

PENGARUH MODEL *PERSONALIZED SYSTEM FOR INSTRUCTION* TERHADAP HASIL TEKNIK DASAR PASSING BAWAH BOLA VOLI

Della Putri ¹, Dicky Oktora Mudzakir ², Yudhi Kharisma ³

PJKR FKIP Universitas Darul Ma'arif

Dellaputri862473@gmmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the personalized system for instruction model on the learning outcomes of basic volleyball underhand passing techniques. The research method used is an experimental one. The study employed a one-group pretest-posttest design. The sample size was 28 female students, with a purposive sampling technique. Based on the hypothesis test using a paired samples t-test, the calculated t-value was 17.54 > the table t-value of 2.05, indicating significant significance. Therefore, the results of the study conclude that the personalized system for instruction model influences the learning of basic volleyball underhand passing techniques.

Keywords: *Personalized system for instruction model, volleyball underhand passing.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model *personalized system for instruction* terhadap hasil teknik dasar *passing* bawah bola voli. Metode penelitian ini yang digunakan adalah metode eksperimen. Penelitian yang digunakan desain *one-group pretest-posttest design*. Partisipan dalam penelitian ini 28 siswi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Berdasarkan uji hipotesis menggunakan *paired samples t test*. Didapatkan t hitung sebesar 17,54 > t tabel sebesar 2,05 yang berarti *signifikan*. Maka hasil penelitian menyimpulkan terdapat pengaruh model *personalized system for instruction* terhadap pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli.

Kata Kunci: *Model personalized system for instruction, passing bawah bola voli.*

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang melalui fisik, untuk meningkatkan kemampuan fisik, dan mengembangkan

kemampuan peserta didik untuk menghasilkan peserta didik yang berkualitas. Mubarak (2021:x) memaparkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses

pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik dengan alat untuk mencapai tujuan. Jadi pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas fisik, dan menghasilkan kualitas individu bagi peserta didik. Sesuai kurikulum yang sekarang, materi penjas pada tingkat MTs/SMP mencakup beberapa cabang olahraga diantaranya: atletik, bola basket, sepak bola, bulutangkis, senam lantai, senam irama dan bola voli.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim yang saling berlawanan dan memiliki banyak peminat. Permainan bola voli adalah salah satu jenis permainan beregu, sebagaimana diketahui prinsip utama dalam permainan beregu adalah kerja sama satu regu dengan tujuan mencapai kemenangan. Untuk mencapai tujuan itu setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai tehnik dasar dalam permainan bola voli (Shiddiq & Rahayu, 2022).

Pada awal perkembangannya, permainan bola voli dikenal dengan nama Mintonette. Permainan ini pertama kali diperkenalkan oleh William G. Morgan, seorang Direktur Pendidikan Jasmani (*Director of*

Physical Education) di YMCA (*Young Men's Christian Association*), pada 9 Februari 1895 di Holyoke, Massachusetts, Amerika Serikat. Selanjutnya, pada tahun 1896, nama *Mintonette* diubah menjadi volleyball (bola voli) ketika permainan tersebut didemonstrasikan dalam pertandingan pertamanya di *International YMCA Training School*.

Teknik dasar bola voli merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh seseorang siswi untuk meningkatkan dalam permainan bola voli. Kharisma (2019:16) teknik dasar bola voli merupakan salah satu faktor utama yang dapat mengukur tingkat kemahiran kamu dalam bermain bola voli selain faktor kondisi fisik, mental seseorang pemain dan penyusunan strategi. Disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli merupakan keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang siswi untuk mengukur tingkat kemahiran yang menggunakan penyusunan strategi. Teknik dasar bola voli mempunyai beberapa jenis yaitu *servis*, *blocking*, *spiking*, dan *passing*.

Passing merupakan gerakan dasar yang harus dikuasai oleh siswi untuk melambungkan bola kepada teman satu tim nya. Teknik passing

terbagi menjadi dua yaitu teknik passing atas dan teknik passing bawah. Teknik passing bawah merupakan teknik dasar untuk menerima bola dari lawan. Jamil (2022) Teknik *passing* bawah teknik yang paling mendasar dan *passing* bawah diperlukan untuk menerima datangnya bola servis dari lawan dan juga menahan dari serangan lawan. Teknik yang paling mendasar untuk menerima bola lawan dan menahan serangan lawan. *Passing* bawah merupakan langkah awal dalam permainan bola voli saat servis dari lawan, dan mengoper bola ke satu tim menggunakan lengan bagian bawah.

