

PENGARUH PEMBELAJARAN VARIASI DAN KOMBINASI AKTIVITAS BERMAIN BOLAVOLI TERHADAP HASIL BELAJAR *PASSING* BOLAVOLI PADA SISWA KELAS XI-IPA1 MAN 7 JOMBANG

Moh. Zaim Zen

Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan STKIP PGRI Jombang

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI MAN 7 Jombang sebanyak 189 siswa dengan teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling* didapatkan sampel kelas XI MAN 7 Jombang sebagai sampel sebanyak 35 siswa, kemudian dianalisis dengan menggunakan uji statistik T-Test *Paired* dengan standart signifikan ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian didapatkan hasil belajar *passing* bawah bolavoli sebelum pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli didapatkan nilai mean sebesar 6,77, sedangkan sesudah pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli nilai mean sebesar 8,20, dengan peningkatan pengaruh variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli sebesar 1,43 atau 47,04%. Pada hasil belajar *passing* atas bolavoli sebelum pemberian perlakuan nilai mean sebesar 6,17, sedangkan sesudah pemberian perlakuan nilai mean sebesar 8,17, dengan peningkatan pengaruh variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli sebesar 2 atau 32,41%. Berdasarkan dari uji statistik t-test didapatkan $t_{hitung} <$ dari t_{tabel} , maka ada pengaruh pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli terhadap hasil belajar *passing* pada siswa kelas XI-IPA1 MAN 7 Jombang yang signifikan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli terhadap hasil belajar *passing* bolavoli memiliki peningkatan dan pengaruh yang signifikan.

Kata Kunci: *Variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli, hasil belajar dan passing bolavoli*

The aim in this study was to determine the effect of variations and combinations of learning activities play volleyball on learning outcomes passing volleyball in class XI-IPA1 MAN 7 Jombang. This research is an experimental research design with one group pretest-posttest design. The population in this study were all students of class XI MAN 7 Jombang 2015/2016 school year as many as 189 students by using purposive sampling technique sampling sample obtained XI MAN 7 Jombang as a sample of 35 students, then analyzed using statistical test T-Test Paired with standard significantly ($\alpha = 0.05$). The result showed the learning outcomes volleyball before passing under the administration of variations and combinations of activities to play volleyball obtained a mean value of 6.77, while after the administration of variations and combinations of playing volleyball activity mean value of 8.20, with an increase in the influence of variations and combinations of activities to play volleyball 1.43 or 47.04%. On learning outcomes passing on volleyball before giving treatment mean value of 6.17, while after the administration of treatment the mean value of 8.17, with an increase in the influence of variations and combinations of activities to play volleyball for 2 or 32.41%. Based on statistical test t-test obtained t-count $<$ of t-table, then There is the influence of variations and combinations of learning activities play volleyball on learning outcomes passing in class XI-IPA1 MAN 7 Jombang significant. Based on the results of this study concluded that learning using variations and combinations of activities to play volleyball on learning outcomes passing volleyball had an increase and a significant effect.

Keywords: *Variations and combination activity of playing volleyball, learning outcomes and Passing volleyball*

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan suatu proses yang kompleks, karena dalam kegiatan pembelajaran senantiasa mengintegrasikan berbagai komponen dan kegiatan, yaitu siswa dalam lingkungan belajar untuk diperolehnya perubahan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Menurut Mohammad Surya (2005) dalam Rusman (2012:116) menjelaskan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu sendiri dalam interaksi dengan lingkungan. Setiap individu/siswa yang dihadapi oleh guru sangat kompleks, karena menyangkut segi fisik dan psikis. Perilaku yang ingin dihasilkan dari pembelajaran juga kompleks, karena menyangkut berbagai kemampuan seperti unsur kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis (Rahayu, 2013:1).

Melalui kegiatan bermain yang dikemas dalam program pendidikan jasmani hendaknya dapat mendorong siswa untuk memunculkan kegiatan belajar yang sesungguhnya menurut Lutan (1988) dalam Rahayu (2013:79), menyatakan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan siswa dapat melakukan pola gerak secara benar. Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar materi yang ada di dalam kurikulum dapat disajikan sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, efektif, dan psikomotor siswa, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat dilakukan secara intensif.

Permainan bolavoli dapat digunakan sebagai sarana untuk mendidik, sebab dengan olahraga bolavoli dapat membentuk pribadi yang sportif, jujur, kerjasama, dan bertanggung jawab, yang semua itu merupakan nilai-nilai pendidikan yang dapat ditanamkan. Oleh karena itu olahraga permainan bolavoli diberikan dalam lingkungan atau sebagai olahraga sekolah. Dalam permainan bolavoli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bolavoli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini.

Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bolavoli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Salah satu teknik dasar adalah *passing* bawah, dimana *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli, yaitu teknik pengoperan bola dengan sikap tangan di bawah (meraup). Bagi anak didik dan pemain pemula, teknik ini dirasakan lebih wajar, gampang dan terutama lebih aman pada saat menerima bola yang keras, dibandingkan dengan gerak *passing* atas yang memerlukan sikap tangan dan jari khusus. Dengan teknik *passing* bawah semua bola yang datang bisa diterima dengan mudah dan dapat dilambungkan kembali, juga apabila posisi bola sangat rendah atau menyamping dari tubuh (Yustagina, 2013:3).

Penguasaan teknik dasar secara sempurna dapat dicapai perlu dilakukan secara bertahap dan prosedural. Bertahap dalam arti pembelajaran pola gerak dasar dilakukan dari yang ringan ke yang berat, dari yang sederhana ke yang rumit, sedangkan prosedural

berkaitan dengan urutan prinsip gerakan yang harus dilakukan, bertujuan agar peserta didik dapat dengan mudah untuk mempelajari prinsip dasar gerak, hingga dalam penguasaan kompetensi tidak mendapat kesulitan, terutama yang berhubungan dengan gerak variasi. Variasi merupakan satu prinsip dasar yang dilakukan dengan berbagai cara, seperti : prinsip dasar gerak *passing* atas dan bawah, dilakukan dengan gerakan maju mundur, menyamping, sedangkan kombinasi merupakan gabungan beberapa prinsip dasar, dilakukan dalam satu rangkaian gerak (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014:23).

Akan tetapi kenyataan di lapangan 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 pendidikan jasmani dan olahraga khusus cabang olahraga bolavoli dengan teknik dasar gerakan bolavoli *passing* dengan metode yang tepat, siswa diinstruksikan langsung melakukan permainan bolavoli. Secara psikologis proses belajar mengajar ini juga mempunyai manfaat terhadap kondisi anak yaitu, hasrat gerak dan kemauan siswa dapat terpenuhi. Namun dilihat dari faktor teknik yang belum memadai mengakibatkan kualitas permainan jauh dengan apa yang diharapkan, sehingga tidak jarang dari mereka saat melakukan *passing* sering kali bolanya melenceng jauh dari teman bermainnya.

Berdasarkan permasalahan di atas, menuntut guru untuk berkeaktifitas menerapkan pembelajaran yang tepat dalam menyampaikan materi pembelajaran, misalnya dengan mengkombinasikan beberapa metode, yaitu variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pembelajaran Variasi dan Kombinasi Aktivitas Bermain Bolavoli Terhadap Hasil Belajar *Passing* Bolavoli pada Siswa Kelas XI-IPA1 MAN 7 Jombang”.

Pembelajaran olahraga adalah kegiatan jasmani untuk memberi pengalaman, memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan koordinasi gerak dasar dalam rangka pembekalan bagi siswa agar mudah mempelajari/menguasai keterampilan gerak berbagai cabang olahraga (Giriwijoyo dan Sidik, 2012:78).

Pembelajaran Pendidikan jasmani adalah kegiatan jasmani untuk memberi pengalaman, memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan koordinasi gerak dasar dalam rangka pembekalan bagi siswa agar mudah mempelajari atau menguasai keterampilan gerak berbagai cabang olahraga (Giriwijoyo dan Sidik, 2012:80). Strategi menurut Kemp (1995) dalam Rusman (2012:132) menyatakan bahwa pembelajaran adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Sedangkan menurut Dick and Carey (1985) dalam Rusman (2012:132) menyebutkan bahwa strategi pembelajaran itu adalah suatu perangkat materi dan prosedur pembelajaran yang digunakan secara bersama-sama untuk menimbulkan hasil belajar pada peserta didik atau siswa. Upaya mengimplementasikan rencana pembelajaran yang telah disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang telah disusun dapat tercapai secara optimal, maka diperlukan suatu metode yang digunakan untuk merealisasikan strategi yang telah ditetapkan. Dengan demikian, bisa terjadi satu strategi pembelajaran menggunakan beberapa metode.

