA GAMBAR
TERHADAP KETEPATAN *SERVICE* BAWAH BOLAVOLI
(Studi pada Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli SMP Negeri 40 Surabaya)**

Fathul Bari

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Taufiq Hidayat

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Suatu model latihan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik diharapkan bisa menangani kesulitan dalam melakukan teknik *service* bawah pada permainan bolavoli, salah satunya dengan menggunakan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar. Dimana dalam latihan peserta didik diberikan media gambar *service* bawah bolavoli di awal latihan agar mendapat gambaran secara umum tahapan gerakan *service* bawah bolavoli, serta penerapan metode demonstrasi yang diperagakan oleh guru ekstrakurikuler ketika latihan di lapangan sebagai penguat pesan ajar yang telah disampaikan dalam media gambar pada awal latihan sehingga diharapkan memudahkan peserta didik dalam penguatan ajar yang telah didapatkan dari media gambar dan demonstrasi dari guru ekstrakurikuler dalam melakukan teknik *service* bawah bolavoli. Penelitian pada peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 40 Surabaya, dimana pemberian materi *service* bawah bolavoli dengan penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar dalam latihan dilakukan sebanyak 5 kali penelitian dan perlakuan dilaksanakan pada pertemuan ke 2 sampai ke 4, sedangkan pertemuan ke 1 dan ke 5 digunakan sebagai pengambilan data *pretest* dan *posttest* yang bertujuan untuk membuktikan adanya perbedaan pada ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya. Penelitian ini termasuk penelitian semu (*Quasi Experiment*) dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan *one group pretest – posttest design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa. Analisis data yang digunakan yaitu: ketepatan tes *service* bawah menurut *American Alliance for Health, Physical Education Recreation (AAHPER)*. Untuk mengetahui adanya peningkatan hasil *pretest* dan *posttest*, Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut: dapat disimpulkan bahwa pemberian metode demonstrasi dengan bantuan media gambar dalam materi *service* bawah bolavoli memberikan nilai rata-rata peningkatan ketepatan sebesar 27,89%. Berdasarkan hasil uji *paired samples test* diperoleh diperoleh nilai t hitung sebesar 9,110 dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak yang berarti ada perbedaan pada ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya.

Kata Kunci: Metode demonstrasi, media gambar, *Service* bawah

Abstract

One of the model exercises which are appropriate with the students' needs that can be used to handle the difficulties to do technique of under service on the volleyball game is the demonstration method. That method combined with pictures was used on the training where they were given pictures of under service media on the beginning of the training. After they saw the media, they got a clear description about the steps how to do under service, and strengthened the material that was taught before so they could easily comprehend how to do the under service on the volleyball game. The experiment was categorized as quasi experimental with quantitative approach and pre-test and post-test data. The sample of this research was 30 students. The experiment on the students who followed the volleyball extracurricular in SMP Negeri 40 Surabaya where the material was given 5 times and the experiment was done on the 2nd till 4th meeting while the 1st and 5th meeting was used to get pre-test and post-test data to make a final conclusion that there was a difference to the accuracy of under service by using those medias. Analysis of data used in this research was the accuracy test according to *American Alliance for Health, Physical Education Recreation (AAHPER)*. The result of this research showed that there was a significant difference between the achievement before media used and after media used by 27.89%. It means the media was successful to improve the students' skill in service when they play volleyball. According to the paired test, the researcher got t-score 9.110 and significant points $0.000 < 0.05$ ($p < 0.05$). Consequently, the H_0 was rejected and the Hypothesis stated by the researcher was accepted. That's why the use of picture media

combined with demonstrative method is useful to improve the students' skill in servicing when they play volleyball.

Keywords: Demonstration method, picture media, under service

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Penjasorkes) sangat penting bagi dunia pendidikan, karena dapat mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan sosial, stabilitas emosional, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan secara sistematis. Peserta didik yang menyadari pentingnya penjasorkes dalam kehidupan sehari-hari pasti akan selalu menjaga kondisi fisiknya secara berkesinambungan. Penjasorkes memiliki berbagai nilai positif yang bisa memberikan banyak manfaat kepada peserta didik. Jadi pelaksanaan penjasorkes di dalam dunia pendidikan memiliki peran penting. Hal ini juga senada dengan pernyataan PBB yang juga menganggap Penjasorkes penting karena dapat mendukung bagi pencapaian *Millenium Development Goals* (MDGs) di bidang kesehatan, pendidikan, dan kemiskinan. Dalam hal ini Penjasorkes dapat menjadi instrumen yang efektif bagi penanggulangan dan peningkatan secara tidak langsung terhadap masalah kesehatan dan kemiskinan. Misalnya, olahraga dapat berpengaruh kepada peningkatan kebugaran masyarakat.

