

**PERBEDAAN METODE LATIHAN DRILL DAN METODE BERMAIN TERHADAP
PRESTASI PASSING DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA MTsN 1 PIDIE
TAHUN AJARAN 2024/2025**

Oleh

Nafilah, Amirzan, Indah Lestari

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Universitas Jabal Ghafur
nafilahnafilah85@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Perbedaan Metode Latihan Drill dan Metode Bermain terhadap Kemampuan Prestasi Passing dalam Permainan Bola Voli pada Siswa MTsN 1 Pidie Tahun Ajaran 2024/2025” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan dampak antara metode drill dan metode bermain dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar passing dalam permainan bola voli. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan eksperimen semu (quasi-experiment). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 60 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok yang diberi perlakuan dengan metode drill dan kelompok yang diberi perlakuan dengan metode bermain. Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan passing yang dilaksanakan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) perlakuan diberikan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial yang mencakup uji normalitas, uji linearitas, uji korelasi, serta uji hipotesis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kedua metode pembelajaran memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan passing siswa. Namun, metode bermain menunjukkan pengaruh yang lebih signifikan, dengan nilai rata-rata post-test yang lebih tinggi dan kontribusi efektif sebesar 37,5%, jika dibandingkan dengan metode drill yang hanya sebesar 33,5%. Oleh karena itu, metode bermain lebih disarankan dalam pengajaran teknik dasar bola voli, karena dapat meningkatkan hasil pembelajaran sekaligus menghadirkan suasana belajar yang menyenangkan dan partisipatif.

Kata Kunci: Metode Drill, Metode Bermain, Passing, Bola Voli, MTsN 1 Pidie

PENDAHULUAN

Pendidikan nasional bertujuan untuk mengoptimalkan potensi siswa demi tercapainya masyarakat yang sejahtera. Hal ini dijelaskan dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional. Pada Bab II Pasal 3, dinyatakan bahwa pendidikan nasional memiliki fungsi untuk mengembangkan kemampuan serta membentuk karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat. Tujuan

pendidikan ini adalah untuk mencerdaskan kehidupan berbangsa, sekaligus mengembangkan potensi peserta didik menjadi individu yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, bersikap mulia, sehat, berpengetahuan, terampil, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Berdasarkan Permendiknas No. 22 Tahun 2006, mengenai tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, peserta

didik diharapkan dapat mencapai kemampuan sebagai berikut:

1. Mengasah keterampilan dalam mengelola diri untuk pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang dipilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang optimal.
3. Meningkatkan kemampuan gerak dasar.
4. Membangun karakter moral yang kuat melalui penanaman nilai-nilai pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, mampu bekerja sama, percaya diri, dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, serta lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang ideal, pola hidup sehat, kebugaran yang baik, keterampilan, serta sikap positif.

Untuk mencapai tujuan tersebut di institusi pendidikan, terdapat dua kegiatan utama yang dilaksanakan di sekolah, yaitu kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah proses belajar mengajar yang berlangsung dalam jam pelajaran, sedangkan kegiatan ekstrakurikuler adalah wadah untuk menyalurkan bakat dan minat siswa di luar jam pembelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler memiliki peran signifikan dalam pengembangan potensi diri siswa dan sebagai sarana untuk meraih prestasi di luar akademik.

Pendidikan jasmani menjadi bagian penting dari sistem pendidikan yang

keseluruhan, bertujuan untuk meningkatkan aspek kebugaran fisik, keterampilan motorik, pengetahuan tentang olahraga, serta sikap sportif dan sosial siswa. Salah satu olahraga yang diajarkan di sekolah adalah voli. Dalam permainan voli, keterampilan teknik dasar sangat berpengaruh pada kualitas permainan, terutama kemampuan passing yang menjadi dasar dalam membangun serangan.

Permainan voli merupakan salah satu jenis permainan tim yang menarik dan tidak memerlukan biaya yang besar untuk melaksanakannya. Dengan hanya membutuhkan area kosong sebagai lapangan, sebuah jaring, dan sebuah bola, permainan ini dapat dilakukan. Inilah salah satu alasan mengapa voli semakin populer dan disukai di kalangan masyarakat di Indonesia, baik untuk usia muda, tua, pria maupun wanita. Selain itu, semakin banyak pula pembinaan olahraga voli yang dilakukan di berbagai instansi seperti perusahaan, pemerintah, serta lembaga pendidikan mulai dari sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), sekolah menengah kejuruan (SMK), hingga perguruan tinggi negeri/swasta (PTN/PTS).