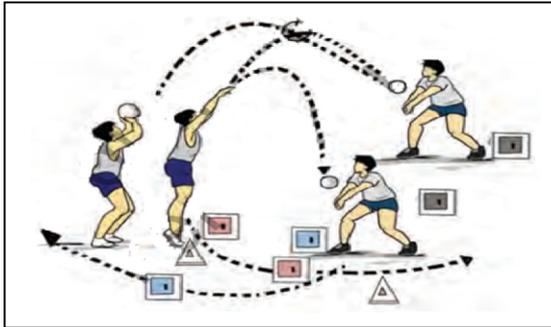
1. Variasi dan Kombinasi Aktivitas Bermain Bolavoli

Variasi dan kombinasi dalam aktivitas permainan bolavoli adalah gabungan beberapa beberapa bentuk gerakan prinsip dasar dengan berbagai cara, seperti : melakukan prinsip dasar *passing* atas, bawah, dan servis atas di tempat, bergerak maju-mundur, dan bergerak menyamping, zig-zag, baik secara perorangan, berpasangan maupun kelompok. Akhir dari pembelajaran kombinasi prinsip dasar ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan koordinasi gerakan, serta penanaman nilai disiplin, menghargai perbedaan, tanggungjawab, dan kerja sama dengan pembelajaran sebagai berikut :

a. Aktivitas bermain *passing* atas bawah

1) Persiapan

Bentuk tiga kelompok dalam formasi segitiga, kelompok satu melakukan *passing* atas, kelompok dua dan tiga melakukan *passing* bawah.



Gambar 2.1. *Passing* atas dan bawah

(Sumber : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014)

2) Pelaksanaan

Dimulai dari kelompok pertama melakukan *passing* atas ke arah kelompok dua atau tiga, dan bola dikembalikan dengan *passing* bawah ke kelompok satu, setelah melakukan gerakan *passing* atas dan bawah bergerak pindah posisi.

Catatan :

Bahwa setiap akan melakukan aktivitas bermain selalu diawali dengan kegiatan mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, dan mengasosiasi sebelum dikomunikasikan dalam permainan bolavoli.

Hasil belajar merupakan penilaian yang berhubungan terhadap keberhasilan siswa mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam sebuah program, berarti proses penilaian untuk menggambarkan prestasi yang dicapai seorang siswa sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan (Muhibbin, 2010:36). Pendidikan jasmani adalah kegiatan jasmani yang disajikan sebagai bagian dari kegiatan kurikuler, yang digunakan sebagai media (wahana) bagi proses pendidikan. Pendidikan adalah proses mengembangkan (Giriwijoyo dan Sidik, 2012:73-74) sebagai berikut :

1. Domain kognitif, yaitu kemampuan penalaran, pengayaan pengetahuan/ keilmuan dan keluasan wawasan, khususnya yang dapat dicapai melalui penyajian olahraga intrakurikuler.
2. Domain afektif adalah pola sikap siswa, yang terdiri dari :
 - a. Sikap rohaniah, meliputi : aspek mental, intelektual, dan spiritual.
 - b. Sikap sosial yang sesuai dengan pengetahuan baru yang telah diperolehnya yang sesuai dengan norma sosial kehidupan masyarakat, yang diperoleh melalui pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah pendidikan dengan pendekatan pada aspek sejahtera jasmani, untuk menghasilkan manusia-manusia yang santun, bukan bobotoh (*supporters*) olahraga yang merusak.
3. Domain psikomotor, yaitu pola perilaku siswa sehari-hari yang sesuai dengan pengetahuan baru dan pola sikap baru yang telah diperolehnya melalui pengalaman dan peran sertanya dalam proses pendidikan jasmani dan olahraga.

*Passing*1. Pengertian *Passing*

Koesyanto (2003) dalam Perdananto (2012:10), *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

2. Macam-macam Teknik *Passing*

a. Teknik *passing* atas

Fase teknik *passing* atas bolavoli :

- 1) Sikap permulaan : ambil posisi siap normal, yaitu kedua kaki berdiri selebar bahu, berat badan bertumpu pada kaki kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah, tempatkan secepat mungkin di bawah bola, dengan kedua tangan diangkat lebih tinggi dari bahu, dan jari-jari tangan terbuka membentuk cekungan seperti setengah lingkaran bola.
- 2) Gerakan pelaksanaan : tepat pada saat bola berada di atas sedikit ke depan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agar eksplosif untuk mendorong bola, perkenaan bola pada jari-jari ruas pertama dan kedua dan yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik.
- 3) Gerakan lanjutan : setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan ke depan atas, sebagai suatu gerakan lanjutan diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkan kaki belakang ke depan dan segera mengambil sikap siap dalam posisi normal kembali.

