

Efektifitas Hasil Belajar Passing Bawah Permainan Bola Voli dengan Metode Example Non-Example

Ilyas Hidayat¹, Ilham Arvan Junaidi², Hengki Kumbara³

^{1, 2, 3} Universitas PGRI Palembang, Jl. Lorong Gotong, 11 Ulu, Kec. Seberang Ulu II, Kota Palembang, Sumatera Selatan
ilyashidayat141@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effective example non-example learning model for class XI student learning outcomes at SMA Negeri 11 Palembang in carrying out underhand passing in a volleyball game. The method used in this study is the experimental research method. The type of research used in this research is Pre-Experimental Design. Using the design form "One-Group Pretest-Posttest Design", in this study there were pretest and posttest, so that the effect of treatment can be calculated by comparing the values of pretest and posttest. In the study, samples were taken from class XI MIPA 3, totaling 32 students. The initial test results obtained 24 students with low scores and 8 students with high scores. After being given treatment (example non-example), students experienced an increase, namely 26 students with high scores and 6 students with moderate grades. the average result of the student's initial test (pretest) was 46.45 and the average result of the student's final test (posttest) was 78.33. Because there has been an increase after being given treatment (treatment) compared to before being given treatment (treatment). In testing the hypothesis, the $t_{count} < t_{table}$ value was obtained, namely $22.410 < 1.729$, so that it can be concluded that there is an effectiveness of class XI IPA 3 student learning outcomes at SMA Negeri 11 Palembang City in passing under volleyball games through the non-example example method.

Keywords: Example Non-Example and Passing Under the Game of Volleyball

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui model pembelajaran *example non example* efektif untuk hasil belajar siswa kelas XI SMA Negeri 11 Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian Eksperimen. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design*. Menggunakan bentuk desain "*One-Group Pretest-Postes Design*", dalam penelitian ini terdapat *pretest* dan *posttest*, sehingga pengaruh *treatment* dapat dihitung dengan cara membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*. Dalam penelitian mengambil sampel dari kelas XI MIPA 3 yang berjumlah 32 siswa. hasil penelitian tes awal diperoleh 24 siswa dengan nilai rendah dan 8 siswa dengan nilai tinggi, setelah diberikan perlakuan (*example non-example*) siswa mengalami peningkatan yaitu 26 siswa dengan nilai tinggi dan 6 siswa dengan nilai sedang. hasil rata-rata tes awal (*pretest*) siswa sebesar 46,45 dan hasil rata-rata tes akhir (*posttest*) siswa sebesar 78,33. Karena telah terjadinya peningkatan setelah diberikan perlakuan (*treatment*) dibandingkan sebelum diberinya perlakuan (*treatment*). Pada pengujian hipotesis diperoleh nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$, yaitu $22,410 < 1,729$, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada efektifitas hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli melalui metode *example non-example*.

Kata Kunci: *Example Non-Example* dan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli

Copyright (c) 2023 Ilyas Hidayat, Ilham Arvan Junaidi, Hengki Kumbara

Corresponding author: Ilyas Hidayat

Email Address: ilyashidayat141@gmail.com (Jl. Gotong Royong, 11 Ulu, Kota Palembang, Sumatera Selatan)

Received 29 January 2023, Accepted 04 February 2023, Published 05 February 2023

PENDAHULUAN

Pendidikan berasal dari kata dasar "didik" yang mempunyai arti memelihara dan memberi latihan. Kedua hal tadi memerlukan adanya ajaran, tuntunan, serta pimpinan tentang kecerdasan pikiran. Pengertian Pendidikan artinya proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau sekelompok orang dalam usaha mendewasakan insan melalui upaya pedagogi dan pembinaan.

Pendidikan bertujuan buat berkembangnya potensi peserta didik agar sebagai insan yang beriman serta bertakwa pada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta sebagai rakyat negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Pendidikan jasmani merupakan proses Pendidikan melalui kegiatan, permainan atau cabang olahraga yang terpilih menggunakan maksud untuk mencapai tujuan Pendidikan. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial serta moral.

