LATIHAN PASSING MENGGUNAKAN BOLA BASKET DALAM MENINGKATKAN KUALITAS PASSING ATAS BOLA VOLI

Dede Sumarna¹, Asep hidayat²

¹Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Banten

²Mahasiswa, Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

¹Sumarna89@gmail.com , ²hasep3956@gmail.com

ABSTRAK

Dalam pelaksanaan passing atas bola voli, peserta banyak melakukan kesalahan diantaranya: posisi badan yang tidak benar, perkenaan tangan dengan bola, dan ayunan lengan saat melakukan servis masih terdapat kesalahan. Kurang tepatnya pelatih dalam menerapkan gaya mengajar dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung proses latihan bola voli serta faktor internal dari dalam diri siswa pada saat melakukan teknik dasar dalam *passing* atas bola voli. Kurangnya perhatian dan bimbingan guru akan mengakibatkan pola gerakan yang salah dan teknik passing tidak dikuasai dengan baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *passing* menggunakan bola basket terhadap kualitas *passing* atas bola voli. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif desainnya bersifat umum, dan berubah-ubah atau berkembang sesuai dengan situasi di lapangan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugiyono bahwa “metode ini disebut juga dengan metode *interpretive* karena data hasil penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan”. Studi literatur dilakukan dengan cara mempelajari dan mengkaji buku-buku yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti untuk memperoleh bahan-bahan atau sumber informasi tentang masalah yang diteliti. Berdasarkan dari data yang telah dilakukan sebelumnya, didapatkan hasil dari beberapa sumber dan dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* atas menggunakan bola basket terdapat pengaruh yang signifikan dan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas *passing* atas bola voli oleh karena itu agar siswa terbiasa dan mampu dengan cepat menguasai segala permasalahan yang sedang dihadapi atau yang akan dihadapi oleh peserta didik.

Kata kunci : *Passing* Bola Basket, Bola Voli

PENDAHULUAN

Olahraga pendidikan sebagai salah satu lingkup kegiatan keolahragaan tak lepas dari upaya pengembangan dan peningkatan kualitas dalam pelaksanaannya. Hal ini terkait dengan amanat Undang-undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 25 ayat (1) yang menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistemis dan berkesinambungan dengan sistem pendidikan nasional.

Dalam Peraturan Pemerintah nomor 16 tahun 2007 tentang Penyelenggaraan Keolahragaan pasal 25 ayat (1) menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan bertujuan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani serta pengembangan minat dan bakat olahraga.

Dari uraian di atas dapat dikatakan bahwa olahraga pendidikan merupakan lingkup kegiatan keolahragaan nasional yang sangat penting dan terkait dengan penyiapan modal dasar pembangunan nasional yaitu sumber daya manusia. Mengingat peran pentingnya olahraga pendidikan sebagai dasar bagi pengembangan lingkup kegiatan olahraga lainnya, maka diperlukan suatu perencanaan pembangunan keolahragaan nasional, khususnya dalam lingkup olahraga pendidikan.

Olahraga adalah aktifitas melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani, dan bertujuan untuk mencapai prestasi yang setinggi tingginya. Olahraga juga

merupakan salah satu bentuk dari pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan rangkaian aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga, untuk membangun peserta didik yang sehat dan kuat sehingga dapat menghasilkan prestasi akademik yang tinggi. Selain itu, salah satu contohnya adalah dengan melakukan olahraga. Olahraga fisik sangat membantu ketiga perkembangan tersebut. Contohnya olahraga bola voli. Perkembangan psikomotor didapat dari gerakan bola voli yang sangat membutuhkan kekuatan fisik.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dikalangan masyarakat Indonesia dari kalangan bawah hingga atas olahraga. Bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang, sebab dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli.

Permainan bola voli terdapat 5 teknik dasar yang harus dikuasai meliputi, servis, *passing*, umpan (*set-up*), *smash* (*spike*), bendungan (*block*).¹ Diantara tehnik dasar tersebut penulis akan membahas lebih mendalam mengenai *passing* atas, karena *passing* atas merupakan komponen sangat penting bagi permainan bola voli. *passing* atas penting fungsinya memberi umpan untuk melakukan serangan pada lawan.