Berdasarkan pengamatan penulis pada siswi kelas VIII SMP NU Darul Ma'arif pada materi *passing* bawah dalam permainan bola voli masih banyak siswi yang mengalami kesulitan pada teknik dasar, terutama pada *passing* bawah, karena ketika melakukan *passing* bawah masih banyak siswi yang lengannya masih kurang rapat dan perkenaan bola tidak tepat mengenai bagian lengan bawah, kurangnya pemahaman siswi dalam pembelajaran bola voli. hal tersebut mengakibatkan penerimaan *passing* bawah kurang tepat dan bola tidak dapat dikontrol dengan baik. Dari

permasalahan yang ada jelas diperlukan suatu alat atau tindakan untuk membantu proses pembelajaran. Salah satu alat yang dapat digunakan untuk membantu kelancaran proses pembelajaran adalah dengan menggunakan model pembelajaran.

Model pembelajaran adalah rancangan atau proses kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Joyce dan Weli (dalam Ginanjar, 2016:1). Model pembelajaran merupakan gambaran mengenai lingkungan belajar yang menjadi acuan dalam merancang proses pembelajaran. Model ini mencakup perencanaan kurikulum, penyusunan mata pelajaran, desain unit pembelajaran, penyediaan sarana dan media belajar, penggunaan buku ajar dan buku kerja, serta pemanfaatan program multimedia dan bantuan pembelajaran berbasis komputer.

Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan model *Personalized System for Instruction* (PSI) merupakan suatu pendekatan pembelajaran mandiri dan dapat berkolaborasi dengan teman-teman untuk memahami materi. Juditya (dalam Widodo, 2022)

menjelaskan model pembelajaran PSI merupakan model pembelajaran yang lebih menitik beratkan pada proses pembelajaran yang mandiri dan mampu membentuk siswa menjadi pembelajar yang mandiri. *Peronalized System for Instruction* adalah metode pembelajaran yang menggunakan sistem modular dimana seorang siswa dibantu oleh seorang tutuor dapat berupa guru atau teman satu kelasnya. Dari ringkasan diatas bahwa *Peronalized System for Instruction* (PSI) adalah suatu pembelajaran mandiri, dapat berkolaborasi dengan guru atau temanteman kelasnya shiddqi (2022). Melalui penggunaan bahan ajar seperti teks, gambar, ilustrasi, video, maupun media digital lainnya, siswi dapat mempelajari materi sesuai dengan kemampuan dan kecepatan belajarnya masing-masing. Dari beberapa media yang sudah ada diatas maka peneliti menggunakan dua media yang diantaranya Teks tertulis, dan foto sebagai Salah satu cara terbaik untuk menunjukan presentasi-presentasi tugas gerak.

Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi pengaruh Pengaruh Model *Peronalized System for Instruction* Terhadap Hasil Teknik

Dasar *Passing* Bawah Bola Voli. Hasil yang diperoleh diharapkan tidak hanya memberikan sumbangan kajian akademis di bidang pendidikan tetapi juga menjadi rujukan praktis dalam merancang model pembelajaran yang bervariasi dan efektif.

B. Metode Penelitian

Secara garis besar metode penelitian dibagi menjadi dua pendekatan yaitu metode kualitatif dan metode kuantitatif. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang sudah lama digunakan dalam penelitian. Ginanjar (2019:6) menyatakan metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang sudah cukup lama digunakan dalam bidang penelitian begitupun juga didalam bidang garapan pendidikan jasmani dan olahraga. Adapun desain penelitian ini menggunakan *One Grup Pretest-Posstest Design*.

Dalam sampel terdapat beberapa teknik yang digunakan salah satunya yaitu *nonprobability sampling*. Dijelaskan dalam Ginanjar (2019:114) *nonprobability sampling* teknik yang paling sederhana. *Purposive sampling* dalam

pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu atau menentukan sampel penelitian dengan tujuan tertentu. Sedangkan yang menjadi partisipan pada penelitian ini adalah sejumlah 28 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah instrumen tes teknik dasar *passing* bawah bola voli oleh Mulyadi & Pratiwi (2020:48).

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data yang berasal dari tes, yaitu *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian tersebut terdapat sebuah peningkatan. Untuk *pretest* memiliki rata-rata 19,61, pada *posttest* nilai rata-rata 29,00. Hasil dalam *posstest* menunjukkan peningkatan yang signifikan, adapun hasil rata-rata dari *gain skor* sebesar 9,39.

Untuk mengetahui data dalam penelitian ini normal atau tidak, maka digunakanlah uji normalitas. Uji normalitas merupakan salah satu uji prasarat yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji normalitas *lilliefors*.