Pembinaan-pembinaan ini bertujuan memberikan ruang bagi penyaluran bakat dan minat seseorang dalam bermain voli, khususnya bagi anak-anak yang berada dalam usia pertumbuhan, umumnya masih di bangku SD atau SMP. Dengan diperkenalkannya voli sejak dini, diharapkan anak-anak mampu memahami, mempelajari, dan bermain permainan ini dengan baik. Mengingat pada usia pertumbuhan, anak-anak lebih cepat menerima hal-hal baru, terutama terkait dengan gerakan jika disampaikan secara teratur dan terarah.

Meskipun begitu, untuk dapat bergerak dan bermain voli dengan baik, anak-anak yang masih muda menemui banyak kesulitan. Dibutuhkan waktu dan usaha yang cukup untuk menguasai keterampilan gerak dalam bermain

voli secara baik. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa voli adalah permainan yang memerlukan kecepatan, kelincahan, dan ketangkasan dari para pemainnya.

Untuk menjadi pemain voli yang handal, seseorang harus menguasai teknik dasar permainan ini. Beberapa teknik dasar dalam voli meliputi servis, passing, blok, smash, dan spike. Dari berbagai teknik dasar itu, yang paling krusial untuk dikuasai adalah teknik passing. Passing terbagi menjadi dua jenis, yaitu passing bawah dan passing atas. Menurut Wahyuni dan Sutarmin (2012 : 5), passing adalah cara memukul bola menggunakan dua tangan yang bersatu dan digerakkan dari bawah (passing bawah) atau memukul bola dengan dua tangan terpisah dengan jari-jari terbuka di atas kepala sedikit ke depan (passing atas). Keterampilan dasar passing dalam voli harus dikuasai oleh para pemain karena permainan voli sering dilakukan dengan passing sebelum dilakukan smash. Teknik dasar dalam voli adalah kemampuan inti yang harus dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain saat bermain.

Passing adalah salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam voli yang perlu dikuasai oleh siswa. Namun dalam pelaksanaannya, banyak siswa yang kesulitan melakukan passing dengan baik. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya variasi metode latihan yang digunakan oleh guru PJOK selama pembelajaran. Oleh karena itu, pemilihan metode latihan yang tepat menjadi salah satu faktor penting untuk meningkatkan kemampuan passing siswa.

Keberhasilan dalam menguasai keterampilan gerakan voli didorong oleh beberapa faktor penting, salah satunya adalah metode pembelajaran yang sesuai. Ketertarikan siswa atau atlet untuk belajar suatu keterampilan juga dipengaruhi oleh metode yang digunakan dalam pembelajaran. Metode pembelajaran dapat berupa penerapan cara-cara yang memudahkan proses belajar agar lebih efektif dan tujuan yang diinginkan tercapai.

Penerapan metode dalam latihan ekstrakurikuler voli terlihat masih kurang bervariasi, yang menyebabkan kemampuan teknik dasar passing siswa juga belum memadai. Bentuk latihan yang menarik dan tidak membosankan serta suasana latihan yang menyenangkan dapat mendorong semangat dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler voli. Akhirnya, diharapkan keterampilan gerak siswa dalam bermain voli, khususnya penguasaan teknik dasar, dapat meningkat. Untuk mencapai sasaran pembelajaran, ada beberapa aspek yang harus diperhatikan agar tujuan pembelajaran voli dapat tercapai, salah satunya adalah penggunaan metode pembelajaran yang efektif.

Metode pembelajaran adalah elemen yang sangat penting dalam proses belajar. Guru pendidikan jasmani perlu mempelajari dan memahami berbagai metode pengajaran yang tepat untuk diterapkan kepada siswa sesuai dengan tingkat mereka. Menurut Sudjana (2013, hlm. 76), metode mengajar adalah teknik yang digunakan oleh guru untuk berinteraksi dengan siswa selama proses belajar mengajar.

