

**PENGARUH METODE LATIHAN *DRILL* TERHADAP KETEPATAN SMASH
DALAM PERMAINAN BOLA VOLI KLUB TARUNA MERAH PUTIH
SEMARANG**

Arif Rachman Alhakim¹⁾, Galih Dwi Pradipta²⁾, Muh Isna Nurdin³⁾
^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang
Email: novasetyorini509@gmail.com

Artikel Info

Koresponden penulis :
Arif Rachman Alhakim
Email: novasetyorini509@gmail.com

- Diterima 11 November 2021
- Direview 18 Januari 2022
- Disetujui 29 Januari 2022
- Dipublikasi 31 Januari 2022

Kata Kunci: *Latihan drill, Ketepatan smash, Bola Voli*

Keywords: *Drill practice, Smash accuracy, Volleyball*

Abstrak

Penelitian ini adalah eksperimen dengan desain One-Group Pretest-posttest Design. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik uji-t. Instrumen menggunakan test smash dari Stanley (M. Yunus 1991;299). Populasi dalam penelitian adalah anak laki-laki usia 15-18 tahun pemain Klub Taruna Merah Putih Semarang. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling. Hasil perhitungansSetelah diberikan latihan drill mengalami peningkatan dimana hasil rata-rata pretest sebesar 23,20 dan posttest sebesar 33,93 serta diperoleh nilai t_{hitung} pretest dan posttest adalah sebesar -10,761 dengan $sig = 0,000$ dan nilai t_{tabel} adalah 2,144 maka dapat disimpulkan H_1 diterima, dan dapat dijelaskan terdapat perbedaan peningkatan ketepatan smash pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang antara sebelum dan setelah diberikan latihan drill. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan akurasi ketepatan smash Pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang melalui metode latihan drill.

Abstract

This research is an experimental design with One-Group Pretest-posttest Design. The data analysis technique in this study uses t-test statistics. The instrument uses a test smash from Stanley (M. Yunus 1991; 299). The population in this study were boys aged 15-18 years, players of the Semarang Red and White Youth Club. The sampling technique is total sampling. The results of calculations After being given drill exercises have increased where the average result of the pretest is 23.20 and the posttest is 33.93 and the t-count value of the pretest and posttest is -10,761 with $sig = 0.000$ and the ttable value is 2.144, it can be concluded that H_1 is accepted, and It can be explained that there is a difference in the increase in the accuracy of the smash accuracy of the volleyball club Taruna Merah Putih Semarang between before and after being given drill practice. Based on the analysis of the results of the research and discussion above, it can be concluded that there is an increase in the accuracy of the smash accuracy of the volleyball club Taruna Merah Putih Semarang through drill training methods.



1. PENDAHULUAN

Bola voli merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dan masing masing terdiri dari enam pemain. Permainan bola voli sangat terkenal dimasyarakat, dimulai dari kalangan atas sampai kalangan bawah sudah tidak asing lagi dengan nama bola voli. Sering dijumpai di daerah daerah tertentu permainan bola voli ini dimainkan banyak orang, muda maupun dewasa. Kebanyakan orang memainkan bola voli ini untuk mengisi waktu luang, mencari keringat, dan bahkan untuk prestasi yang meringankan mereka untuk melanjutkan belajar kejenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Bola voli menjadi cabang olahraga permainan yang menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan kondisi yang mungkin timbul di dalamnya, dapat dimainkan dengan jumlah pemain yang bervariasi seperti voli pantai dengan jumlah pemain 2 orang, dan permainan dengan jumlah 6 orang yang biasa sering digunakan. Olahraga bola voli dapat dimainkan disegala bentuk lapangan seperti rumput, kayu, pasir, ataupun lantai buatan, serta dapat dilakukan di gedung Untuk dapat memainkan permainan bola

voli bagi anak-anak usia muda tidaklah mudah. Butuh waktu dan proses yang panjang agar keterampilan gerakan anak dalam bermain bola voli dapat dikuasai dengan baik. Hal ini dikarenakan permainan bola voli merupakan permainan yang menuntut adanya kecepatan, kelentukan, dan kelincahan bagi pemain sendiri.

Permainan bola voli juga memiliki estetika, saat melakukan lompatan, pukulan dan variasi serangan. Hal ini dapat terjadi jika suatu pemain sudah dapat menguasai seluruh teknik – teknik pada bola voli. sudah dijelaskan bahwa teknik-teknik bola voli yaitu *pasing, servis, blok, smash*. *Smash* pada permainan bola voli adalah hal terpenting saat melakukan serangan untuk mendapatkan *point* demi *point* saat pertandingan.