Pembelajaran artinya suatu atau serangkaian aktivitas buat mencapai suatu kondisi yang bisa membantu, memberi rangsangan, bimbingan, pengarahan serta dorongan pada siswa agar terjadi proses belajar, sehingga peserta didik bisa memperoleh (menerima), mengubah serta menyebarkan pengetahuan, perilaku serta keterampilan, dengan demikian pembelajaran bukanlah sekedar menyangkut masalah penyampaian materi pelajaran berasal pengajar kepada siswa, akan tetapi lebih luas dari itu ialah bagaimana menciptakan syarat korelasi yang bisa membantu, membimbing dan melatih siswa untuk belajar.

Permainan bola voli merupakan salah satu jenis permainan beregu. Sebagaimana diketahui prinsip utama pada permainan beregu artinya kolaborasi satu regu dengan tujuan mencapai kemenangan, buat mencapai tujuan yang dimaksudkan setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli. Teknik dasar yang dimaksud ialah *servis*, *passing*, *blocking*, dan *smash*.

Passing bawah ialah salah satu teknik dasar dalam permainan bola dan artinya upaya seorang pemain buat mengoper bola kepada teman satu regunya dengan menggunakan tangan sisi lengan bawah dengan cara mengayunkan ke 2 tangan asal bawah ke depan atas ke arah bola. *Passing* bawah khususnya dilakukan dalam upaya menahan segala jenis agresi yang dilancarkan regu lawan baik berupa *passing*, *smash*, dan lain sebagainya. Umumnya agresi yang dilancarkan adalah cepat, keras dan sempurna. Salah satu upaya yang efektif buat menahan agresi tersebut ialah menggunakan *passing* bawah. *Passing* bawah bola voli termasuk indicator materi utama pembelajaran bola voli pada SMA Negeri 11 Kota Palembang.

Berdasarkan hasil observasi yang sudah dilakukan penulis pada SMA Negeri 11 Kota Palembang khususnya pada kelas XI IPA 3, penulis melihat salah satu masalah yang serikali terjadi dalam pembelajaran permainan bola voli yaitu kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan praktik *passing* bawah serta metode pembelajaran yang terus-menerus sehingga yang akan terjadi belajar *passing* bawah peserta didik kurang maksimal serta kurangnya motivasi peserta didik pada melakukan teknik *passing* bawah. Buat mengatasi hal ini, perlu dicari metode atau contoh pembelajaran yang bisa membantu pengajar untuk meningkatkan hasil belajar serta kemampuan siswa melakukan *passing* khususnya dalam melakukan *passing* bawah.

Berdasarkan masalah-masalah diatas peneliti ingin menerapkan model pembelajaran *examples non examples*. *Example non example* adalah teknik yang dapat digunakan untuk mempercepat penguasaan konsep siswa. Model ini bertujuan untuk mempersiapkan siswa secara cepat dengan

menggunakan 2 hal yang terdiri dari *example* dan *non-example*. *Example* memberikan gambar/video akan sesuatu yang menjadi contoh akan suatu materi yang sedang dibahas, sedangkan *non-example* memberikan gambar/video akan sesuatu yang bukanlah contoh dari suatu materi yang sedang dibahas.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian Eksperimen. Metode penelitian eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment*/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan. Peneliti menggunakan bentuk desain “*One- Group Pretest - Postes Design*”, dalam penelitian ini terdapat *pretest* dan *posttest*, sehingga pengaruh *treatment* dapat dihitung dengan cara membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik tes awal (*pretest*) dengan tes akhir (*posttest*) pada *passing* bawah permainan bola voli berdasarkan dari Rencana Perancangan Pembelajaran (RPP) yang gunanya untuk mengetahui hasil *treatment* (perlakuan) yang diberikan kepada sampel. Analisis data penelitian merupakan langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji t. Sebelum data dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas.