Oleh sebab itu, jenis metode pengajaran yang efektif untuk meningkatkan kemampuan dasar passing pelajar dalam permainan bola voli adalah metode latihan (drill) dan metode pendidikan melalui bermain. Dalam bola voli, untuk meningkatkan kemampuan passing siswa bisa menggunakan metode drill dan metode belajar sambil bermain agar permainan bola voli berkembang. Dengan adanya perbedaan antara kedua metode pembelajaran ini, dalam menerapkan keduanya, guru atau pelatih perlu pertimbangkan faktor-faktor penyangga lainnya, salah satunya adalah kelincahan. Kelincahan adalah salah satu unsur penting dalam kebugaran fisik yang sangat dibutuhkan untuk berbagai aktivitas yang memerlukan perubahan posisi tubuh dan anggotanya dengan cepat.

Dua metode yang umum digunakan dalam pengajaran keterampilan motorik adalah metode drill dan metode bermain. Metode drill adalah bentuk latihan yang dilakukan secara berulang dengan tujuan membentuk kebiasaan gerak serta memperbaiki penguasaan teknik secara spesifik. Metode ini sangat efektif untuk meningkatkan ketepatan dan konsistensi gerakan. Sementara itu, metode bermain menciptakan suasana yang menyenangkan dan kontekstual, di mana siswa bisa belajar lewat pengalaman bermain yang mirip dengan situasi permainan yang sesungguhnya.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa setiap metode memiliki keunggulan masing-masing. Metode drill lebih unggul dalam hal pengulangan dan penguatan teknik, sedangkan metode bermain dapat meningkatkan motivasi, kreativitas, serta pemahaman situasional siswa dalam konteks permainan (Suharno, 2019; Widiastuti, 2020). Dengan demikian, perbedaan antara kedua metode ini adalah metode drill melibatkan latihan berulang pada satu jenis gerakan atau lebih, sedangkan dalam metode bermain, siswa berlatih melalui bentuk yang lebih santai sambil bermain. Karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai perbandingan kedua metode ini dalam meningkatkan prestasi passing siswa, terutama di tingkat MTsN yang sedang berada pada fase perkembangan koordinasi motorik yang cukup baik.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan secara rinci di atas, peneliti merasa tertarik dan ingin mengumpulkan data lengkap untuk memahami perbedaan pengaruh antara metode latihan drill dan metode bermain terhadap prestasi passing bola voli di MTsN1 Pidie. Dengan demikian, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian ilmiah dengan judul : “Perbedaan Metode Latihan Drill dan Metode Bermain terhadap Prestasi Passing pada siswa MTsN 1 Pidie Tahun Pelajaran 2024/2025”

LANDASAN TEORITIS

Hakikat Bolavoli

Permainan bolavoli merupakan olahraga beregu yang diajarkan di semua jenjang pendidikan dan populer di masyarakat karena murah, mudah, serta menyenangkan. Permainan ini dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang. Bolavoli pertama kali diciptakan oleh William G. Morgan pada 1895 di Amerika Serikat dan awalnya bernama "mintonette." Permainan ini kemudian berkembang di Indonesia sejak masa penjajahan Belanda dan menjadi populer secara nasional sejak pembentukan PBVSI pada tahun 1955.

Bolavoli terbagi dalam dua jenis: bolavoli indoor (6 pemain) dan bolavoli pantai (2 pemain), dengan perbedaan aturan dan ukuran lapangan. Tujuan permainan ini adalah menjatuhkan bola di area lawan untuk memperoleh poin, menggunakan sistem rally point hingga 25 poin (selisih dua). Permainan ini membutuhkan kerja sama tim, koordinasi, serta keterampilan teknis dan mental yang baik.

Banyak ahli menekankan bahwa bolavoli adalah olahraga kompetitif yang mengembangkan kekuatan, koordinasi, taktik, dan nilai-nilai karakter seperti disiplin, sportif, dan tanggung jawab. Selain itu, bolavoli bisa menjadi sarana rekreasi dan juga olahraga prestasi.

Gerak-gerak Bermain Bolavoli

Permainan bolavoli melibatkan gerak-gerak eksplosif, cepat, dan berintensitas tinggi, sehingga menuntut kekuatan fisik dan mental. Gerak dalam bolavoli adalah cara memainkan bola secara efisien dan sesuai peraturan demi hasil optimal. Penguasaan gerak dasar penting untuk menghindari kesalahan, menerapkan taktik, dan memenangkan pertandingan.

