

Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang

Arief Rahman Hakim^{1*}

¹Universitas Negeri Semarang, Kota Semarang

*Email korespondensi: ha8346991@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui metode pembelajaran kooperatif pada siswa kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus, tiap siklus terdiri dari 2 pertemuan. Subjek penelitian ini adalah 33 siswa kelas XI-F6. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data adalah lembar penilaian *passing* bawah, lembar observasi untuk siswa dan lembar observasi untuk guru. Berdasarkan hasil observasi, pembahasan dan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* bawah melalui metode pembelajaran kooperatif pada siswa kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang selama 2 siklus dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dibuktikan hasil belajar siswa dari 33 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mampu melakukan aspek penilain *passing* bawah hanya 6 siswa, dan pada siklus I meningkat menjadi 12 siswa, kemudian pada siklus II, meningkat menjadi 20 siswa yang mampu melakukan aspek penilain *passing* bawah dengan benar. Sehingga ketuntasan klasikal dalam kelas tersebut sudah lebih dari 63% siswa yang tuntas belajar.

Kata kunci: *metode pembelajaran kooperatif, passing bawah, bola voli.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan rangkaian suatu proses yang tiada henti demi mengembangkan kemampuan serta perilaku yang dimiliki individu agar dalam kehidupannya dapat bermanfaat. Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki individu, sehingga dengan potensi tersebut akan bermanfaat bagi dirinya sendiri dan lingkungannya. Sugihartono, dkk (2012: 3) menyebutkan bahwa pendidikan adalah suatu usaha yang dilaksanakan secara sadar dan sengaja untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun kelompok untuk mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan menyeluruh yang menggunakan aktifitas fisik dengan permainan dan olahraga sebagai alatnya (Rusli Lutan, 2000: 42).

Upaya peningkatan kualitas proses pembelajaran penjasorkes disekolah belum berjalan sebagaimana yang diharapkan. Hal tersebut dapat dilihat dari pengalaman penulis bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan teknik dasar suatu cabang olahraga, demikian pula guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga sehingga berakibat pada rendahnya kemampuan bermain bola voli maupun keterampilan teknik-teknik dasar bola voli.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran penjasorkes antara lain: faktor guru, faktor siswa, faktor materi pembelajaran, faktor alat dan fasilitas olahraga, metode pembelajaran, jumlah siswa yang terlalu banyak, serta alokasi waktu yang kurang. Faktor-faktor tersebut merupakan suatu kesatuan yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Agus S Suryobroto (2004: 1) mengatakan bahwa pembelajaran jasmani dapat berjalan dengan sukses dan lancar ditentukan oleh beberapa unsur antara lain: guru, siswa, kurikulum, sarana prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian.

Masalah yang sering dijumpai oleh guru penjas dalam proses pembelajaran adalah masalah metode pembelajaran. Menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran dapat mengoptimalkan proses pembelajaran penjasorkes di sekolah. Untuk itu guru pendidikan jasmani dituntut kreativitasnya dalam melaksanakan proses pembelajaran penjasorkes yang sesuai dengan kurikulum.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, seorang guru harus kreatif dalam menyajikan materi pembelajaran dengan berbagai cara agar bahan pelajaran yang disajikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Anggapan Moston yang dikutip oleh Agus S. Suryobroto (2004: 38-39) bahwa "Mengajar adalah serangkaian hubungan yang berkesinmbungan antara guru dengan siswa, yaitu: (1) mencoba mencapai keserasian antara apa yang diniatkan dengan apa yang sebenarnya terjadi, (2) masalah yang bertentangan dengan metode mengajar."

Pembelajaran bola voli harus dilaksanakan dengan langkah-langkah yang benar dan tentunya diperlukan program perencanaan dan metode yang benar pula, sehingga tujuan

pembelajaran dapat dicapai dengan optimal. Namun, untuk meraih itu semua banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran sehingga harapan yang diinginkan tidak mudah untuk diwujudkan. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran bola voli adalah menggunakan metode pembelajaran kooperatif.

