

## PERBEDAAN KEMAMPUAN *WALL BOUNCE PASSING BAWAH* DENGAN TEKANAN UDARA YANG BERBEDA DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Gita Adidtiya Ahmad Vialli<sup>1</sup>, Olivia Dwi Cahyani<sup>2</sup>, Rohmad Apriyanto<sup>3</sup>

Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

email : [gitaadidtiya@gmail.com](mailto:gitaadidtiya@gmail.com)<sup>1</sup> [oliviasa@unugiri.ac.id](mailto:oliviasa@unugiri.ac.id)<sup>2</sup> [rohmadapriyanto87@unugiri.ac.id](mailto:rohmadapriyanto87@unugiri.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

Penelitian berawal dari belum maksimalnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar permainan bola voli terutama passing bawah yang dipengaruhi oleh penggunaan bola dengan menggunakan tekanan udara yang tidak sesuai dengan peraturan yang seharusnya. Tujuan penelitian ini adalah agar siswa putra ekstrakurikuler bola voli MTs Islamiyah Balen bisa lebih efektif dalam menerapkan peraturan penggunaan bola voli bertekanan udara 0,30 – 0,35 kg/cm<sup>2</sup> dalam latihan maupun kejuaraan yang dipertandingkan. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan metode latihan dengan kemampuan wall bounce passing bawah menggunakan bola bertekanan udara 0,40 – 0,45 kg/cm<sup>2</sup> dan bola bertekanan udara 0,30 – 0,35 kg/cm<sup>2</sup>. Sampel yang diambil sebanyak 25 orang, sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan melakukan tes wall bounce passing bawah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan wall bounce passing bawah siswa putra dengan menggunakan bola bertekanan udara 0,30 – 0,35 kg/cm<sup>2</sup> dan menggunakan bola bertekanan udara 0,40 – 0,45 kg/cm<sup>2</sup> ( $t_{hitung}$  10,215 > nilai  $t_{tabel}$  2,064). (2) Rata – rata kemampuan wall bounce passing bawah siswa putra dengan menggunakan bola bertekanan udara 0,30 – 0,35 kg/cm<sup>2</sup> hasilnya lebih baik dari pada menggunakan bola bertekanan udara 0,40 – 0,45 kg/cm<sup>2</sup> ( $M_1 = 44,24 > M_2 = 34,88$ ).

**Kata Kunci:** wall bounce passing, bola voli, tekanan udara bola

## DIFFERENCES ABILITY WALL BOUNCE PASSING DOWN WITH DIFFERENT AIR PRESSURE IN VOLLEY BALL

### ABSTRACT

The study started with the students' ability to perform basic volleyball techniques, especially underpassing, which was influenced by the use of the ball by using air pressure that was not in accordance with the rules that should be. The purpose of this study was that the male students of volleyball extracurricular at MTs Islamiyah Balen could be more effective in applying the rules for using air pressure volleyball of 0.30 – 0.35 kg/cm<sup>2</sup> in practice and in the championships they competed in. This research is an experimental study with an exercise method with the ability to wall bounce down passing using a ball with an air pressure of 0.40 – 0.45 kg/cm<sup>2</sup> and a ball with an air pressure of 0.30 – 0.35 kg/cm<sup>2</sup>. The sample was taken as many as 25 people, while the data collection process was carried out by conducting a lower wall bounce passing test. The results showed that: (1) There was a significant difference between the male students' lower wall bounce passing ability using an air pressure ball of 0.30 – 0.35 kg/cm<sup>2</sup> and using an air pressure ball of 0.40 – 0.45 kg/cm<sup>2</sup>. (count 10.215 > table value 2.064). (2) The average wall bounce passing ability of male students by using an air pressure ball of 0.30 – 0.35 kg/cm<sup>2</sup> is better than using an air pressure ball of 0.40 – 0.45 kg/cm<sup>2</sup> ( $M_1 = 44.24 > M_2 = 34.88$ ).