¹ Ilham Surya Fallo, Hendri. *Upaya meningkatkan keterampilan smash permainan bola voli melalui pembelajaran gaya komando*. Jurnal pendidikan olahraga, 2016 (5) (1) Hal 11

Menurut Beutelstahl dalam Ade Evriansyah Lubis passing atas (*over head pass*) adalah salah satu jenis teknik dasar bola voli dengan melambungkan bola dengan kedua telapak tangan untuk memberi bola kepada rekan setim.² Selain itu, teknik dasar passing atas juga digunakan untuk menerima bola yang berada di atas kepala. Passing atas dapat diimplementasikan sebagai umpan terakhir sebelum smash(spike) dilakukan ke arah daerah pertahanan lawan. Dapat dikatakan bahwa passing atas memiliki tingkat kesulitan yang lumayan tinggi. Oleh karena itu, diperlukan keterampilan khusus untuk menguasai salah satu teknik dasar bola voli ini.

Dalam pelaksanaan passing atas bola voli, peserta banyak melakukan kesalahan diantaranya: posisi badan yang tidak benar, perkenaan tangan dengan bola, dan ayunan lengan saat melakukan servis masih terdapat kesalahan. Kurang tepatnya pelatih dalam menerapkan gaya mengajar dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung proses latihan bola voli serta faktor internal dari dalam diri siswa pada saat melakukan teknik dasar dalam *passing* atas bola voli. Kurangnya perhatian dan bimbingan guru akan mengakibatkan pola gerakan yang salah dan teknik passing tidak dikuasai dengan baik. Sering dijumpai para guru enggan melakukan pembelajaran dengan metode yang tepat. Pada waktu pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani,

biasanya anak disuruh langsung bermain bolavoli. Anak-anak dibiarkan bermain dengan sendirinya tanpa memperhatikan teknik-teknik bermain bolavoli yang benar. Sedangkan guru santai berteduh di bawah pohon memerhatikan mereka atau bahkan tidak memerhatikan sama sekali. Keadaan semacam ini akan mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak akan tercapai.

Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "pengaruh latihan *passing* menggunakan bola basket terhadap kualitas *passing* atas bola voli".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif desainnya bersifat umum, dan berubah-ubah atau berkembang sesuai dengan situasi di lapangan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugiyono bahwa "metode ini disebut juga dengan metode *interpretive* karena data hasil penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan". Penelitian kepustakaan dan studi pustaka/riset pustaka meski bisa dikatakan mirip akan tetapi berbeda. Studi pustaka adalah istilah lain dari kajian pustaka, tinjauan pustaka, kajian teoritis, landasan teori, telaah pustaka (*literature review*), dan tinjauan teoritis. Yang dimaksud penelitian kepustakaan adalah penelitian yang dilakukan hanya berdasarkan atas karya tertulis, termasuk hasil penelitian baik yang telah maupun yang belum dipublikasikan (Embun, 2012). Studi literatur dilakukan dengan cara mempelajari dan mengkaji buku-buku yang ada

² Ade Evriansyah Lubis. *peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran*. jurnal pendidikan jasmani Indonesia, 2017. 13 (2) hal 61

hubungannya dengan masalah yang diteliti untuk memperoleh bahan-bahan atau sumber informasi tentang masalah yang diteliti. Teknik ini selain digunakan untuk melengkapi serta memperkuat landasan peneliti dalam melakukan penelitian juga untuk melengkapi hasil penelitian yang peneliti lakukan. Teknik ini dilakukan dengan cara mengumpulkan berbagai macam sumber dan literatur buku-buku yang berkaitan dengan masalah yang sedang diteliti. Dengan mempelajari buku-buku yang berhubungan dengan penelitian, diharapkan peneliti dapat memperoleh data secara teoritis sebagai penunjang penelitian.

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data dari literatur maupun referensi yang ada mengenai kendala-kendala yang sering terjadi pada latihan *passing* menggunakan bola basket terhadap kualitas *passing* atas bola voli. Data yang digunakan sebagai berikut.

