

PENGARUH LATIHAN *WALL VOLLEY* TERHADAP KETEPATAN *PASSING BAWAH BOLA VOLI*

¹Siti Aisah Isbahi (sitiaisahisbahi@gmail.com)

²Ayi Suherman (ayisuherman@upi.edu)

³Entan Saptani (entansaptani@upi.edu)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang

Jl. Mayor Abdurachman No. 211 Sumedang Telp. (0261)201244

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi mengenai masalah yang ditemukan dari hasil observasi yang dilakukan pada anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II. Dari hasil observasi tersebut ditemukan masalah berupa kurangnya ketepatan dalam teknik passing bawah bola voli. Dalam masalah tersebut upaya yang dilakukan adalah pemberian latihan berupa latihan *wall volley*. Tujuan pemberian latihan berupa latihan *wall volley* yaitu untuk melatih ketepatan passing bawah bola voli. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimen dengan menggunakan desain *one group pretest posttest*. Populasi yang digunakan adalah seluruh anggota ekstrakurikuler SDN Cimalaka II, dengan sampel yang digunakan adalah anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II antara kelas IV dan kelas V yang berjumlah 20 sampel. Adapun hasil penelitian diperoleh bahwa latihan *wall volley* memiliki pengaruh terhadap ketepatan passing bawah bola voli. Latihan *wall volley* juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan passing bawah bola voli dengan nilai signifikan sebesar 94,4%.

Kata kunci: *Wall Volley*, Ketepatan, Passing Bawah, Bola Voli.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah faktor yang sangat penting bagi kehidupan seseorang. Karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, potensi dan bakat yang seseorang miliki. Menurut Ardiansyah, Suherman, and Saptani (2018, p. 2) “pendidikan diberikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan siswa agar seimbang antara aspek spiritual, aspek sosial, pengetahuan dan keterampilan agar pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi lebih baik. Salah satu pendidikan yang memiliki manfaat yang dapat meningkatkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor adalah melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah salah satu kegiatan yang didalamnya terdapat aspek mendidik untuk menjadikan seseorang menjadi individu yang lebih baik dengan melakukan kegiatan jasmani. Seperti yang dikemukakan oleh Adang Suherman (2009, p. 6) yaitu “pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui dan tentang aktivitas fisik”. Pendapat lain juga dikemukakan oleh Ayi Suherman (2009, p. 2) “pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang memiliki kedudukan yang vital dalam pembangunan sumber daya manusia (SDM)”. Priatna, Suherman, and Muhtar (p. 131) mengemukakan bahwa “pendidikan jasmani dapat ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Dalam pendidikan jasmani tidak hanya mengajarkan aspek psikomotor tetapi juga termasuk aspek kognitif dan afektif. Salah satu pendidikan jasmani yang memiliki aspek kognitif, afektif dan psikomotor adalah pembelajaran pendidikan jasmani yang ada di sekolah dasar. Karena selain siswa melakukan kegiatan fisik tetapi juga diajarkan tentang pengetahuan, nilai-nilai sosial, agama, emosional.

Maka dari itu pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang dikatakan memiliki kedudukan vital karena didalamnya guru tidak hanya menyampaikan mengenai materi yang akan disampaikan saja tetapi juga melalui pembelajaran yang diberikan, guru harus mendidik siswa sehingga dalam pembelajaran tersebut siswa mendapatkan manfaat yang lain diluar dari materi yang diberikan yang berguna untuk menunjang aktivitas siswa sehari-hari Sudirjo, Alif (2019, p. 25). Melalui pembelajaran pendidikan jasmani siswa diajarkan berbagai pembelajaran yang sesuai dengan kurikulum yang diterapkan pada sekolah dasar salah satunya itu pembelajaran mengenai permainan bola voli. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani disini siswa tidak hanya diajarkan mengenai teknik dalam permainan bola voli saja tetapi dalam pembelajarannya guru juga mendidik siswanya agar memenuhi ketiga aspek yaitu aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Ketiga aspek tersebut dapat berupa kedisiplinan, terampilan dan juga memiliki pengetahuan yang baik. Selain pembelajaran yang diberikan pada kegiatan pembelajaran dengan mata pelajaran pendidikan jasmani, guru juga dapat memberikan pembelajaran diluar jam mata pelajaran yaitu pada kegiatan ekstrakurikuler. Pada kegiatan ekstrakurikuler ini peserta didik dapat mengembangkan kemampuan peserta didik berupa minat dan bakat peserta didik. Melalui ekstrakurikuler seseorang khususnya peserta didik, selain dapat mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki juga dapat memberikan pembelajaran tentang sikap disiplin, jujur, tanggungjawab dan juga sikap sosial. Wiyani (dalam Yanti, Adawiah, and Matnuh (2016, p. 965) menyebutkan bahwa:

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan dalam mengembangkan aspek-aspek tertentu dari apa yang ditemukan pada kurikulum yang sedang dijalankan, termasuk yang berhubungan dengan bagaimana penerapan sesungguhnya dari ilmu pengetahuan yang dipelajari oleh peserta didik sesuai dengan tuntutan kebutuhan hidup mereka maupun lingkungan sekitarnya.

Jadi kegiatan ekstrakurikuler ini merupakan kegiatan yang dapat mengembangkan aspek yang terdapat di dalam kurikulum yang digunakan oleh sekolah. Dalam kegiatan ekstrakurikuler selain memiliki manfaat untuk menerapkan ilmu pengetahuan yang dipelajari oleh peserta didik yang diterapkan langsung dalam kebutuhan hidup masing-masing, juga memiliki manfaat dalam menerapkan sikap disiplin, jujur, tanggungjawab dan juga sikap sosial. Manfaat lain yang dapat tidak kalah penting yang dapat diperoleh dari kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang biasanya terdapat pada sekolah khususnya sekolah dasar yaitu ekstrakurikuler yang berkaitan dengan olahraga, diantara yaitu ekstrakurikuler bola voli, ekstrakurikuler bola basket, ekstrakurikuler bola basket dan ekstrakurikuler tenis meja.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diminati adalah ekstrakurikuler bola voli. Permainan bola voli banyak diminati oleh berbagai kalangan karena permainan bola voli dapat dimainkan oleh semua orang dari anak-anak sampai orang dewasa. Permainan bola voli adalah permainan net yang

dimainkan oleh dua tim yang terdiri dari enam orang dalam setiap timnya. Permainan bola voli yang terdapat pada ekstrakurikuler di sekolah selain untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik juga sebagai pembelajaran yang dapat meningkatkan prestasi peserta didik tersebut dalam bidang bola voli di sekolah. Subroto and Yudiana (2010, p. 2) mengungkapkan bahwa:

Pada tahun 1895 Willian G. Morgan seorang guru Pendidikan Jasmani dari *Young Man Christian Assosiation* (YMCA) di kota Holyoke negara bagian Massachusetes, memperkenalkan permainan *Minonette*, yaitu permainan memantul-mantulkan bola menyebrangi atas net, dan bola tidak boleh menyentuh lantai.

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik yang biasa digunakan dalam permainan bola voli diantaranya adalah teknik *passing* atas, *passing* bawah, servis, blocking dan smash. *Passing* bawah adalah salah satu teknik yang paling dasar yang harus dikuasi oleh anggota ekstrakurikuler bola voli. *Passing* bawah merupakan cara untuk mengoper bola menggunakan kedua lengan bagian depan. Saat melakukan awalan *passing* bawah kedua lengan diluruskan dan dirapatkan, posisi tubuh sedikit membungkuk dan sedikit dicondongkan ke depan, kaki dibuka selebar bahu dengan kuda-kuda yang kuat, dan dengan kedua lutut ditekuk. Saat melakukan *passing* bawah kedua lengan diayunkan sehingga memberi dorongan kepada bola yang datang, posisi badan tegak dan dibantu dengan dorongan lutut yang diluruskan untuk menambah tenaga dalam melakukan *passing* bawah. Seperti yang dikemukakan oleh Yunus (dalam Yulias P (2013, p. 19) "*passing* bawah adalah mengoperkan bola menggunakan dua tangan dari bawah kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan". *Passing* bawah disebut juga operan lengan depan, operan ini biasanya menjadi teknik yang pertama dilakukan oleh tim jika menerima *smash* atau servis bola dari tim lawan dan teknik ini dilakukan untuk mengarahkan bola pada tekan satu tim agar dapat diumpankan kepada pengumpan untuk melakukan serangan kepada tim lawan. Pada teknik *passing* bawah terdapat beberapa tahap yaitu tahap gerak persiapan, gerak penerimaan, dan gerak lanjutan.