HASIL DAN DISKUSI

Pada hasil penelitian ini berisikan uraian deskripsi data tentang hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli melalui metode pembelajaran *example non-example* pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang yang berjumlah 32 siswa. Penelitian dilaksanakan selama 3 kali pertemuan. Data diperoleh dari tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli. Siswa melakukan tes melalui 3 aspek penilaian yang diambil dari RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran).

Tabel 1. Hasil Belajar Nilai *Pretest* dan *Posttest* Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang *Passing* Bawah Permainan Bola Voli

Tes	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i>	32	32	87	50,29	11.645
<i>Posttest</i>	32	62	100	81,26	10.840

Deskripsi pengambilan hasil belajar tes awal (*pretest*) siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Tes Awal (*Pretest*) Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif	
1	Ade Aisyah Amelia	30	24	8.75	62.75
2	Amelia Amanda A	32.5	18	10	60.5

3	Andaf Samudra	20	12	6.25	38.25
4	Andina Fauri A	20	18	6.25	44.25
5	Aulia Ramadilla	27.5	12	10	49.5
6	Destania Putri	22.5	12	6.25	40.75
7	Dimas Fajar R	25	12	6.25	43.25
8	Elita Putri P	20	12	5	37
9	Eni Okta	22.5	12	7.5	42
10	Fadilah Indah Sari	20	18	7.5	45.5
11	Faisal Abdillah R	22.5	18	7.5	48
12	Harist Gilang F	20	18	8.75	46.75
13	Intan Zahra M	22.5	18	6.25	46.75
14	Karisha Athiya M	20	12	8.75	40.75
15	Lures Panroyen	37.5	18	8.75	64.25
16	M. Fathir Arkatama	50	24	12.5	86.5
17	M. Fathur Rizqi P	35	18	10	63
18	M. Prima Denis S	37.5	24	10	71.5
19	M. Rizki	37.5	18	6.25	61.75
20	Marshella Cantika	35	18	7.5	60.5
21	M. Yusuf Rapael	27.5	12	6.25	45.75
22	M. Habibi Saputra	37.5	12	5	54.5
23	M. Refly A	15	12	5	32
24	Nazua Aulia Putri	35	12	5	52
25	Nyimas Aulia	35	12	10	57
26	Putri Aulia K	32.5	12	12.5	57
27	Putri Maharani	27.5	12	10	49.5
28	Putri Mulia	20	12	5	37
29	Putri Ulandari	20	18	6.25	44.25
30	Putri Yanti	22.5	12	7.5	42
31	Riska Maharani	20	12	8.75	40.75
32	Sai'a Taibah	25	12	7.5	44.5
Jumlah					1609,75
Rata-Rata					46,45

Dari tabel diatas dapat diperoleh jumlah seluruh skor hasil belajar tes awal (*pretest*) siswa yaitu 1609,75 dan rata-rata hasil tes awal (*pretest*) siswa yaitu 46,45. Hasil belajar tes awal (*pretest*) *passing* bawah permainan bola voli siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri Kota Palembang diatas diinterpresentasikan kedalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes Awal (*Pretest*) Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang

Kategori	Nilai Interval	Frekuensi	
		Absolut	Relatif
Sangat Tinggi	90 – 100	0	0
Tinggi	70 – 89	2	6,25 %
Sedang	60 – 69	6	18,75 %
Rendah	40 – 59	20	62,5 %
Sangat Rendah	0 – 39	4	12,5 %
Jumlah		32	100 %

Berdasarkan tabel diatas dari seluruh sampel yang diambil berjumlah 32 siswa, terdapat 2

siswa (6,25%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Tinggi, 6 siswa (18,75%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Sedang, 20 siswa (62,5%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Rendah, dan 4 siswa (12,5%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Sangat Rendah, dalam melakukan tes awal (*pretest*) *passing* bawah permainan bola voli.

