

**PENGARUH PENGGUNAAN METODE BERMAIN DAN METODE
LATIHAN TERHADAP HASIL BELAJAR BOLA VOLI
SISWA DI SMP.NEGERI 15 PADANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai Salah Satu
Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan.



Oleh:
Alchonity Harika Fitri
Nim. 14066

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2013**

ABSTRAK

ALCHONITY.HFA, 2012: Pengaruh Penggunaan Metode Bermain dan Metode Latihan Terhadap Hasil Belajar Bola Voli Siswa DI SMP.N 15 Padang.

Masalah dalam penelitian ini berawal dari observasi penulis dilapangan, bahwa pembelajaran olahraga kesehatan di SMP. Negeri 15 Padang kurang terlaksananya proses pembelajaran yang sangat diharapkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh dari Metode Bermain dan Metode Latihan terhadap Hasil Belajar Bola Voli di Smp. Negeri 15 Padang.

Penelitian ini adalah tergolong pendekatan *kuantitatif* yaitu jenis *Eksperimen Semu (Quasi Experiment)* dengan menetapkan Metode Bermain (X_1) dan Metode Latihan (X_2) sebagai variabel bebas dan Hasil Belajar Bola Voli (y) sebagai variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 15 Padang yang merupakan Siswa/siswi Kelas VII, berjumlah 20 orang. Dalam penentuan sampel adalah *purposive sampling* yang dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing 10 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan tes keterampilan bola voli dengan metode yang berbeda. Instrument dalam penelitian ini dipakai tes awal dan tes akhir yang menggunakan Tes Keterampilan Bola Voli, sehingga diperoleh hasil masing-masing sampel. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus uji "t".

Hasil analisa data menunjukkan terdapatnya pengaruh yang berarti Metode bermain dan metode latihan latihan atau H_a diterima. Tetapi tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara metode bermain dan metode latihan. Dengan demikian berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kedua bentuk latihan metode bermain dan metode latihan dapat diterapkan untuk meningkatkan hasil belajar bola voli siswa SMP. Negeri 15 Padang.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ***"Pengaruh Penggunaan Metode Bermain dan Metode Latihan Terhadap Hasil Belajar Bola Voli di SMP Negeri 15 Kota Padang"***. Penulisan skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Pil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd, sebagai Ketua Jurusan beserta staf pengajar Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Chalid Marzuki, M.A, selaku Pembimbing I dan Bapak Drs. Qalbi Amra, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan saran, masukan, pengarahan, motivasi dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hendri Neldi, M.Kes,AIFO. Bapak Drs. Suwirman, M.Pd. dan Ibu Dra. Rosmaneli, M.Pd, selaku Tim Penguji yang telah memberikan banyak kritikan, saran, bimbingan, masukan yang positif dan perbaikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh sivitas akademika Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan, motivasi dan saran serta kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Kepala dan Wakil serta Bapak Kepala Urusan Kantor beserta staf Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Kota Padang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dalam mengambil data dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Kota Padang yang telah bersedia meluangkan waktu dan mau diajak bekerjasama dalam proses pengambilan data.
9. Mama, Papa ku yang sangat aku cintai yang telah banyak berkorban serta memberikan Do'a, dukungan, motivasi dan saran baik moril maupun materil demi terselesaikannya pendidikan anaknya ini.
10. Dan kepada semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu, yang telah bersedia berpartisipasi dalam memberikan semangat, motivasi, bantuan, dan dukungan, baik secara moril maupun materil kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga apa yang bapak, ibu, saudara, saudari serta semua pihak yang telah mau berikan membantu kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Desember 2012

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian	4

BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori.....	6
1. Metode Bermain	7
2. Metode Latihan.....	8
3. Bola Voli.....	10
B. Kerangka Konseptual.....	20
C. Hipotesis.....	20

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Tempat dan Waktu Penelitian	22
1. Jenis Penelitian.....	22
2. Tempat dan Waktu Penelitian	22
B. Populasi dan Sampel	23

1. Populasi.....	23
2. Sampel.....	23
C. Jenis dan Sumber Data	24
1. Jenis Data	24
2. Sumber Data.....	24
D. Defenisi Operasional.....	24
E. Instrumen Penelitian	25
1. Tes Keterampilan Bola Voli	26
F. Alat Pengumpulan Data	28
G. Teknik Analisis Data.....	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	30
B. Pengujian Persyaratan Analisis	32
C. Pengujian Hipotesis.....	34
D. Pembahasan.....	35
E. Keterbatasan.....	36

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	41
B. Saran.....	41

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR GAMBAR

Gambar.Dinding tembok dengan daerah sasaran dan untuk pelaksanaan repeated volleys test.....	26
Gambar Lapangan volley untuk pelaksanaan serving test.....	27

DAFTAR GRAFIK

Grafik 3.1 Histogram Hasil metode Bermain	31
Grafik 3.2 Histogram Hasil Metode Latihan	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Data Mentah Keterampilan Bola Voli
- Lampiran 2 Data Pos test Keterampilan Bola Voli
- Lampiran 3 Deskriptif data
- Lampiran 4 Uji persyaratan
- Lampiran 5 Uji Homogenitas
- Lampiran 6 Uji Hipotesis
- Lampiran 7 Uji Tabel Lilifor
- Lampiran 8 Tabel Z
- Lampiran 9 Tabel T
- Lampiran 10 Tabel F
- Lampiran 11 Rencana Program Latihan Bulanan
- Lampiran 12 Kegiatan Latihan
- Lampiran 13 Pelaksanaan Latihan Metode Bermain
- Lampiran 14 Pelaksanaan Latihan Metode Latihan
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah merupakan salah satu pendidikan formal yang menyelenggarakan proses pembelajaran untuk membimbing, mendidik, melatih dan mengembangkan kemampuan siswa untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan yang ingin dicapai tentunya tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional sebagaimana dituangkan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SESDIKNAS) Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yaitu bertujuan untuk berkembangnya potensi didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. SMP N 15 Padang, adalah salah satu lembaga pendidikan formal yang menjadikan olahraga sebagai proses bagian dalam proses pendidikannya.