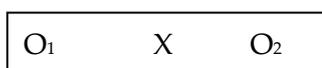
Dari hasil observasi yang peneliti lakukan dan dibantu oleh guru olahraga sekaligus pelatih ekstrakuriler bola voli SDN Cimalaka II. Penelitian melakukan kegiatan observasi tersebut pada tanggal 16 Februari 2019 dikegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan observasi tersebut dilakukan terhadap anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II. Dari hasil observasi tersebut peneliti menemukan masalah berupa kurangnya ketepatan *passing* bawah bola voli yang dimiliki oleh anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II karena dilihat pada saat bermain bola voli anggota ekstrakuriler yang menerima bola dari lawan saat akan mengoper bola melalui teknik *passing* bawah kepada pengumpan tidak tepat diberikan kearah pengumpan. Sehingga dalam melakukan *passing* bawah yang baik agar dapat

diumpankan kepada pengumpan tentu saja harus memiliki ketepatan yang baik untuk mengoperkan bola kepada pengumpan oleh karena itu dalam melakukannya harus memiliki ketepatan yang baik. Latihan yang dapat digunakan untuk melatih ketepatan pada *passing* bawah salah satunya adalah latihan *passing* bawah dengan cara memantulkan bola ke dinding atau disebut dengan *wall volley*. Pada penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Juniaturhaman tahun 2016 menggunakan latihan yang sama dengan penelitian ini yaitu menggunakan latihan *wall volley*. Juniaturhaman (2016, p. 7) mengemukakan bahwa “*wall volley* adalah salah satu latihan untuk meningkatkan keakurasian *passing* bola voli dengan cara memantulkan bola ke dinding”. Latihan *wall volley* ini dilakukan dengan cara melakukan teknik *passing* bawah dengan memantulkan bola ke dinding atau tembok secara berulang-ulang dengan beban latihan yang disesuaikan dengan kemampuan anggota ekstrakurikuler. Diharapkan dengan melalui latihan *wall volley* tersebut anggota ekstrakurikuler akan memiliki ketepatan *passing* bawah yang baik. Tentu saja juga dengan pemberian beban latihan yang tepat. Perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah penggunaan sampel yang digunakan yaitu sampel anggota ekstrakurikuler SDN Cimalaka II dan juga prinsip latihan yang diberikan kepada sampel. Dengan pemberian latihan berupa *wall volley* peneliti berharap anggota ekstrakurikuler SDN Cimalaka II memiliki ketepatan *passing* bawah yang baik.

Latihan ini dapat dilakukan secara berulang-ulang dan pada setiap latihannya memiliki beban yang berbeda yang dalam jangka waktu tertentu beban latihan semakin bertambah Lengkana (2019). Penambahan beban latihan ini dilakukan secara bertahap tidak langsung diberi beban yang berat tetapi terus bertambah sedikit demi sedikit pada setiap latihannya. Menurut Safari (2018, p. 31) terdapat empat prinsip-prinsip latihan yaitu “frekuensi, intensitas, waktu, dan tipe”.

METODE PENELITIAN

Menurut Sandi, Saptani, and Suherman (p. 44) metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan untuk memudahkan peneliti dalam memecahkan masalah yang ditelitinya”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode pre-eksperimen. Dengan *desain one group pretest-posttest*. Arikunto (2013, p. 124) mengemukakan bahwa “dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen”. Adapun bentuk desain *desain one group pretest-posttest* menurut Sugiyono (2014, p. 112) sebagai berikut:



Keterangan:

O₁= *pretest* atau tes awal (sebelum pemberian perlakuan berupa latihan *wall volley*).

X= pemberian perlakuan latihan ketepatan *passing* bawah berupa latihan *wall volley*

O₂= *posttest* atau tes akhir (setelah pemberian perlakuan berupa latihan *wall volley*).