Deskripsi pengambilan data hasil belajar tes akhir (*posttest*) siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Tes Akhir (*Posttest*) Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Siswa Kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif	
1	Ade Aisyah Amelia	45	30	13,75	88,75
2	Amelia Amanda A	45	30	13,75	88,75
3	Andaf Samudra	40	18	15	73
4	Andina Fauri A	40	24	12,5	76,5
5	Aulia Ramadilla	37,5	30	16,25	83,75
6	Destania Putri	32,5	24	12,5	69
7	Dimas Fajar R	40	18	11,25	69,25
8	Elita Putri P	42,5	12	11,25	65,75
9	Eni Okta	37,5	30	12,5	80
10	Fadilah Indah Sari	42,5	30	13,75	86,25
11	Faisal Abdillah R	40	30	16,25	86,25
12	Harist Gilang F	40	30	15	85
13	Intan Zahra M	42,5	18	12,5	73
14	Karisha Athiya M	45	12	13,75	70,75
15	Lures Panroyen	50	30	17,5	97,5
16	M. Fathir Arkatama	50	30	20	100
17	M. Fathur Rizqi P	50	24	16,25	90,25
18	M. Prima Denis S	47,5	30	12,5	90
19	M. Rizki	45	30	15	90
20	Marshella Cantika	50	30	16,25	96,25
21	M. Yusuf Rapael	40	24	12,5	76,5
22	M. Habibi Saputra	37,5	18	15	70,5
23	M. Refly A	40	24	11,25	75,25
24	Nazua Aulia Putri	47,5	30	18,75	96,25
25	Nyimas Aulia	47,5	30	15	92,5
26	Putri Aulia K	47,5	24	15	86,5
27	Putri Maharani	45	30	16,25	91,25
28	Putri Mulia	35	24	10	69
29	Putri Ulandari	30	24	10	64
30	Putri Yanti	32,5	24	15	71,5
31	Riska Maharani	37,5	12	12,5	62
32	Sai'a Taibah	42,5	30	12,5	85
Jumlah					2600,25
Rata-Rata					78,33

Dari tabel diatas dapat diperoleh jumlah seluruh skor hasil belajar tes akhir (*posttest*) siswa yaitu 2600,25 dan rata-rata hasil tes akhir (*posttest*) siswa yaitu 78,33. Hasil tes akhir (*posttest*) *passing* bawah permainan bola voli siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri Kota Palembang diatas

diinterpresentasikan kedalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Distribusi Frekuensi

Kategori	Nilai Interval	Frekuensi	
		Absolut	Relatif
Sangat Tinggi	90 – 100	9	28,125 %
Tinggi	70 – 89	17	53,125 %
Sedang	60 – 69	6	18,75 %
Rendah	40 – 59	0	0
Sangat Rendah	0 – 39	0	0
Jumlah		32	100 %

Berdasarkan tabel diatas dari seluruh sampel yang diambil berjumlah 32 siswa, terdapat 9 siswa (28,125%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Sangat Tinggi, 17 siswa (53,125%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Tinggi, 6 siswa (18,75%) yang mendapatkan nilai dengan kategori Sedang, dalam melakukan tes akhir (*posttest*) *passing* bawah permainan bola voli. Adapun rekapitulasi hasil belajar dari tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) *passing* bawah permainan bola voli siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang sebagai berikut:

Tabel 6. Data Tes Awal (*Pretest*) dan Tes Akhir (*Posttest*) Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli

No	Hasil Test		Kenaikan
	Tes Awal (<i>Pretest</i>)	Tes Akhir (<i>Posttest</i>)	
1	62.75	88.75	26
2	60.5	88.75	28,25
3	38.25	73	34,75
4	44.25	76.5	32,25
5	49.5	83.75	34,25
6	40.75	69	28,25
7	43.25	69.25	26
8	37	65.75	28,75
9	42	80	38
10	45.5	86.25	40,75
11	48	86.25	38,25
12	46.75	85	38,25
13	46.75	73	26,25
14	40.75	70.75	30
15	64.25	97.5	33,25
16	86.5	100	13,5
17	63	90.25	27,25
18	71.5	90	18,5
19	61.75	90	28,25
20	60.5	96.25	35,75
21	45.75	76.5	30,75
22	54.5	70.5	16
23	32	75.25	43,25
24	52	96.25	44,25
25	57	92.5	35,5
26	57	86.5	29,5
27	49.5	91.25	41,75