Gerak dasar bolavoli mencakup:

- 1). **Service** – Teknik awal permainan yang berfungsi sebagai serangan pertama dan penentu ritme permainan.

2). Passing, Set-up (umpan), Smash, dan Block – Merupakan bagian dari keterampilan wajib dalam permainan tim yang efektif.

Penguasaan teknik dasar sangat penting untuk menunjang prestasi dan menentukan keberhasilan suatu regu dalam pertandingan.

Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli memerlukan penguasaan teknik dasar untuk mencapai efektivitas dalam bermain. Teknik dasar tersebut meliputi passing (bawah dan atas), umpan (set-up), smash, dan block.

1) Passing

Passing merupakan teknik untuk menerima dan mengoper bola kepada rekan satu tim sebagai langkah awal menyusun pola serangan. Passing terdiri dari dua jenis, yaitu:

1). Passing Bawah

Digunakan untuk menerima bola rendah seperti dari service atau smash lawan. Posisi tubuh yang baik saat melakukan passing bawah adalah kaki dibuka selebar bahu, lutut ditekuk, badan condong ke depan, dan kedua tangan dikunci rapat dengan telapak tangan saling menekan. Passing bawah menjadi dasar pertahanan dan sangat penting dalam menjaga bola tetap dalam permainan.

2). Passing Atas

Digunakan ketika bola datang dari atas bahu. Passing ini penting dalam menyusun serangan dan lebih sering digunakan untuk memberikan bola ke pemain lain yang akan melakukan smash. Posisi awal adalah berdiri seimbang, tangan di depan dada, dan jari-jari membentuk bulatan. Bola menyentuh ruas jari tangan bagian dalam, bukan telapak, dengan gerakan lanjutan yang harmonis.

3). Umpan (Set-up)

Umpan adalah gerakan melambungkan bola ke udara agar dapat diserang oleh rekan satu tim. Umpan yang efektif harus memenuhi syarat: melambung dengan tenang, berada di atas net, cukup tinggi untuk smash, dan

jaraknya disesuaikan dengan pola serangan yang diinginkan.

4). Smash

Smash adalah gerakan memukul bola ke bawah dengan kekuatan penuh untuk mendapatkan poin. Gerakan ini umumnya dilakukan dengan lompatan dan pukulan cepat yang menukik, mengarahkan bola ke area lawan. Smash merupakan teknik serangan utama yang sangat menentukan kemenangan tim.

4) Bendungan (Block)

Blocking adalah usaha menahan atau membendung smash lawan dengan menjulurkan tangan ke atas net. Block hanya boleh dilakukan oleh pemain depan dan merupakan pertahanan pertama terhadap serangan lawan. Walaupun tidak mudah, block yang efektif bisa menggagalkan smash lawan dan bahkan menghasilkan poin.

Metode Latihan Keterampilan (Drill)

Pengertian dan Tujuan

Metode drill adalah teknik pembelajaran yang menekankan latihan berulang-ulang untuk menanamkan keterampilan. Dalam pembelajaran olahraga, metode ini sangat cocok digunakan untuk meningkatkan ketepatan gerak, refleks motorik, dan penguasaan teknik dasar. Tujuannya antara lain:

- 1) Membentuk kebiasaan gerak yang benar.
- 2) Meningkatkan penguasaan teknik secara otomatis.
- 3) Menyiapkan siswa menghadapi situasi permainan sesungguhnya.

Karakteristik Metode Drill

Ciri utama metode ini adalah latihan dengan repetisi tinggi, fokus pada keterampilan spesifik, dan bersifat individual atau kelompok kecil. Gerakan dilakukan dalam pola tetap tanpa banyak variasi, sehingga siswa dapat memusatkan perhatian pada perbaikan teknik.

Keunggulan dan Kelemahan

Keunggulan:

- 1) Mempercepat penguasaan teknik dasar.
- 2) Cocok untuk pemula.
- 3) Memberi umpan balik langsung terhadap kesalahan.

Kelemahan:

- 1) Cenderung membosankan karena monoton.
- 2) Kurang melatih kemampuan dalam situasi permainan nyata.
- 3) Tidak membentuk respons taktis atau pengambilan keputusan.