Maka dari itu, untuk menjadi pemain voli yang andal, selain mengetahui permainan, juga menguasai ketrampilan dasarnya. Ketrampilan dasar yang harus dimiliki setiap pemain antara lain servis, mengumpan, membendung, dan *smash*. Setelah menguasai semua teknik dasar bola voli, pemain dapat dengan mudah menempatkan posisinya didepan atau dibelakan. Dibutuhkan kerjasama dan kekompakan setiap pemain dalam timnya



untuk memperoleh kemenangan. Dari hasil pengamatan atau *observasi* dilapangan masih banyak yang harus di perbaiki dalam melakukan *smash*. Masih banyak ditemui kesalahan-kesalah yang terjadi saat melakukan *smash*. Seperti ketepatan pukulan, langkah kaki, *power* pukulan, dan *timing* pukulan.

Ketepatan pukulan, masih banyaknya atlet pada saat melakukan pukulan *smash* sering kali tidak tepat pada sasaran, hal itu mungkin dipengaruhi oleh metode yang digunakan pada saat latihan. Sehingga perlu adanya metode yang baru yang tepat untuk meningkatkan hasil ketepatan pukulan tersebut. Langkah kaki, pada tahap ini juga sering terjadi kesalahan, kesalahan pada tahap ini juga akan sangat menentukan keberhasilan melakukan *smash*, baik dari langkah awal ataupun hasil akhirnya.

Power pukulan, hanya ada beberapa atlet saja yang memiliki *power* pukulan yang baik pada saat melakukan *smash*. Ini juga tidak lepas dari pengaruh langkahan tadi. Jadi langkahan juga dapat mempengaruhi hasil pukulan *smash*. *Timing* pukulan, disini juga sangat penting untuk menentukan hasil pukulan *smash* yang baik, *timing* disini adalah pada saat melakukan pukulan *smash* di udara dengan perkenaan bola yang tepat pada tangan.

Pada atlet taruna merah putih Semarang juga masih ada masalah dalam urusan *timing* tersebut.

Dari masalah ini kemudian membuat penelitian untuk memperbaiki pukulan *smash* yang efektif dilakukan pada anak-anak klub Taruna Merah Putih dengan menggunakan metode latihan *Drill*. Berdasarkan penjelasan diatas maka penulis tertarik untuk menulis sebuah penelitian tentang “Pengaruh metode latihan *drill* terhadap hasil ketepatan *smash* dalam Permainan Bola Voli Klub Taruna Merah Putih (TMP) klipang Semarang”.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah eksperimen dengan desain One-Group Pretest-posttest Design. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik uji-t. Instrumen menggunakan test *smash* dari Stanley (M. Yunus 1991;299). Populasi dalam penelitian adalah anak laki-laki usia 15-18 tahun pemain Klub Taruna Merah Putih Semarang. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data tes ketepatan *smash* dengan (*pretest* dan *posttest*) yang diperoleh dari sampel penelitian secara langsung.



Berdasarkan hasil *pretest* diketahui bahwa ketepatan *smash* pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang sebelum diberi perlakuan metode latihan *drill* adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Data *Pretest*

No	Kategori	Hasil
1	Mean	33,93
2	Median	34
3	Modus	34
4	Skor <i>max</i>	40
5	Skor <i>min</i>	29
6	Standar deviasi	2,93

Tabel 2. Data *Postest*

No	Kategori	Hasil
1	Mean	23,20
2	Median	22
3	Modus	21
4	Skor <i>max</i>	29
5	Skor <i>min</i>	19
6	Standar deviasi	3,12

Dari hasil perhitungan analisis data diperoleh data *pretest* diketahui bahwa ketepatan *smash* pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang Tabel 4.1 diperoleh nilai *mean* atau rata-rata 23,20, nilai *median* 22, nilai modus 21, skor maksimal 29, skor minimal 19 dan nilai simpangan baku (*std.deviasi*) 3,12. Sesudah data *pretest* di peroleh selanjutnya dilakukan *treatment* dengan latihan *drill*. Setelah *treatment* selesai dilakukan maka selanjutnya dilakukan *postest* untuk

mengetahui apakah ada pengaruh latihan *drill* terhadap ketepatan *smash* pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang. Adapaun data *postest* setelah diberi perlakuan atau *treatment* sebagai berikut:

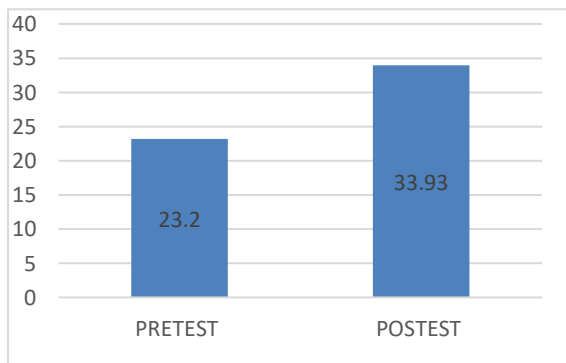
Tabel 3. Deskripsi Data

	Ran ge	Min	Max	Su m	Me an	Std Error	Std. Deviat ion	Varian ce
PRETEST	10	19	29	348	23, 20	,776	3,125	9,029
POSTEST	11	29	40	509	33, 93	,759	2,939	8,638

Dari hasil perhitungan analisis data diperoleh data *postest* ketepatan *smash* pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang tabel 4.2 diperoleh nilai *mean* atau rata-rata 33,93 mengalami peningkatan dari hasil *pretest*, nilai *median* 34, nilai modus 34, skor maksimal 40, skor minimal 29 dan nilai simpangan baku (*std.deviasi*) 2,93. Setelah data *pretest* dan data *postest* diperoleh selanjutnya data dari Hasil penelitian akan diuraikan dan dihitung dengan menggunakan SPSS 20. maka dapat dijelaskan bahwa *mean/rata-rata ketepatan smash pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang sebelum diberi latihan drill* adalah 23,20 dengan simpangan baku 3,12 hasil nilai maksimal 29 dan hasil nilai minimal atau

terkecil 19. *Mean*/rata-rata ketepatan **smash pemain** klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang setelah diberi latihan *drill* adalah 33,93 dengan simpangan baku 2,93 hasil nilai maksimal 40 dan hasil nilai terkecil atau minimal 29.

Berdasarkan tabel diatas dan hasil pembahasan data deskriptif *pretes* dan *postest* ketepatan **smash pemain** klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang diatas maka dapat disajikan ilustrasi gambar berbentuk diagram batang, sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram batang rata-rata akurasi ketepatan *smash*

5. SIMPULAN DAN SARAN

Setelah diberikan latihan *drill* mengalami peningkatan dimana hasil rata-rata *pretest* sebesar 23,20 dan *posttest* sebesar 33,93 serta diperoleh nilai t_{hitung} *pretest* dan *posttest* adalah sebesar -10,761 dengan $sig = 0,000$ dan nilai t_{tabel} adalah 2,144 maka dapat disimpulkan H_1

diterima, dan dapat dijelaskan terdapat perbedaan peningkatan ketepatan *smash* pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang antara sebelum dan setelah diberikan latihan *drill*. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan akurasi ketepatan *smash* Pemain klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang melalui metode latihan *drill*.

Saran bagi pemain supaya lebih meningkatkan akurasi ketepatan teknik dasar *smash*. Bagi pelatih diharapkan Bagi pelatih diharapkan dapat memberikan metode latihan *drill* untuk meningkatkan peningkatan ketepatan **smash pemain** klub bola voli Taruna Merah Putih Semarang.

6. DAFTAR PUSTAKA

- ABD RAHMAN, T. A. D. J. U. (2019). Pengaruh Latihan Drill Statis Terhadap Peningkatan Ketepatan Pukulan Smash Dalam Permainan Bola Voli. *Skripsi*, 1(832414007).
- ANO, A. Z. (2019). Pengaruh Latihan drill terhadap ketepatan smash dalam permainan Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 1 Telaga. *Skripsi*, 1(832412049).
- Beuttelstahl, Dieter. 2013. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.



Danang, YMD. 2012. Pengaruh latihan memukul bola di gantung terhadap ketepatan smash peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP N 1 Panjaitan Kulon Progo. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Febriani, Y., & Rifki, M. S. (2020). Pengaruh Metode Drills For Game-Like Situation Terhadap Kemampuan Passing Bawah Atlet Bolavoli. *Jurnal Stamina*, 3(6), 481-498.

Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh metode latihan dan koordinasi terhadap power tungkai atlet bola voli junior putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1-12

Sugiyono.2013. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Disertasi*.Bandung: CV Alfabeta.

Yunus, M. 1991. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

Wahyu,VRW. 2017. Pengaruh latihan membidik target terhadap kemampuan akurasi smash peserta ekstrakurikuler bola voli di SMPN 2 Berbah Sleman. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Widiastuti, Dr. M. Pd. 2011. *Tes dan pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.

Sutrisno, Hadi. 2002. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offside.

Suharsimi, A. 2013.*Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Paragonatama Jaya.