**Keywords:** wall bounce passing down, volleyball, ball air pressure

### PENDAHULUAN

Dalam permainan bola voli, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain. (Gazali 2016) teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi servis, passing, smash, dan block. Penguasaan keterampilan gerak sangat penting dalam permainan bola voli, apabila penguasaan gerak yang baik dan benar sesuai dengan teknik dasar maka akan mendapatkan hasil yang diinginkan (Abrasyi et al. 2018).

Permainan bola voli dimainkan menggunakan satu bola yang dipantulkan dari satu pemain ke pemain lain dengan cara *passing* yang diakhiri dengan *smash* pada tim lawan, dan untuk kedua tim dipisahkan oleh sebuah net dengan ketinggian sesuai peraturan (Muhyi 2007). Perkembangan

permainan bola voli tidak hanya terjadi dalam lingkup kompetisi, tetapi aturan serta alat yang digunakan juga mengalami beberapa perubahan. Sebagai contoh perubahan pada bibir net bolavoli terdapat pita horizontal dengan lebar mencapai 7 cm (PBVSI 2005). Tekanan bola sebelumnya adalah  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$ , namun sekarang ukuran tekanan tersebut menjadi  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  (PBVSI 2005).

Kenyataan dilapangan sangat lain pada kenyataannya masih banyak masyarakat maupun club bola voli yang menggunakan bola tanpa memperhatikan ukuran tekanan udara pada bola. Padahal untuk kejuaraan resmi bola yang digunakan harus mempunyai ukuran tekanan udara  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  (PBVSI 2005). Berdasarkan paparan diatas dan hasil observasi yang didapat dari pembina ekstrakurikuler dengan nilai *passing* bawah siswa MTs Islamiyah Balen yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebagai berikut. 15 anak mendapatkan nilai 65, 4 anak mendapatkan nilai 70, 6 anak mendapatkan nilai 75. Maka perlu dilakukan adanya penelitian tentang perbedaan kemampuan dalam melakukan *wall bounce passing* bawah dengan tekanan udara yang berbeda dalam permainan bola voli.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Menggunakan suatu gejala yang disebut dengan latihan, dengan Latihan yang diberikan akan terlihat hubungan sebab akibat sebagai pengaruh dari pelaksanaan latihan tersebut. Metode eksperimen dengan *matched by subjects* yang disingkat M-S adalah pemisahan pasangan-pasangan subjek masing-masing ke grup kontrol dan ke grup eksperimen secara otomatis akan menyeimbangkan ke dua grup itu. Metode eksperimen sendiri merupakan sebuah kegiatan yang meliputi kegiatan tes awal, setelah itu pemberian latihan, dan yang terakhir dilakukan tes akhir. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan dengan rancangan penelitian sebagai berikut :

Tabel 1. Pretest – Posttest Control Group Design.

Kelompok	Pretest	Perlakuan	posstest
Eksperimen 1	O1	X1	O2
Eksperimen 2	O1	X2	O2

Sumber: (Sugiyono 2010)

Keterangan:

O1 : *Pretest* yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen.

O2 : *Posstest* yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen.

X1 : *Treatment*. Latihan menggunakan bola bertekanan udara  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$ .

X2 : *Treatment*. Latihan menggunakan bola bertekanan udara  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$ .