Penerapan dalam Pembelajaran

Dalam pelajaran PJOK, metode drill biasanya digunakan untuk melatih teknik seperti service, passing, atau smash. Guru dapat memulai dengan demonstrasi, dilanjutkan dengan pengulangan oleh siswa. Variasi alat bantu atau pengaturan kelompok kecil dapat digunakan agar latihan lebih menarik.

Metode Latihan Bermain (Simulasi)

Pengertian dan Tujuan

Metode bermain atau simulasi adalah pendekatan pembelajaran aktif yang menggunakan situasi permainan untuk melatih keterampilan motorik. Dalam metode ini, siswa belajar melalui pengalaman langsung dalam suasana yang menyenangkan. Tujuannya antara lain:

- 1) Meningkatkan keterampilan motorik dalam konteks nyata.
- 2) Meningkatkan motivasi belajar.
- 3) Melatih pengambilan keputusan dan kerja sama.
- 4) Menumbuhkan sportivitas dan keberanian.

Karakteristik Metode Bermain

Ciri khasnya adalah:

- 1) Aktivitas menyerupai permainan nyata.
- 2) Menyenangkan dan interaktif.
- 3) Meningkatkan partisipasi aktif siswa.
- 4) Dinamis dan penuh tantangan.

Keunggulan dan Kelemahan

Keunggulan:

- 1) Meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa.

- 2) Mengembangkan kreativitas dan kerja sama.
- 3) Mencerminkan kondisi pertandingan sesungguhnya.

Kelemahan:

- 1) Kurang cocok untuk pemula yang belum menguasai teknik dasar.
- 2) Sulit dikendalikan jika siswa terlalu bebas.
- 3) Fokus teknik bisa kurang tajam dibanding metode drill.

Penerapan dalam Pembelajaran

Metode ini cocok digunakan setelah siswa menguasai teknik dasar. Dalam pembelajaran voli, guru dapat mengadakan permainan seperti “passing berantai” atau “voli mini” 3 lawan 3. Metode ini juga cocok dalam pendekatan Teaching Games for Understanding (TGfU), yang mengintegrasikan teknik dan taktik dalam situasi permainan yang disesuaikan dengan tingkat siswa.

Penguasaan teknik dasar bolavoli seperti passing, set-up, smash, dan block sangat penting dalam membentuk pola permainan yang efektif. Dalam pembelajaran keterampilan tersebut, metode drill dan metode bermain dapat digunakan secara berimbang. Drill membantu menguasai teknik secara tepat, sedangkan metode bermain mengasah penerapannya dalam situasi permainan nyata. Keduanya saling melengkapi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK yang aktif, menyenangkan, dan bermakna.

METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini mengadopsi metode eksperimen semu (quasi experiment) yang berlandaskan pada pendekatan kuantitatif. Penelitian Eksperimen bertujuan untuk memahami hubungan sebab-akibat antara variabel (Maksum, 2012: 65). Sedangkan, eksperimen semu merupakan penelitian yang tidak memenuhi keempat kriteria berikut:

adanya pre-test dan post-test sebagai ukuran keberhasilan, penerapan perlakuan, keberadaan kelompok kontrol, serta proses pengacakan (Maksum, 2012: 67). Karena tidak ada kelompok kontrol dalam penelitian ini, maka pendekatan yang digunakan disebut eksperimen semu. Fokus dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perbedaan antara dua kelompok yang mendapat perlakuan. Penelitian ini dilakukan untuk menilai peningkatan hasil belajar teknik passing dalam permainan bolavoli di MTsN 1 Pidie.

Populasi dan Sampel

Populasi mengacu pada area generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki jumlah dan karakteristik tertentu, yang ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, populasi yang dimaksud adalah siswa-siswi MTsN 1 Pidie Tahun Ajaran 2024/2025, yang telah mengikuti pembelajaran bolavoli serta metode latihan drill dan bermain, berjumlah 60 siswa.