(<http://pdpjoi.kemendpora.go.id>).

Kenyataan yang terjadi di Indonesia saat ini Penjasorkes diabaikan karena tuntutan intelektual, hal ini disebabkan budaya masyarakat modern yang lebih memprioritaskan ketrampilan intelektual guna diberikan apresiasi lebih tinggi dari pada ketrampilan jasmaniah. Keadaan di atas sangat berbeda jika dibandingkan dengan pelaksanaan aktivitas fisik di negara maju seperti Amerika Serikat, Kanada, dan Belanda. Aktivitas jasmani di kalangan remaja telah menjadi perhatian utama sektor pendidikan dan kesehatan masyarakat (Hidayat, 2010: 5).

Penjasorkes memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Penjasorkes memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Terdapat berbagai macam cabang olahraga yang dapat diajarkan di sekolah-sekolah mulai dari kegiatan pembelajaran di kelas maupun diluar kelas untuk meningkatkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik dalam kegiatan penjasorkes.

Permainan Bolavoli

Bolavoli merupakan permainan kompetitif yang sangat menarik, namun tidak mudah dimainkan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bolavoli secara efektif. Teknik-teknik tersebut meliputi *service*, *passing*, *block*, dan *smash* (Ahmadi, 2007: 19). Teknik ini biasa dikatakan dasar dari permainan bolavoli. Dari keempat teknik dasar tersebut yang paling berperan adalah *service* (Ahmadi, 2007: 20).

Service Bolavoli

Service adalah serangan awal dalam memulai suatu permainan untuk mendapatkan nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan (Yunus, 1992: 69). *Service* ada 2 macam, yaitu *service* bawah dan *service* atas. *Service* bawah adalah *service* dengan memukul bola kira-kira setinggi pinggang dengan ayunan tangan dari bawah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar sehingga cocok diajarkan terutama untuk tingkat pemula. Sedangkan *service* atas adalah *service* dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya dan memukul bola dengan ayunan tangan dari atas kepala.

Berdasarkan hasil observasi di sekolah SMP Negeri 40 Surabaya, peserta didik lebih menyukai *service* bawah daripada *service* atas. Hal tersebut dikarenakan *service* atas mempunyai tingkat kesulitan lebih kompleks dan biasanya digunakan bagi orang yang sudah mahir. Salah satu kendala dalam proses pembelajaran teknik dasar *service* bolavoli di sekolah SMP Negeri 40 Surabaya yaitu peserta didik kurang memahami secara detail tahapan-tahapan dalam melakukan *service* bawah dengan baik. Peserta didik seringkali melakukan kesalahan teknik dasar *service* bawah, sehingga bola tidak sampai melawati net dan bola keluar dari lapangan permainan. Permasalahan yang terjadi pada peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP 40 Surabaya harus ada solusi dalam pengajaran untuk meningkatkan ketepatan dalam melakukan *service* bawah bolavoli.

Melihat permasalahan diatas, peneliti mencoba memberikan salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah yang terjadi dalam proses pengajaran *service* bawah bolavoli yaitu dengan menerapkan metode-metode pembelajaran dan media pembelajaran sebagai sarana penyampaian informasi pengajaran terhadap peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 40 Surabaya. Salah satu cara yang dapat digunakan dalam mengatasi

masalah ini adalah penerapan demonstrasi dengan bantuan media gambar, sehingga dengan penggunaan media gambar peserta didik dapat memahami teknik dasar *service* bawah bolavoli secara umum dengan melihat demonstrasi yang dilakukan guru ekstrakurikuler seperti contoh gerakan yang terdapat dalam media gambar serta kesalahan *service* bawah bolavoli dapat teratasi.

Jadi hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya.

METODE

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penelitian eksperimen semu (*Quasi experiment*) karena untuk mengetahui sejauh mana perbedaan yang terjadi pada variabel terikat betul-betul disebabkan oleh perlakuan yang diberikan. Dikatakan penelitian eksperimen semu dikarenakan pada penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol dan tidak adanya randomisasi. Desain penelitian ini menggunakan one group pretest – posttest design, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 40 Surabaya yang berjumlah 45 siswa, Sampel yang diambil untuk diteliti adalah 30 siswa SMP Negeri 40 Surabaya yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dengan cara teknik *cluster sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perhitungan data hasil penelitian dilakukan secara manual dan dilakukan *cross check* dengan menggunakan program *System Program Statistical software (SPSS) for Windows release 16.0* agar diperoleh hasil perhitungan data yang akurat dan dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya.