1. Paper dan Jurnal Ilmiah
Jurnal ilmiah adalah sebuah publikasi yang diterbitkan secara berkala oleh suatu organisasi profesi atau institusi akademik yang memuat artikel-artikel yang merupakan produk pemikiran ilmiah secara empiris maupun dalam bidang ilmu tertentu.
2. Skripsi yang terdahulu dan *text book*

TEKNIK ANALISIS DATA

Analisis data dilakukan untuk mengolah dan menginterpretasi data dengan tujuan memperoleh informasi yang sesuai untuk tujuan penelitian. teknik analisis data adalah proses sebuah proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan interpretasikan. dalam menganalisis data, teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian dengan model dari (Miles dan Huberman) yang terdiri dari tiga tahap, antara lain reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/*verifikasi* yang dapat dilihat melalui gambar berikut :

Gambar 3. 2 Komponen-Komponen Analisis Data

Langkah pertama, merangkum data adalah merangkum, memilih dan memfokuskan hal-hal pokok dan hal-hal yang dianggap penting, dengan upaya mencari tema dan polanya.

Langkah kedua, peneliti menyajikan (*display*) data yakni menyajikan data dalam penelitian kualitatif melalui sejumlah teks yang bersifat naratif.

Langkah ketiga, peneliti menarik kesimpulan dan verifikasi sebagai jawaban terhadap rumusan masalah yang telah dituangkan sejak awal. kesimpulan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan tujuan mencari arti, makna, penjelasan yang dilakukan

terhadap data yang telah dianalisis dengan mencari hal-hal penting. kesimpulan ini merupakan jawaban atas permasalahan yang ingin dikaji sebagaimana dijelaskan pada identifikasi dan perumusan masalah penelitian.

TEKNIK PENGUJIAN KEABSAHAN DATA

Teknik keabsahan data menggunakan trigulasi yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu. Sejalan dengan pendapat sugiyono (dalam diantama), uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji *credibility* (validitas internal), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reabilitas), dan *confirmability* (objektivitas).

Teknik pengujian keabsahan data penelitian ini menggunakan trigulasi data. Menurut William Wiersma Dalam Sugiono, trigulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. trigulasi data itu terbagi menjadi tiga, yaitu:

1. Trigulasi sumber

Trigulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber.

2. Trigulasi teknik

Trigulasi teknik untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber

yang sama dengan teknik yang berbeda.

3. Trigulasi waktu

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan sumber-sumber untuk memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel.

HASIL PENELITIAN

Dilihat dari hasil penelitian yang sebelumnya dengan berdasarkan uraian hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan gaya komando pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 7 Kota Pontianak yaitu rata-rata sebesar 73,94, dan peningkatan sebesar 5,48% pada siklus I, serta rata-rata 84,13 dan peningkatan sebesar 20,02% pada siklus II. Artinya terdapat pengaruh yang positif dan signifikan terhadap pengaruh latihan *passing* atas menggunakan bola basket terhadap kualitas *passing* atas bola voli. Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, disimpulkan bahwa latihan *passing* atas menggunakan bola basket berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas *passing* atas bola voli.

Menurut Doby Putro Parlindungan dengan judul Pengaruh latihan *passing* atas 3 meter dan *passing* atas 2 meter terhadap kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli pada pemain bola voli klub patriot semarang tahun 2011, didapat hasil dari perhitungan statistik diperoleh nilai *t* sebesar 5,09 dengan taraf signifikansi 5% dan derajat kebebasan (*db*) =9, maka nilai *t* dalam tabel 2,26

ini berarti nilai t hitung lebih besar dari nilai tabel, maka analisis data dapat $5,90 > 2,26$ karena t ada pada daerah penolakan H_0 , Artinya terdapat pengaruh yang positif dan signifikan terhadap pengaruh latihan *passing* atas menggunakan bola basket terhadap *passing* atas bolavoli.