Sampel adalah sekelompok kecil individu atau objek yang dipilih sebagai representasi dalam penelitian. Sampel yang baik harus mencerminkan populasi semaksimal mungkin, sehingga karakteristik dan sifat sampel sejajar dengan karakteristik dan sifat populasi (Maksum, 2012: 53-54). Peneliti menggunakan teknik purposive sampling untuk mengambil sampel atau responden, yaitu metode pengambilan sampel yang didasarkan pada karakteristik yang sudah diketahui dari populasi (Maksum, 2012: 60). Dengan demikian, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 siswa.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen Penelitian

Menurut Maksum (2012: 137), instrumen merupakan alat yang digunakan untuk mengukur dan mengumpulkan data yang

dibagi menjadi dua kategori: tes dan non-tes. Dalam penelitian ini digunakan tes. Tes adalah sebuah prosedur yang terorganisir dan objektif untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan dengan cara yang cukup tepat.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Teknik Dasar Mengumpan (passing), yang bertujuan untuk menilai proses penguasaan tahapan gerakan dasar passing dalam permainan bolavoli. Penilaian dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan penilaian dari ahli (judgement expert), yang mencakup tahapan mengumpan mulai dari posisi awal, perkenaan (impact), hingga gerakan lanjutan (follow through). Peserta diminta untuk melakukan tahapan gerakan dasar passing sesuai dengan komponen yang telah ditentukan, untuk mendapatkan nilai akhir dari tes yang dilakukan.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memberikan tes keterampilan bermain bolavoli, baik berupa tes awal (pre-test) maupun tes akhir (post-test). Sebelum perlakuan diterapkan dengan menggunakan model latihan passing, baik metode drill maupun metode bermain, dilakukan terlebih dahulu tes awal pada sampel. Setelah pelaksanaan kegiatan pembelajaran, tes akhir juga dilakukan, yaitu dengan tes passing. Pelaksanaan tes dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Peserta tes berdiri di belakang garis serang.
- 2) Bola diluncurkan dari posisi lapangan yang berbeda.
- 3) Peserta mengumpan bola sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan.
- 4) Setiap peserta diberikan kesempatan untuk melakukan tes passing sebanyak 6 kali.
- 5) Nilai dari setiap umpan ditentukan berdasarkan posisi di mana bola jatuh.
- 6) Nilai nol akan diberikan jika bola

dimainkan dengan cara yang tidak sah, yaitu jika bola tidak melewati tali yang ditetapkan, menyentuh garis tengah, atau jatuh di luar sasaran.

- 7) Jika bola mengenai garis sasaran kecuali garis tengah, itu akan dianggap telah mencapai poin yang valid.
- 8) Hasil yang dicatat adalah total dari enam nilai tertinggi.

Gambar 1

Lapangan Tes Passing

a. Observasi

Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan *Pre-Test* teknik dasar *Passing*, memberikan perlakuan dengan metode latihan dan metode bermain kepada masing-masing kelompok, dan *Post-Test* teknik dasar *Passing*.

3.1 Teknik Pengolahan Data

Menurut Hasan (2008: 17), pengumpulan data melibatkan pencatatan peristiwa atau karakteristik dari bagian atau seluruh elemen populasi. Dalam penelitian ini, pendekatan yang dipakai adalah pengumpulan data melalui pengujian dan permainan. Proses pengambilan data dilakukan di lapangan voli MTsN 1 Pidie. Tujuan dari penggunaan metode ini adalah untuk mendapatkan dan mengumpulkan data yang sederhana serta menjelaskan hubungan antara variabel dalam penelitian.

Sebelum melakukan analisis data, diperlukan deskripsi dari setiap variabel. Deskripsi tersebut akan menjelaskan nilai terendah dan tertinggi, mean, median, modus, serta standar deviasi. Mengacu pada Sugiyono (2009:36), langkah pertama adalah menghitung jumlah kelas interval. Jumlah kelas interval

dihitung menggunakan rumus Sturges ($1+3,3 \log n$).

Setelah semua uji prasyarat terpenuhi, langkah berikutnya adalah melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara keduanya, dan langkah berikutnya adalah menguji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Untuk melakukan uji normalitas, pertama-tama dilakukan untuk distribusi data normal atau tidak. Hal ini baik untuk dilakukan karena data yang digunakan dalam uji normalitas adalah data yang telah diubah menjadi T-score dan diasumsikan normal. Keunggulan dari uji ini adalah kesederhanaannya dan tidak menimbulkan perbedaan pendapat antara satu pengamat dan pengamat lainnya, sesuatu yang sering terjadi pada uji normalitas menggunakan grafik. Uji normalitas ini dianalisis menggunakan program SPSS.