Tabel 1. Hasil Deskripsi Data *Pre-test* Siswa SMPN 40 Surabaya

Mean	Minimal	Maksimal	Standar Deviasi	Variance
12,8	4	25	4,92	24,23

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa jumlah sampel pada *pre-test* adalah 30 siswa. Hasil tes pada penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar terhadap ketepatan *service* bawah bolavoli pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 40 Surabaya, untuk *pre-test* nilai *mean* sebesar 12,8 dengan nilai varian 24,23. Sedangkan nilai

standar deviasi 4,92 serta nilai minimal 4 dan nilai maksimal 25.

Tabel 2. Hasil Deskripsi Data *Post-test* Siswa SMPN 40 Surabaya

Mean	Minimal	Maksimal	Standar Deviasi	Variance
16,36	8	26	4,66	21,75

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa jumlah sampel pada *post-test* adalah 30 siswa. Hasil tes pada penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar terhadap ketepatan *service* bawah bolavoli pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMPN 40 Surabaya, untuk *post-test* nilai *mean* sebesar 16,36 dengan nilai varian 21,75. Sedangkan nilai standar deviasi 4,66 serta nilai minimal 8 dan nilai maksimal 26.

Tabel 3. Uji normalitas data

Data	Kolmogorov-smirnov Z	Sig (2-tailed)
Pretest	0,751	0,626
Posttest	0,661	0,775

Dari tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa hasil pengujian data dengan menggunakan analisis *one-sample kolmogorov-smirnov test* menunjukkan bahwa data *pretest* siswa SMPAN 40 Surabaya memiliki nilai signifikansi 0,626 > 0,05 sehingga hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti data tersebut berdistribusi normal, dan untuk *posttest* memiliki nilai signifikansi 0,775 > 0,05 sehingga hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji T Dependen

T	df	Sig. (2-tailed)
9,110	29	0,000

Analisis statistik inferensial dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *Paired Samples Test*. Hasil uji beda menggunakan *Paired Samples Test* akan menjawab rumusan masalah dan hipotesis penelitian.

Hasil perhitungan dengan SPSS untuk melihat gejala perbedaan pengaruh tampak pada Tabel 4 dibawah ini.

a. Berdasarkan hasil analisis seperti pada Tabel 4 tersebut diperoleh nilai t hitung sebesar 9,110 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05 ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak yang berarti ada perbedaan pada ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya.

Dari hasil uji *paired samples test* di atas, dapat diketahui bahwa ada perbedaan pada ketepatan *service* bawah

bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya.

Peningkatan:

$$\frac{M_p}{M_{pre}} \times 100 = \frac{9,57}{12,8} \times 100 = 27,89 \%$$

Dari perhitungan tersebut dapat diketahui besarnya peningkatan ketepatan *service* bawah melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar yaitu sebesar 27,89 %.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan yang dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 40 Surabaya dalam melakukan teknik dasar *service* bawah bolavoli pada hasil *pre test* dengan *post test* didapatkan nilai t hitung sebesar 9,110 dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak yang berarti ada perbedaan pada ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya.
2. Penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar dapat meningkatkan hasil tes sebesar 27,89 % ketepatan *service* bawah bolavoli pada peserta didik yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 40 Surabaya.

Saran

Berdasarkan uraian pada bab sebelumnya dan dari hasil penelitian yang diperoleh, maka selanjutnya diberikan saran sebagai berikut:

1. Terbukti bahwa ada perbedaan pada ketepatan *service* bawah bolavoli melalui penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar di SMP Negeri 40 Surabaya, maka disarankan dapat menjadi acuan bagi para guru ekstrakurikuler bolavoli dalam mengajarkan teknik dasar bolavoli agar kemampuan ketepatan *service* bawah bolavoli lebih cepat dikuasai.
2. Penerapan metode demonstrasi dengan bantuan media gambar dalam proses belajar mengajar di sekolah tidak hanya digunakan sebatas pada olahraga bolavoli saja, namun bisa juga digunakan pada proses pembelajaran olahraga lain yang bersifat individu maupun kelompok.

3. Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini hanya fokus pada ketepatan *service* bawah bolavoli, sebaiknya penelitian berikutnya menambahkan penerapan media yang lain sehingga hasil ketepatan *service* bawah bolavoli peserta didik akan lebih meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta
- Hidayat, Yusuf. 2010. *Peran Dukungan Sosial dan Faktor Personal dalam Aktivitas Jasmani Remaja: Analisis Model Teoretis dan Implementasinya dalam Penelitian*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani dan Kesehatan ISBN: 0987-9887 No. 4 Edisi Juni 2010
- Program Pangkalan Data Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Kemenpora. dalam <http://www.indsa.com/pdpjoi/?pdpjoi=1&idb=11> yang diakses pada pukul 21.35 tanggal 4 Maret 2013