PEMBAHASAN PENELITIAN

Berdasarkan dari data yang telah dilakukan sebelumnya, didapatkan hasil dari beberapa sumber dan dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* atas menggunakan bola basket terdapat pengaruh yang signifikan dan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas *passing* atas bola voli oleh karena itu agar siswa terbiasa dan mampu dengan cepat menguasai segala permasalahan yang sedang dihadapi atau yang akan dihadapi oleh peserta didik.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Beutelstahl dalam Ade Evriansyah Lubis dalam penelitiannya yang berjudul peningkatan hasil belajar *passing* atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran “*passing* atas (*over head pass*)” adalah salah satu jenis teknik dasar bola voli dengan melambungkan bola dengan kedua telapak tangan untuk memberi bola kepada rekan setim” dalam latihan *passing* atas menggunakan bola basket menekankan pada teknik melambungkan bola dengan kedua telapak tangan/jari tangan untuk memberi bola kepada rekan setim sehingga dapat meningkatkan kualitas *passing* atas bola voli.

KESIMPULAN

Dapat kita simpulkan bahwa latihan *passing* atas menggunakan bola basket terhadap kualitas *passing* atas bola voli adalah sebagai berikut: Terdapat pengaruh kualitas *passing* atas sebelum dan sesudah pelaksanaan *passing* atas bola voli dengan menggunakan latihan *passing* atas menggunakan bola basket. Maka dapat disimpulkan bahwa latihan *passing* atas menggunakan bola basket berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas *passing* atas bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hadidi, Dr. Mahmoud Abdel Rahman. 2013. *Effect of Training Surface on Agility and Passing Skills of Prepubescent Female Volleyball Players*. Gortsila et al., J Sports Med Doping Stud 2013, 3:2 <http://dx.doi.org/10.4172/2161-0673.1000128>
- Fallo, I. S. 2016. “Upaya meningkatkan keterampilan smash permainan bola voli melalui pembelajaran gaya komando”. Jurnal pendidikan olahraga (5) (1).
- Gortsila, Eugenia. 2013 *Changes In Skill And Physical Fitness Following Training In Talent-Identified Volleyball Players*. Journal of Strength and Conditioning Research, 2006, 20(1), 29–35
- Hasera, Willi Kusmita. 2016. *Pengaruh Latihan Passing*

- Dengan Menggunakan Target Ring Portable Terhadap Ketepatan Chest Pass Pada Tim Puteri Bolabasket Smk N 7 Semarang Tahun 2016.*
- Ismoko, A. P. 2013. *Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Terhadap Power Tungkat Atlet Bola Volli Junior Putri.* Jurnal Keolahragan. 1(1).
- Kurniawan, R. 2016. “*Pengembangan Pola Latihan Inbound Menggunakan Media Video pada Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket SMP Negeri 15 Malang*”. Jurnal Pendidikan Jasmani. 26 (2) 290-303
- Lubis, A. E. 2017. “*peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran*”. jurnal pendidikan jasmani Indonesia, 13 (2).
- Melfianora. 2017. *Penulisan Karya Ilmiah dengan Studi Literatur.* Pekanbaru.
- Muhammadiyah. 2015. “*Pengaruh Metode Latihan Lari Percepatan Dan Lari Interval Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola*”. Jurnal Magister Administrasi Pendidikan. 3 (3) 2302-0180.
- Pane, Bessy Sitorus. 2016. *Pengaruh Gaya Mengajar Dan Motor Educability Terhadap Passing Atas Bolavoli Pada Siswa Putra Smp Gajah Mada Medan.* Jurnal Teknologi Pendidikan, Vol. 9 No. 1 April 2016, p-ISSN; 1979-6692, e-ISSN: 2407-7437
- Pranata, K. Y. *Pengaruh Latihan Leg Press dan Leg Extension Dengan 60% Beban Maksimal Terhadap Ketepatan Smash Gunting Dalam Permainan Sepak Takraw.* 2015. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. 1(3): ISSN 2580:071
- Riwayati, Atin Sutriana. 2015. *Pengaruh Latihan Wallpass Jarak 3 Meter Dan Latihan Wallpass Jarak 2 Meter Terhadap Hasil Pasing Atas Bolavoli.*
- Srianto, W. 2014 .“*Pengembangan Model Latihan Karate kids pada anak usia sekolah dasar kelas atas*”. Jurnal Keolahragaan. 2(02): 230.
- Suarifqi Diantama. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Pustaka Rahmat.