Menurut metode Kolmogorov Smirnov, kriteria untuk pengujian adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (0,05), maka berarti tidak ada perbedaan signifikan antara data yang diuji dengan data normal baku, yang menunjukkan bahwa data tersebut normal (Safar, 2010).

b. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel bebas dan terikat bersifat linear. Dalam pengujian ini, digunakan metode Test For Linearity. Jika nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan $> 0,05$), maka data tersebut normal, sedangkan jika nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan $< 0,05$).

Adapun rumus koefisien korelasi Product Moment Pearson adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan Y
- x : Skor pada variabel bebas (misal: kemampuan mengumpan)
- y : Skor pada variabel terikat (kemampuan bermain bola voli)
- N : Jumlah sampel
- $\sum$: Penjumlahan total

Setelah nilai r_{xy} diperoleh, dilakukan uji signifikansi dengan membandingkan nilai r_{hitung} dengan nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan (df)=N -2.

Kriteria pengambilan keputusan:

- Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel.
- Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka hubungan antara variabel tidak signifikan.

Uji Hipotesis

Untuk mengetahui seberapa besar sumbangan yang diberikan oleh metode latihan drill dan metode bermain terhadap kemampuan bermain bola voli siswa MTsN 1 Pidie tahun ajaran 2024/2025 dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

a. Subangan Efektif

Menurut Sugiyono (2016:246), sumbangan efektif (SE) suatu variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dihitung dengan mengalikan nilai koefisien beta (β) hasil regresi standar dengan koefisien korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat, kemudian dikalikan dengan 100 persen untuk memperoleh bentuk persentase kontribusinya.

$$SE(X)\% = \text{Beta}_x \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$$

b. Sumbangan Relatif

Sugiyono (2016: 247) menjelaskan Sumbangan relatif dihitung dengan cara membagi sumbangan efektif masing-masing

variabel dengan R square, kemudian dikalikan 100%.

$$SR(X)\% = \frac{\text{Sumbangan Efektif}(X)\%}{R_{square}}$$

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik **metode drill** maupun **metode bermain** sama-sama memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli pada siswa MTsN 1 Pidie. Hal ini dibuktikan melalui perbandingan nilai pre-test dan post-test pada kedua kelompok yang mengalami peningkatan secara signifikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kedua metode memiliki efektivitas dalam meningkatkan penguasaan teknik gerak dasar permainan bola voli, khususnya dalam keterampilan mengumpan (*passing*).

Namun demikian, terdapat perbedaan tingkat efektivitas antara kedua metode tersebut. Kelompok yang menggunakan **metode bermain** menunjukkan skor rata-rata post-test yang **lebih tinggi** dibandingkan dengan kelompok yang menggunakan metode drill. Selain itu, hasil **uji korelasi** dan **perhitungan kontribusi** (sumbangan efektif dan relatif) juga menunjukkan bahwa metode bermain memberikan **pengaruh yang lebih signifikan** terhadap hasil belajar siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan lebih mampu membangkitkan motivasi, antusiasme, serta keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran.

Temuan ini diperkuat oleh teori yang dikemukakan oleh para ahli pendidikan jasmani. Suherman (2011) menyatakan bahwa pendekatan pembelajaran yang berbasis permainan memiliki berbagai keunggulan, antara lain dapat membangun suasana belajar yang menyenangkan dan tidak menegangkan, meningkatkan semangat kompetitif secara sehat, serta mengembangkan keterampilan

sosial seperti kerja sama, komunikasi, dan sportivitas. Selain itu, pendekatan ini juga memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual dan bermakna, karena siswa belajar teknik dan taktik permainan dalam situasi yang menyerupai permainan sebenarnya.

Metode bermain juga secara alami mendorong pengembangan keterampilan motorik siswa. Ketika siswa terlibat dalam kegiatan bermain yang terstruktur, mereka tidak hanya melatih keterampilan teknis seperti passing, tetapi juga kemampuan kognitif dan afektif seperti pengambilan keputusan cepat, penyesuaian terhadap dinamika permainan, serta rasa percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Dengan demikian, metode bermain tidak hanya berfungsi sebagai sarana penguasaan keterampilan, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter dan sikap positif dalam berolahraga.