28	37	69	32
29	44,25	64	19,75
30	42	71,5	29,5
31	40,75	62	21,25
32	44	85	41
Jumlah	1609,75	2600,25	
Rata-Rata	46,45	78,33	

Berdasarkan tabel.11 dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dari tes awal (*pretest*) ke tes akhir (*posttest*) dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Analisis data merupakan syarat yang harus dilakukan setelah peneliti mendapatkan hasil data dari penelitian dan data telah didistribusikan kedalam frekuensi maka peneliti harus menganalisis data tersebut dengan tahapan uji normalitas data, uji homogenitas data dan melakukan uji hipotesis pada data tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*).

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak normal. Jika data berdistribusi normal maka data dapat dilanjutkan dengan pengujian hipotesis parametrik. Kriteria pengujian H_a diterima jika nilai *Asymp Sig* $KS > 0,05$ maka data berdistribusi normal.

Tabel 7. Uji Normalitas *Kolmogrov Smirnov*

Data	<i>Asym Sig > 0,05</i>		Keterangan
	<i>Asym Sig.</i>	<i>Ltab</i>	
<i>Pretest</i>	0,58	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,14		Normal

Berdasarkan tabel diatas, kriteria pengujian hipotesis memenuhi syarat dimana H_a diterima apabila *Asym Sig* $> 0,05$ sehingga dinyatakan normal. Sementara data *Asym Sig* data *pretest* yaitu 0,58 $> 0,05$ data *Asym Sig* data *posttest* yaitu 0,14 $> 0,05$ maka dapat dinyatakan normal.

Uji homogenitas data bertujuan untuk mengetahui data berdistribusi secara homogen atau sebaliknya guna untuk kepentingan pengujian statistik parametrik. Kriteria pengujian H_a diterima jika nilai *Sig One Way Anova* $> 0,05$ maka data berdistribusi secara homogen.

Tabel 8. Uji Homogenitas *One Away Anova*

Data	<i>Sig > 0,05</i>		Keterangan
	<i>Sig.</i>	<i>Ltab</i>	
<i>Pretest</i>	0,83	0,05	Homogen
<i>Posttest</i>			

Berdasarkan tabel diatas, kriteria pengujian hipotesis memenuhi syarat dimana H_a diterima jika *Sig* $> 0,05$. Sementara data awal dan data akhir diatas mempunyai nilai *Sig* $> 0,05$ yaitu *Sig* 0,83 sehingga data dinyatakan homogen.

Setelah data berdistribusi normal dan homogen, maka selanjutnya akan melakukan uji hipotesis statistik parametrik. Pengujian statistik parametrik bertujuan untuk menguji hipotesis penelitian. Hipotesis yang diajukan adalah efektifitas hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli

dengan metode *example non-example* pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang diuji dengan menggunakan *paired t test*. Kriteria pengujian H_a diterima jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ pada 0,05 dengan (DF=N-1) maka hasil pengujian dinyatakan memiliki efektif.

Tabel 9. Uji Hipotesis *Paired Sampel T Test*

Set	Mean	SD	T _{hitung}	A	T _{tabel}	Keterangan
Pretest	50,29	11.645	22.410	0.05	2.042	Efektifitas
Posttest	81,26	10.840				

Berdasarkan tabel hasil pengujian hipotesis diatas, maka penelitian ini dapat dinyatakan bahwa adanya efektifitas yang signifikan atas hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli melalui metode *example non-example* pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang, karena terhitung t_{hitung} (22.410) < t_{tabel} (2.042).

Dalam melaksanakan penelitian di SMA Negeri 11 Kota Palembang, seluruh siswa kelas XI IPA 3 sangat antusias mengikuti tahapan demi tahapan yang diberikan, itu dikarenakan sebagian dari siswa kelas XI IPA 3 yang merupakan atlet permainan bola voli. Data penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan penelitian metode *example non-example* dapat menciptakan peningkatan yang sangat baik bagi hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dikarenakan metode *example non-example* ini bertujuan untuk efektifitas hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli.