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Cimalaka II Desa Licin Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang. Sampel yang digunakan merupakan anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka 11. Seperti yang disebutkan oleh Taniredja (2014, p. 34) "sampel adalah sebagian populasi yang diteliti". Subjek penelitian yang diambil sesuai dengan pertimbangan karakteristik yang ditentukan oleh peneliti. Seperti yang disebutkan oleh Margono (2014, p. 128) "pemilihan sekelompok subjek dalam *purposive sampling* didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya". Adapun karakteristik tersebut adalah partisipan merupakan siswa SDN Cimalaka II, anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II, partisipan menduduki kelas 4 sampai 5 sekolah dasar dengan rentang usia 10 tahun- 12 tahun. Instrumen yang digunakan adalah *Test Brumbach Forearms Pass Wall-Volley*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil dan pembahasan berisikan mengenai hasil dari pengolahan dan analisis data. Data yang dibahas adalah data yang didapat dari hasil *pretest* ketepatan *passing* bawah bola voli sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* berupa latihan *wall volley*, data *posttest* ketepatan *passing* bawah bola voli setelah diberi *treatment* dan data gain atau selisih dari data *pretest* dan *posttest*. Kemudian data tersebut akan diolah menggunakan bantuan SPSS dan penghitungan manual dengan uji normalitas dan uji homogenitas, dan juga uji hipotesis pertama berupa uji t dan uji hipotesis kedua menggunakan uji regresi.

Tabel 1.
Tabel *Descriptive Statistics*

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pretest	20	4	28	320	16,00	6,505	42,316
Posttest	20	8	35	401	20,05	6,770	45,839
Valid N (listwise)	20						

Berdasarkan tabel diatas yang merupakan tabel deskriptif statistik yang merupakan tabel penjabaran nilai minimal, maksimal, jumlah, rata-rata, simpangan bauk dan varian dari jumlah 20 sampel.

Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah data *pretest* dan *posttest* yang telah diperoleh normal atau tidak. Dari hasil uji normalitas yang telah dilakukan dengan perhitungan manual menggunakan uji *lilliefors*, dari data *pretest* dengan jumlah sampel 20 maka diperoleh nilai T_{hitung} 0,12182 dan T_{tabel} yang

diperoleh tabel liliefors dengan nilai α 0,05 dengan jumlah sampel 20 adalah 0,190. Sehingga $0,12182 < 0,190$ maka H_0 diterima yang artinya data berdistribusi normal.

Hasil dari uji normalitas data *posttest* menggunakan penghitungan manual menggunakan uji liliefors. Dari data tersebut diperoleh nilai T_{hitung} 0,12382 dan nilai T_{tabel} 0,190. Maka dari data tersebut diperoleh $0,12382 < 0,190$ maka H_0 diterima yang artinya data berdistribusi normal. Sedangkan uji normalitas menggunakan SPSS melalui uji *Shapiro-Wilk* seperti pada tabel dibawah ini.

Tabel 2.
Uji Normalitas Shapiro-Wilk
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest	,122	20	,200*	,979	20	,926
Posttest	,124	20	,200*	,980	20	,938

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dari data diatas diperoleh bahwa nilai sig. pada pretest sebesar 0,926 dan nilai sig. pada data posttest sebesar 0,938. Sedangkan nilai α yang diperoleh dari tabel *Shapiro-Wilk* dengan jumlah sampel 20 adalah 0,905. Maka diperoleh bahwa nilai sig *pretest* $0,926 \geq 0,905$ maka H_0 diterima yang artinya data berdistribusi normal, nilai sig *posttest* $0,938 \geq 0,905$ maka H_0 diterima yang artinya data berdistribusi normal. Berdasarkan penghitungan manual dan dengan menggunakan bantuan SPSS diperoleh bahwa data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal.

Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh homogen atau tidak. Uji homogenitas ini menggunakan perhitungan manual yaitu uji F dan dengan penggunaan bantuan SPSS yaitu Uji *Levene*. Berdasarkan perhitungan manual didapat bahwa nilai F adalah 1,1569 dan untuk F_{α} dengan dk pembilang adalah (N-1) maka $20-1=19$ dan dk penyebut adalah $20-1=19$. Maka nilai F_{α} adalah 2,15 dilihat dari tabel distribusi F. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai F ($1,083271$) $< F_{\alpha}$ ($2,15$) maka H_0 diterima artinya data variasi homogen. Sedangkan uji homogenitas dengan bantuan SPSS yaitu menggunakan uji *Levene* seperti yang terdapat pada tabel dibawah ini

Tabel 3.
Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,002	1	38	,969

Dari data yang diperoleh dengan menggunakan bantuan SPSS melalui uji homogenitas dengan kriteria signifikan $\alpha = 0,05$ maka diperoleh nilai sig $0,969 \geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang artinya data bervariasi homogen. Maka dapat disimpulkan dari kedua penghitungan manual dan dengan menggunakan bantuan SPSS data yang diperoleh keduanya bersifat homogen.

Setelah melakukan uji normalitas dan uji homogenitas dan mendapatkan hasil dari keduanya adalah data berdistribusi normal dan data homogen maka selanjutnya adalah uji hipotesis pertama menggunakan uji T karena data yang telah ditentukan berdistribusi normal. Uji-t digunakan untuk menjawab rumusan masalah pertama mengenai adanya pengaruh dari latihan *wall volley*. Dalam penghitungan manual digunakan karena dalam penelitian yang dilakukan menggunakan sampel yang berhubungan dimana dihubungkan menggunakan pretest dan posttest maka pengelolaan data yang dilakukan menggunakan uji *paired sampel T-test* untuk pengujian menggunakan bantuan *software* SPSS.

Dari hasil uji-t penghitungan manual didapat T_{hitung} adalah 11,284197 dan T_{tabel} yang diperoleh dari tabel F dengan jumlah dk pembilang dan dk penyebut dikurangi satu maka diperoleh nilai T_{tabel} adalah 1,725 diperoleh dari nilai T tabel dengan jumlah sampel 20 orang dikurangi 1. Maka $T_{hitung} (11,284197) > T_{tabel} (1,725)$ maka H_0 ditolak artinya H_1 diterima. Jadi kesimpulannya adalah terdapat pengaruh latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli. Adapun penghitungan uji hipotesis pertama menggunakan uji *paired sampel T-test* untuk pengujian menggunakan *software* SPSS seperti tabel dibawah ini.

Tabel 4.
Paired Samples Test

		Paired Differences				t	Df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	pretest – posttest	-4,050	1,605	,359	-4,801	-3,299	-11,284	19	,000

Nilai yang digunakan dalam tabel ini adalah nilai sig (2 tailed). diperoleh nilai *P-Value* adalah $0,000 < 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Maka nilai rata-tara *pretest* tidak sama dengan nilai *posttest* maka terdapat perbedaan diantara keduanya hal ini berarti menjawab hipotesis pertama bahwa terdapat pengaruh *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli.

Uji hipotesis kedua menggunakan uji regresi. Uji ini dilakukan untuk mengetahui menjawab rumusan masalah seberapa besar pengaruh latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli. Uji regresi juga dapat dilakukan dengan penghitungan manual dan penghitungan menggunakan bantuan SPSS. Melalui penghitungan manual maka diperoleh nilai F_{hitung} 302,9281 dan F_{tabel} 4,41 didapat dari

jumlah $n-2$. Dari data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya terdapat pengaruh yang besar antara latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli.

Setelah melakukan uji regresi menggunakan penghitungan manual maka selanjutnya adalah penghitungan uji regresi menggunakan bantuan *software* SPSS seperti tabel dibawah ini.

Tabel 5.
Anova^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	758,906	1	758,906	302,928	,000 ^b
	Residual	45,094	18	2,505		
	Total	804,000	19			
a. Dependent Variable: pretest						
b. Predictors: (Constant), posttest						

Tabel anova dalam uji regresi ini digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh dari latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli. Berdasarkan nilai tabel 5 diatas diketahui nilai sig adalah $0,000 \leq 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 terima artinya rata-rata nilai *posttest* lebih besar dengan nilai *pretest*. Maka terdapat pengaruh yang besar antara latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli.

Tabel 6.
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,972 ^a	,944	,941	1,583

a. Predictors: (Constant), posttest

Dari tabel diatas nilai yang digunakan adalah nilai *R Square* yaitu 0,944. Untuk melihat hasil presentasi nilai tersebut dikali 100 yaitu menjadi 94,4%. Maka besarnya pengaruh dari latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli adalah sebesar 94,4% pada siswa ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II.