Olahraga adalah hal yang terpenting dalam proses pendidikan, hal ini diperkuat dengan adanya Undang-Undang Republik Indonesia tentang system keolahragaan nasional Bab 1 Ketentuan Umum Pasal 1 Ayat 11 menyatakan bahwa “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. ”Sedangkan Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan untuk memperoleh keterampilan gerak, pertumbuhan kecerdasan, dan perkembangan otot tubuh siswa yang nantinya dapat berguna bagi masa

mendatang, Jonni (2010). Berdasarkan kutipan di atas sudah jelas bahwasanya olahraga dalam pendidikan merupakan penunjang dalam proses pembelajaran.

Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah merupakan seseorang yang mempunyai tanggung jawab besar dan seharusnya berusaha dengan sebaik mungkin bagaimana agar pembelajaran yang di berikan di lapangan dapat berpengaruh positif terhadap siswa. Dalam hal ini, pembelajaran tersebut dapat meningkatkan kesegaran jasmani, motivasi, pertumbuhan, dan perkembangan fisik, perkembangan intelektual, pembentukan kerjasama sosial, dan emosional, prestasi belajar, dan kondisi fisik. disamping menimbulkan kesenangan, kegembiraan bagi siswa pembelajaran yang disajikan hendaknya bagian dari bentuk bermain atau di kenal juga dengan permainan kecil. Banyak pengetahuan yang harus di miliki oleh guru olahraga dalam usaha mereka memberikan pelajaran untuk meningkatkan kualitas pengajaran, salah satunya dengan menggunakan metode bermain dalam pokok bahasan tersebut. Hal ini dapat di perkuat dengan adanya Undang-Undang Dasar Republik Indonesia tentang sistem keolahragaan nasional Bab VII Pasal 25 bagian ke-2, Ayat 8 menyatakan: "Pembinaan dan pengembangan olahraga. Pendidikan dapat memanfaatkan olahraga rekreasi yang bersifat tradisional sebagai bagian dari aktifitas pembelajaran."

Berdasarkan pengamatan peneliti di SMP Negeri 15 Padang, Ternyata masih kurang terlaksananya pembelajaran olahraga kesehatan dan Beberapa orang guru penjas masih belum memberikan pembelajaran dalam bentuk rangkaian permainan kecil, karena kadang kala pembelajaran yang diberikan mulai dari pemanasan sampai gerakan inti hanya gerakan-gerakan yang bersifat monoton dan

kaku, sehingga dapat menimbulkan kebosanan dan kejenuhan bagi siswa. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh penggunaan metode bermain dan metode latihan terhadap hasil belajar bola voli siswa di SMP N 15 Padang". Dengan adanya penelitian ini, maka diharapkan dapat meningkatkan kualitas pengajaran di lembaga pendidikan Indonesia khususnya di Sekolah Menengah Pertama Negeri 15 Padang.

A. Identifikasi Masalah

Berdasarkan Latar Belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Metode Demonstrasi
2. Metode Latihan
3. Metode Bermain
4. Metode Induktif
5. Metode Deduktif
6. Metode Ceramah
7. Metode Global
8. Sosiodrama

B. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang tercakup dalam penelitian ini maka peneliti perlu membatasinya agar penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai dengan waktu, biaya dan sasaran yang diinginkan yaitu

1. Metode Bermain
2. Metode Latihan

C. Perumusan Masalah

Telah diuraikankan pada latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan dicarikan jawabannya dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada pengaruh penggunaan metode bermain dan metode latihan terhadap hasil belajar bola voli siswa di SMP N 15 Padang?
2. Apakah ada pengaruh penggunaan metode bermain dan metode latihan terhadap hasil belajar bola voli siswa di SMP N 15 Padang?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah dan perumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Untuk mengetahui Pengaruh penggunaan metode bermain dan metode latihan terhadap hasil belajar bola voli siswa di SMP N 15 Padang?
2. Untuk mengetahui Pengaruh penggunaan metode bermain dan metode latihan terhadap hasil belajar bola voli siswa di SMP N 15 Padang?

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini secara umum untuk mencari alternatif peningkatan kualitas pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani. Di samping itu juga diharapkan ada manfaatnya bagi:

1. Guru pendidikan jasmani sebagai masukan, dalam memberikan pengajaran penjasorkes disekolah, terutama guru pendidikan jasmani di SMP N 15 Padang.

2. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam penelitian yang relevan dalam mengembangkan keilmuan
3. Peneliti sendiri sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan pada program sarjana Universitas Negeri Padang.
4. Pembaca, sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan dalam ilmu pendidikan olahraga.
5. Diharapkan dapat menjadi sumbangan yang berarti bagi dunia pendidikan, terutama dalam pendidikan olahraga.