Dari data hasil penelitian yang dilakukan peneliti melalui tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) *passing* bawah permainan bola voli menunjukkan bahwa ada efektifitas yang signifikan terhadap hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang melalui metode *example non-example*, karena terhitung $t_{hitung} < t_{tabel}$ yaitu $22,410 < 1,729$. Adanya efektifitas hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli melalui metode *example non-example* dapat dilihat juga berdasarkan nilai rata-rata hasil tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) siswa, hasil rata-rata tes awal (*pretest*) siswa sebesar 46,45 dan hasil rata-rata tes akhir (*posttest*) siswa sebesar 78,33. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang, hasil rata-rata tes awal (*pretest*) siswa sebesar 46,45 dan hasil rata-rata tes akhir (*posttest*) siswa sebesar 78,33. Hal tersebut membuktikan bahwa metode *example non-example* efektif untuk hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Karena telah terjadinya peningkatan setelah diberikan perlakuan (*treatment*) dibandingkan sebelum diberinya perlakuan (*treatment*). Pada pengujian hipotesis diperoleh nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ yaitu $22,410 < 1,729$, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada efektifitas hasil belajar siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang dalam melakukan

passing bawah permainan bola voli. Dan hasil tersebut diartikan hipotesis diterima, sehingga hipotesisnya menyatakan bahwa adanya efektifitas yang signifikan terhadap hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 11 Kota Palembang melalui metode *example non-example*.

REFERENSI

- Anisa Herdiyana, G. P. (2016, Januari). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Mengacu Pada Pembiasaan Sikap Fair Play Dan Kepercayaan Pada Peserta Didik. *Jurnal Olahraga Prestasi*.
- Apriani, Atik. 2010. *Implementasi model pembelajaran examples non examples*. FKIP PGMI. IKIP PGRI Sumedang
- Bangun, S. Y. (2017). Analisis Tujuan Materi Pelajaran dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan . *Jurnal Cerdas Sifa*.
- Dieter Kruber. (2010). Bola Voli, Pembinaan Teknik Taktik dan Kondisi, PT. Gramedia Jakarta.
- Dr, B. A. (2017). Pengertian Pendidikan Jasmani.
- Endin. (2018). *Rumusan Tujuan Pendidikan Nasional Pasal 3 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No 20 Tahun 2003*.
- Gilang Abdi Wisnu Pradana, A. M. (2018, November). Penerapan Model Pembelajaran Example Non Example Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Tungkai Bengkok. *PHEDERAL*.
- Hamalik, O. (2019). KURIKULUM dan PEMBELAJARAN. jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Imas Kurniasih & Berlin Sani, (2016). *Ragam Pengembangan Model Pembelajaran untuk Peningkatan Profesionalitas Guru*. Yogyakarta: Kata Pena.
- Komalasari. 2010. *Penerapan Model Pembelajaran Examples Non Examples*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Komarudin. (2016). *Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muhammad Iqbal, L. P. (2022, Desember). Peningkatan Hasil Belajar Lempar Bola Pada Masa Covid-19 Pada Permainan Bola Kasti Dengan Pendekatan Scientific Teknik Example Non Example Pada Siswa Kelas V SDN 016536 Bagan Asahan T.A. 2020/2021. *JUMPER (Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga)*.
- Nana Sudjana. (2012). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, PT. Remaja Rosdakarya.
- Rahyubi, H. (2014). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Bandung: Nusa Media.
- Rusman. (2013). *Model-model pembelajaran: mengembangkan profesionalisme guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sanyoko. (2021). Peningkatan Kemampuan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Lari Jarak Jauh) Melalui Model Pembelajaran Example Non Example Siswa Kelas VII SDN Menggare Kabupaten Ponorogo Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal Ilmiah Pengembangan Pendidikan*.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Fakto-faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta, Rineka Cipta.

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Alfabeta.

Yusmar, A. (2017, Juli 1). Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Universitas Riau, 1*.