Sementara itu, **metode drill**, meskipun juga menunjukkan peningkatan hasil belajar, cenderung lebih menekankan pada pengulangan teknik yang sama secara berulang-ulang. Hal ini baik untuk memperkuat aspek teknik dasar, namun memiliki keterbatasan dalam menumbuhkan variasi gerak, kreativitas, dan antusiasme siswa dalam jangka panjang. Drill yang terlalu monoton dapat menimbulkan kejenuhan, apalagi jika tidak diimbangi dengan bentuk kegiatan yang interaktif atau permainan.

Berdasarkan data empiris yang diperoleh dalam penelitian ini dan ditinjau dari berbagai literatur yang relevan, dapat disimpulkan bahwa metode bermain lebih unggul dan lebih **direkomendasikan** dalam pembelajaran teknik dasar permainan bola voli, khususnya dalam meningkatkan kemampuan passing siswa. Strategi ini dapat menjadi alternatif pendekatan yang efektif bagi guru PJOK dalam menyusun program pembelajaran yang menyenangkan, bermakna, dan berdampak langsung terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik.

SIMPULAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan mengenai pengaruh penerapan metode drill dan metode bermain terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli pada siswa MTsN 1 Pidie Tahun Ajaran 2024/2025, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

- 5.1.1 Metode drill memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kemampuan passing siswa. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata dari hasil pre-test ke post-test, serta adanya hubungan yang signifikan antara perlakuan dengan hasil yang diperoleh.
- 5.1.2 Metode bermain juga terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan passing siswa. Kelompok yang diberi perlakuan dengan metode ini menunjukkan peningkatan skor yang lebih tinggi dibandingkan kelompok metode drill, baik dari segi rata-rata nilai post-test maupun dari hasil analisis statistik korelasi dan kontribusi.
- 5.1.3 Secara keseluruhan, kedua metode sama-sama efektif, namun metode bermain memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar passing dalam permainan bola voli. Hal ini disebabkan oleh pendekatan yang menyenangkan, kontekstual, dan mendorong partisipasi aktif siswa.
- 5.1.4 Temuan ini sejalan dengan pandangan para ahli pendidikan jasmani yang menyatakan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi belajar, keterampilan motorik, serta membentuk sikap positif terhadap kegiatan olahraga.

Dengan demikian, penggunaan metode bermain lebih **direkomendasikan** dalam pembelajaran teknik dasar permainan bola voli

di lingkungan sekolah, khususnya dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Boston: Pearson.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah: Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas. (2008). *Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Gabbard, C. P. (2000). *Developmental Physical Education for All Children*. Boston: Pearson.
- Gallagher, J. D., & Zelaznik, H. N. (2009). *Motor Learning and Development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Olahraga*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Harsono. 2004. *Perencanaan Program Latihan*. Jakarta: KONI Pusat.
- Hasan, M. I. (2008). *Pokok-Pokok Materi Statistik 1 (Statistika Deskriptif)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Kerlinger, F. N. (2006). *Foundations of Behavioral Research*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Kerlinger, F. N. (2006). *Foundations of Behavioral Research*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Maksum, A. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muhajir. (2014). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Nazir, M. (2011). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sabani. (2019). *Desain Strategi Pembelajaran dan Pengembangan Kurikulum*. *Jurnal Kependidikan*, 7 (2), 240-250.
- Safar, M. (2010). *Statistik Pendidikan untuk Mahasiswa dan Peneliti*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Saleh, A. (2010). *Metodologi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. California: Mayfield Publishing Company.
- Soekamto, H. (2001). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Sudjana, D. (2005). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.

Sugiyono. (2009). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Bola Voli. Jurnal Aktivitas, 10(2), 112–119.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharno. (2019). *Pengaruh Metode Drill Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli pada Siswa SMP*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 8(1), 23–30.

Suherman, A. (2011). *Model-Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Sukintaka. (2012). *Pengantar Teori Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: FIK UNY.

Suryani, T., & Prasetyo, A. (2021). *Perbandingan Pengaruh Metode Latihan Drill dan Bermain terhadap Kemampuan Teknik Dasar*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 13(1), 45–52.

Suryobroto, B. (2009). *Metodologi Pengajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.

Widiastuti, A. (2020). *Efektivitas Metode Bermain dalam Pembelajaran Bola Voli untuk Siswa SMP*. Jurnal Aktivitas, 10(2), 112–119.

Widiastuti, A. (2020). *Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Belajar Passing dalam*