Untuk mengetahui rata-rata tes *Wall Bounce passing*, digunakan *Brumbach forearm pass wall-volley test*. Bertujuan untuk mengukur kemampuan dalam melakukan *passing* bawah dengan memvoli ke dinding selama 1 menit. *Testee* dengan bola voli di tangan siap menghadap ke dinding yang rata dan halus dengan jarak 1 meter dengan garis sasaran selebar 2,54 m, setinggi 2,44 m. Setelah ada aba-aba “ya” dari petugas bola dilambungkan ke dinding sasaran, bola dipantul pantulkan dengan menggunakan *passing* bawah dalam waktu 1 menit. *Testee* melakukan 2 kali percobaan, nilai setiap percobaan adalah jumlah pantulan yang sah dengan ketinggian pantulan 2 m sesuai dengan peraturan dan masuk ke daerah sasaran. Nilai akhir adalah merata dari dua kali percobaan yang terbaik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program *SPSS for Windows release 21* sebagai pembanding (*cross-check*) terhadap hasil perhitungan yang dilakukan secara manual. Hasil analisis deskriptif dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Deskripsi kemampuan *Wall Bounce passing* bawah

No	Deskripsi	Mean	SD	N	Nilai
1	Tekanan $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$	34.88	5.833	25	34.88
2	Tekanan $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$ .	44.24	4.675	25	5.833

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa kemampuan *Wall Bounce passing* bawah siswa putra dengan menggunakan bola bertekanan udara  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$  didapatkan nilai rata-rata sebesar 34,88, dengan nilai standart deviasi 5.833. Sedangkan hasil kemampuan *Wall Bounce passing* bawah siswa putra dengan tekanan udara  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  mendapatkan nilai rata-rata 44,24, dengan standart nilai devisiasi 4.67. berdasarkan hasil nilai rerata pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kemampuan *Wall Bounce passing* bawah siswa putra. Hasil perbedaan sebesar 9,36 kemampuan *Wall Bounce passing* bawah siswa putra ekstrakurikuler bola voli MTs Islamiyah Balen yang menggunakan bola bertekanan udara  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  lebih besar dari pada menggunakan bola bertekanan udara  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$ .

*Wall bounce passing* bawah adalah suatu bentuk tes untuk mengukur kecakapan bermain dengan cara memvoli ketembok sasaran yang berukuran 2,5m dan tingginya 2,4 m, jarak dari dinding 1 m. Hal ini dapat dikatakan bahwa *wall bounce passing* bawah bola voli merupakan Teknik dasar bermain bola voli. Berdasarkan analisis diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kemampuan *wall bounce passing* bawah siswa putra dengan bola bertekanan udara  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  menunjukkan hasil yang lebih baik sebesar 44,24 % dibandingkan dengan bola bertekanan  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$  dengan nilai sebesar 34,88 %. Untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal, maka pemberian pelatihan harus berpedoman pada teori dan prinsip pelatihan yang benar. Oleh karena itu merupakan tuntutan dan kebutuhan bagi seorang Pembina maupun pelatih menguasai sumber informasi terbaru yang dapat dipercaya mengenai pelatihan olahraga bola voli terutama dalam pemakaian jenis tekanan udara bola yang digunakan agar proses pembinaan dan pelatihan dapat berjalan lebih efektif dan dapat dipertanggungjawabkan.

## SIMPULAN

Kemampuan *wall bounce passing* bawah pada bola dengan tekanan  $0,30 \text{ kg/cm}^2 - 0,35 \text{ kg/cm}^2$  lebih baik dibandingkan dengan kemampuan *wall bounce passing* bawah dengan tekanan bola sebesar  $0,40 \text{ kg/cm}^2 - 0,45 \text{ kg/cm}^2$ . Perlu adanya penelitian lanjutan terkait dengan hasil penelitian ini dengan mengembangkan beberapa faktor ada.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abrasyi, Rendy, Hernawan Hernawan, Bambang Sujiono, and Dupri Dupri. 2018. "Model Latihan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama." *Journal Sport Area* 3(2 SE-RESEARCH ARTICLES):168–78.
- Gazali, Novri. 2016. "Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bolavoli." *Journal of Physical Education, Health and Sport* 3(1):1–6.
- Muhyi, M. 2007. *Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Permainan Dan Olahraga Bolavoli*. Jakarta: Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- PBVSI. 2005. *Peraturan Permainan Bolavoli PBVSI*. Jakarta: PP PBVSI.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.