Jika *L* hitung lebih kecil dari *L* tabel maka data dinyatakan berdistribusi normal, sebaliknya jika *L* hitung lebih besar dari *L* tabel maka dinyatakan data berdistribusi tidak normal. Setelah melakukan serangkaian tes dan mendapatkan beberapa data dari *pretest* dan *posttest*, kemudian peneliti melakukan uji normalitas dari data tersebut. Berdasarkan hasil data yang sudah diteliti melalui uji normalitasnya. Berikut hasil uji normalitas disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	L- Hitung	L- Tabel	Keterangan
<i>Pretest</i>	28	0,151	0,161	Normal
<i>Posstest</i>	28	0,155	0,161	Normal
<i>Gain skor</i>	28	0,158	0,161	Normal

Dari tabel diatas mendapatkan nilai *L* Hitung dari tes awal (*pretest*) 0,151 yang berarti $0,151 < 0,161$ nilai *L* Tabel maka data tes awal berdistribusi normal. Kemudian data tes akhir (*posttest*) nilai *L* Hitung 0,155 $< 0,161$ nilai *L* Tabel maka data tes akhir berdistribusi normal. Adapun data *Gain skor* tersebut nilai *L* Hitung 0,158 yang berarti $0,158 < 0,161$ nilai *L* Tabel maka data *gain skor* dinyatakan berdistribusi normal.

Untuk mengetahui pengaruh model *personalized system for instruction* terhadap pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli. Uji hipotesis yang digunakan di dalam penelitian ini dengan menggunakan *paired samples t-teste*. Berikut hasil uji hipotesis yang disajikan pada tabel 2.

**Tabel 2. Hasil Uji T
Pretest dan Posttest**

N	T- Hitung	T- Tabel	Keterangan
28	17,54	2,05	Signifikan

Berdasarkan hasil diatas dapat dilihat $t\text{-hitung} = 17,54$ lebih besar dari $t\text{-tabel } 2,05$ maka data diatas setelah diberikan perlakuan atau dinyatakan signifikan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa model *personalized system for instruction* berpengaruh secara nyata terhadap teknik dasar *passing* bawah bola voli.

Berdasarkan hasil data penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas VII G mengenai pengaruh model *personalized system for instruction* terhadap pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli, diperoleh hasil peningkatan setelah siswi diberikannya *treatment*. Hal ini dapat dilihat dari hasil nilai *pretest* dan *posttest* siswi yang mengalami

peningkatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shiddiq (2022) yang menyimpulkan bahwa penerapan model *Personalized System for Instruction* memberikan kontribusi terhadap peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli siswa. Dalam penelitian tersebut, kemampuan *passing* bawah siswi mengalami peningkatan setelah diberikan pembelajaran menggunakan model *Personalized System for Instruction*, sehingga model ini di nilai efektif dalam meningkatkan hasil teknik dasar bola voli.

Selain itu Setelah diberikan *treatment*, kemampuan siswi mulai mengalami peningkatan. Gerakan *passing* bawah yang dilakukan siswi sudah mulai membaik dibandingkan sebelum diberikannya *treatment*. Siswi menjadi lebih paham bagaimana posisi tangan, sikap badan dan cara mengarahkan bola saat melakukan *passing* bawah.

Dalam penelitian terdapat sebuah temuan dimana siswi masih merasa takut terhadap bola voli. Rasa takut tersebut terlihat ketika siswi akan menerima bola *passing* dari teman maupun saat melakukan *passing* bawah. Beberapa siswi sering menghindar saat bola datang,

menutup mata, menarik badan kebelakang, serta kurang berani mengarahkan tangan kebola. Kondisi tersebut menyebabkan gerakan *passing* bawah yang dilakukan siswi kurang maksimal dan bola sulit terkontrol dengan baik. Selain itu, rasa kurang percaya diri siswi juga terlihat saat praktik pembelajaran berlangsung. Banyak siswi yang masih malu untuk mencoba gerakan *passing* bawah didepan teman-temannya. Hal ini membuat siswi kurang aktif dalam mengikuti latihan.

Peneliti juga menemukan bahawa memberikan contoh yang sederhana dan latihan secara bertahap membantu mengurangi rasa takut siswi terhadap bola, awalnya siswi hanya melakukan gerakan dasar tanpa bola, kemudian dilanjut menggunakan bola secara perlahan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa penerapan model *Personalized System for Instruction* (PSI) berpengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar teknik dasar *passing* bawah bola voli. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan model *Personalized System for*

Instruction (PSI) mampu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menguasai teknik dasar *passing* bawah bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Ginanjari, A. (2016). *Implementasi Praktis Model-Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi STKIP Nahdlatul ulama indramayu.
- Ginanjari, A. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu.
- Ginanjari, A. (2021). *Statistika Terapan Dalam Pendidikan Jasmani & Olahraga Aplikasi Microsoft Excel & SPSS*. Sleman: CV Budi Utama.
- Jamil, Y., et al. (2022). *Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli*. Jurnal Educatio FKIP UNMA, 8(4). <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3494>

Mubarok, M. Z. (2021). *Teori Latihan Olahraga. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jaman Kesehatan dan Rekreasi STKIP Nahdlatul Ulama Indaramyu .*

Shiddiq, F. I. A., & Rahayu, E. T. (2022). *Kontribusi model personalized system for instruction (psi) terhadap passing bawah bola voli siswa. Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI), 3(1), 24-31.*