(Perdananto, 2012:11)

Gerakan dasar *passing* atas :

- 1) Persiapan melakukan gerakan *passing* atas :
 - a) Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan.
 - b) Posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk di depan atas muka (wajah).
 - c) Pandangan ke arah bola.
- 2) Gerakan *passing* atas :
 - a) Dorongkan kedua lengan menyongsong arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat.
 - b) Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah atas wajah.
 - c) Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan.
- 3) Akhir gerakan *passing* atas :
 - a) Tumit terangkat dari lantai.
 - b) Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
 - c) Pandangan ke arah bola.



Gambar 2.2 Posisi tangan dan tubuh saat *passing* atas
(Sumber : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014:20)

Teknik *passing* bawah

Fase *passing* bawah :

- 1) Sikap permulaan : ambil sikap siap normal dalam permainan bolavoli yaitu kedua lutut ditekuk dengan badan sedikit dibungkukkan ke depan perut badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapat suatu keseimbangan agar dapat lebih mudah dan lebih

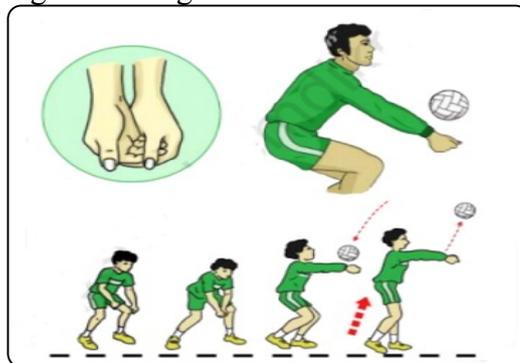
cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling pegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.

- 2) Gerakan pelaksanaan : ayunkan kedua lengan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus perkenaan bola pada bagian prosimal dari lengan, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus. *Passing* bawah merupakan teknik dasar paling dominan dalam permainan bolavoli secara cepat dan baik.
- 3) Gerakan lanjutan : setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali, dan ayunan lengan untuk *passing* bawah ke depan tidak melebihi sudut 90 derajat dengan bahu.

Ketika melakukan *passing* bawah, telapak tangan harus disatukan dengan ibu jari dalam posisi sejajar. Kedua siku diputar ke arah dalam sehingga bagian lengan yang datar dan lembut menghadap ke atas. Landasan yang terbentuk oleh lengan tangan tersebut harus sedatar mungkin. Tangan harus sejajar dengan paha, tahan kedua tangan jauh dari tubuh harus berusaha menempatkan tubuh di belakang bola, redam kekuatan bola, dan arahkan bola ke sasaran dengan menggunakan tubuh anda, melalui gerakan mengulurkan kaki ambil menyentuh bola dengan sedikit atau tanpa mengayunkan lengan (gerakan mendorong) (Prayogo, dkk, 2012:3).

Gerak dasar *passing* bawah :

- 4) Persiapan sebelum melakukan gerak dasar *passing* bawah :
 - a) Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan.
 - b) Rapatkan dan luruskan kedua lengan didepan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
 - c) Pandangan ke arah datangnya bola.
- 5) Gerakan gerak dasar *passing* bawah :
 - a) Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai.
 - b) Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan.
 - c) Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.
- 6) Akhir gerakan gerak dasar *passing* bawah :
 - a) Tumit terangkat dari lantai.
 - b) Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
 - c) Pandangan mengikuti arah gerakan bola.



Gambar 2.3 Posisi tangan dan tubuh saat *passing* bawah
(Sumber : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014:19)

METODE

Dalam penelitian menggunakan metode eksperimen dengan rancangan yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang

meliputi XI-IPA1-2, XI-IPS 1-2, Agama 1-2 MAN 7 Jombang sebanyak 189 siswa. Teknik sampling menggunakan *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2008). Berdasarkan teknik sampling yang digunakan maka peneliti memilih kelas XI-IPA1 MAN 7 Jombang sebagai sampel sebanyak 35 siswa.

Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah: variabel *independent* adalah variasi dan Kombinasi Aktivitas Bermain Bolavoli. Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah: variabel *dependent* adalah hasil belajar *passing* bolavoli. Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam nilai adalah tes, observasi dan pengukuran hasil *passing* bawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan *passing* bawah pada permainan bolavoli adalah dengan metode latihan yang disertai dengan bimbingan dan arahan terus-menerus dan sistematis dari guru. Variasi latihan merupakan perpaduan berbagai jenis atau teknik latihan dalam *passing* bawah. Dalam pelaksanaannya, teknik-teknik tersebut divariasikan, dikombinasikan dan dipadukan antara teknik yang satu dengan yang lain. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pemain bolavoli dalam melakukan *passing* bolavoli dalam artian hasil belajar *passing* bawah dan atas bolavoli, sehingga akan terbentuk pemain yang memiliki kepekaan dan kemampuan yang tinggi dalam melakukan *passing* bawah dan atas. Untuk mampu melakukan berbagai variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli, para pemula memang perlu menguasai terlebih dahulu bentuk-bentuk dasar sikap dan gerak *passing* bawah dan atas, hal ini dibuktikan dari hasil penelitian menurut Yustagina (2013) menyatakan terdapat peningkatan kemampuan *passing* dalam permainan bolavoli melalui variasi latihan, hal ini ada kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian yang dilakukan oleh Yustagina, yaitu Penelitian yang dilakukan Yustagina untuk meningkatkan siswa melakukan *passing* bawah menggunakan metode dengan variasi dan kombinasi berbagai teknik gerakan dasar bolavoli, sedangkan peneliti menggunakan satu gerakan bolavoli, yaitu *passing* bawah dan atas dengan variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli.

Alhasil dari belajar *passing* bawah bolavoli dengan metode variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli didapatkan peningkatan hasil belajar, hal ini dibuktikan bahwa sebelum pemberian pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli pada hasil belajar *passing* bawah bolavoli rata-rata sebesar 6,77, sedangkan sesudah pemberian pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli rata-rata sebesar 8,20. Melihat perubahan nilai rata-rata hasil belajar atau kemampuan tes *passing* bawah bolavoli sebelum dan sesudah pemberian pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli mengalami meningkatkan sebesar 21,12%.

Pada hasil belajar *passing* atas bolavoli rata-rata sebesar 6,17, sedangkan sesudah pemberian pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli rata-rata sebesar 8,17. Melihat perubahan nilai rata-rata hasil belajar atau kemampuan tes *passing* atas bolavoli sebelum dan sesudah pemberian pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli mengalami meningkatkan sebesar 32,41%. Peningkatan hasil belajar atau kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah dan atas bolavoli ini dikarenakan pelatihan atau pembelajaran yang diberikan kepada siswa dengan menggunakan variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli, yang mana dalam metode variasi latihan tersebut terdapat gerakan-gerakan teknik dasar *passing* bawah dan atas, yaitu persiapan sebelum melakukan gerak dasar *passing* bawah, gerakan gerak dasar *passing* bawah dan akhir gerakan gerak dasar *passing* bawah, hal ini dibuktikan dari hasil uji statistik t-test diperoleh nilai t_{hitung} (20,8754) lebih besar dari nilai t_{tabel} (1,6909), sedangkan pada hasil belajar *passing* atas bolavoli didapatkan

nilai t_{hitung} (11,6909) lebih besar dari nilai t_{tabel} (1,6909), maka H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli terhadap hasil belajar *passing* bolavoli pada siswa kelas XI-IPA1 Madrasah Aliyah Negeri 7 Jombang yang signifikan.

SIMPULAN

Hasil belajar *passing* bawah bolavoli sebelum pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli didapatkan nilai mean sebesar 6,77, sedangkan sesudah pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli nilai mean sebesar 8,20, dengan peningkatan pengaruh variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli sebesar 1,43 atau 47,04%. Pada hasil belajar *passing* atas bolavoli sebelum pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli didapatkan nilai mean sebesar 6,17, sedangkan sesudah pemberian variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli nilai mean sebesar 8,17, dengan peningkatan pengaruh variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli sebesar 2 atau 32,41%.

Ada pengaruh pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli terhadap hasil belajar *passing* pada siswa kelas XI-IPA1 MAN 7 Jombang yang signifikan, dikarenakan pada pengaruh pembelajaran variasi dan kombinasi aktivitas bermain bolavoli terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli didapatkan nilai t_{hitung} (20,8754) > nilai t_{tabel} (1,6909), sedangkan pada hasil belajar *passing* atas bolavoli didapatkan nilai t_{hitung} (11,6909) > nilai t_{tabel} (1,6909), maka H_0 ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali dan Asrori. 2014. *Metodologi & Aplikasi Riset Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Giriwijoyo. S., dan Sidik. DZ. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: Rosdakarya.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Muhibbin, S. 2010. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Rosda.
- Perdananto, Aditya Bayu. 2011. *Analisis Gerakan Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli*, Skripsi. Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Prayogo, dkk. 2012. *Efektivitas Pembelajaran Passing Bolavoli Untuk Kelas X Dengan Penggunaan Audio Visual*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Rahayu. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesional Guru. Edisi Kedua*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Yustagina. 2013. *Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Latihan Bagi Siswa Kelas VII SMP N XII Batang Merangin Kerinci*. Artikel Ilmiah. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi Maret 2013.