SIMPULAN

Dalam penelitian yang dilakukan yaitu mengenai latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan sampel anggota ekstrakurikuler bola voli SDN Cimalaka II kelas IV dan kelas V dengan jumlah 20 sampel. Pada penelitian tersebut peneliti memberikan *treatment* berupa latihan *wall volley* sebanyak 12 kali pertemuan.

Sesuai hasil pengolahan data dan analisis data yang telah dibahas menyatakan bahwa latihan *wall volley* memiliki pengaruh terhadap ketepatan *passing* bawah bola voli. Hal ini diperoleh dari hasil uji-t menggunakan penghitungan manual dan uji *paired sampel T-test* untuk pengujian menggunakan *software* SPSS. Selain itu adanya pengaruh dari latihan *wall volley* didasarkan karena adanya

pemberian *treatment* berupa latihan *wall volley* selama 12 kali pertemuan dilihat dari hasil data yang diperoleh bahwa rata-rata *pretest* tidak sama dengan nilai rata-rata *posttest*. Karena dilihat dari hasil tes yang dilakukan berupa *test brumbach forearms pass wall-volley* maka diperoleh bahwa adanya peningkatan dari hasil data *pretest* ke data hasil *posttest*.

Setelah diperoleh hasil bahwa adanya pengaruh dari latihan *wall volley* terhadap ketepatan *passing* bawah. Maka dari hasil uji hipotesis kedua yaitu menggunakan uji regresi dengan penghitungan manual dan dengan bantuan *software* SPSS diperoleh bahwa adanya pengaruh yang besar yang dapat dilihat dari hasil nilai *sig.* pada tabel *anova*. Dan untuk melihat hasil peresentase dilihat dari nilai *R Square* dari tabel *model summary* memiliki nilai keberhasilan dari latihan *wall volley* sebesar 94,4% dari hasil data *posttest* lebih besar dari hasil data *pretest* dan sedangkan 5,6% dipengaruhi oleh faktor lain.

REFERENSI

- Ardiansyah, A., Suherman, A., & Saptani, E. (2018). PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN HELLISON DALAM PENJAS TERHADAP SIKAP TANGGUNG JAWAB SISWA DI SEKOLAH DASAR. *Jurnal SpoRTIVE*, 1(1), 1-10.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- E Sudirjo, MN Alif (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Sumedang : UPI Sumedang Press
- Juniatturahman, M. F. (2016). PENGARUH LATIHAN WALL VOLLEY TERHADAP KEAKURASIAN PASSING BAWAH PADA OLAHRAGA BOLA VOLI (STUDI PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SMA PGRI SUMENEP). 4(4).
- Lengkana, AS., Tangkudung, J., & Asmawi, A. (2019). The Effect Of Core Stability Exercise (CSE) On Balance In Primary School Students. *Journal of Education, Health and Sport*, 9(4), 160-167. doi:<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2628341>
- Margono. (2014). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Priatna, E. B., Suherman, A., & Muhtar, T. UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPIAN TEKNIK DASAR PASSING MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM PADA SEPAK BOLA MELALUI KUCING BOLA. 1(1), 131-140.
- Safari, I. (2018). *Model-model Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*.
- Sandi, C. A. K., Saptani, E., & Suherman, A. PENGARUH METODE LATIHAN KELINCAHAN TERHADAP KETERAMPILAN DRIBBLING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA. 1(1), 41-50.
- Subroto, T., & Yudiana, Y. (2010). *Modul Permainan Bolavoli*.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2009). Pengembangan model pembelajaran outdoor education pendidikan jasmani berbasis kompetensi di Sekolah Dasar. 16.
- Suherman, A. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang WarliArtika.
- Taniredja, H. M. d. T. (2014). *Penelitian Kuantitatif*. Bandung: AlfaBeta.
- Yanti, N., Adawiah, R., & Matnuh, H. (2016). Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dalam rangka pengembangan nilai-nilai karakter siswa untuk menjadi warga negara yang baik di sma korpri banjarmasin. 6(11).
- Yulias P, I. (2013). Efektivitas Pembelajaran Passing Bawah Bolavoli Untuk Kelas X Dengan Penggunaan Media Audio Visual. 1(1).