Metode pembelajaran atau gaya mengajar kooperatif adalah metode pembelajaran yang didalamnya mengkondisikan para siswa bekerja bersama-sama di dalam kelompok-kelompok kecil untuk membantu satu sama lain dalam belajar. Pembelajaran kooperatif didasarkan pada gagasan atau pemikiran bahwa siswa bekerja bersama-sama dalam belajar, dan bertanggung jawab terhadap aktivitas belajar kelompok mereka seperti terhadap diri mereka sendiri. Dalam pembelajaran kooperatif, belajar dikatakan belum selesai jika salah satu teman dalam kelompok belum menguasai bahan pembelajaran.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berniat untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) yang berjudul "Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola voli melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Karena salah satu upaya dari sekian banyak alternative pemecahan masalah yang dapat dilakukan oleh guru adalah dengan melakukan penelitian yang berkenaan dengan pembelajaran baik di dalam maupun di luar kelas. Penelitian yang berkaitan dengan pembelajaran di Penerapan Metode Pembelajaran Kooperatif Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah kelas adalah PTK.

Penelitian tindakan kelas adalah suatu penelitian yang dilakukan secara sistematis, reflektif terhadap berbagai aksi atau tindakan yang dilakukan oleh guru. Mulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Yang berupa kegiatan belajar untuk memperbaiki kondisi pembelajaran yang dilakukan. Tujuan utama dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk meningkatkan hasil pembelajaran di kelas, dimana guru secara penuh terlibat dalam penelitian mulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan serta sampai pada tahap refleksi. Berbagai upaya dapat dilakukan guru untuk memecahkan masalah yang timbul di kelas, sehingga dapat mencapai hasil pembelajaran yang maksimal. (Arikunto, 2010: 15).

Pedoman Penilaian

N0.	Aspek Yang di Nilai	Indikator
1.	Sikap Awalan	a) Badan condong ke depan b) Lengan menggantung lurus di depan dada c) Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri d) Pandangan mata lurus ke arah datangnya bola

2.	Sikap Perkenaan	a) Ayunkan kedua lengan ke arah bola b) Perkenaan bola pada lengan bawah diatas pergelangan c) Bahu dan siku benar-benar dalam keadaan lurus d) Lengan di ayunkan dan diangkat untuk mengarah bola
3.	Sikap Akhir	a) Perhatikan bola saat menyentuh tangan b) Kaki belakang melangkah ke depan c) Ayunan lengan kedepan tidak melebihi bahu d) Kembali ke posisi sikap permulaan
		Skor maksimal 12
		Jumlah skor
		Nilai akhir

Ketentuan :

1. Jika semua indikator dalam aspek penilaian terpenuhi maka nilai 4.
2. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 3 maka nilai 3.
3. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 2 maka nilai 2.
4. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 1 maka nilai 1.
5. Skor maksimal setiap aspek adalah 4.
6. Jumlah skor maksimal adalah 12.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil berupa kemampuan passing bawah. Adapun data dapat dicermati pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil awal atau hasil tes diagnostik sebelum diberi perlakuan.

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
Tuntas	6 peserta didik (18%)
Tidak Tuntas	27 peserta didik (82%)

Tabel 1 di atas adalah data awal atau tes diagnostik kemampuan Passing bawah yang terdiri dari penilaian aspek awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data awal menunjukkan 6 peserta didik tuntas dan 27 peserta didik tidak tuntas.

Tabel 2. Kemampuan passing bawah setelah satu siklus

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
------------	--------------------

Tuntas	12 peserta didik (36%)
Tidak Tuntas	21 peserta didik (64%)

Tabel 2 di atas adalah data asesmen kemampuan passing bawah setelah siklus I yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus I menunjukkan 12 peserta didik tuntas dan 21 peserta didik tidak tuntas. Ada beberapa hambatan yang terjadi pada siklus I ini yaitu 1) Siswa masih banyak yang belum tuntas melakukan gerakan sikap perkenaan dan sikap akhir 2) terbatasnya waktu, 3) siswa kurang memperhatikan saat guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan materi, 4) siswa satu sama lain masih kurang dalam melakukan kerja sama. Hal tersebut menjadi sebab beberapa siswa masih kurang maksimal dalam melakukan passing bawah. Oleh karena itu siklus II sangat perlu dilakukan, adapun hasil dari siklus II dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kemampuan Passing Bawah Setelah Dua Siklus

Hasil Awal	Aspek Psikomotorik
Tuntas	20 peserta didik (61%)
Tidak tuntas	13 peserta didik (39%)

Tabel 3 di atas adalah data asesmen kemampuan passing bawah setelah siklus 2 yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus 2 menunjukkan 20 peserta didik tuntas dan 13 peserta didik tidak tuntas. Tabel di atas menggambarkan ada peningkatan di pembelajaran setiap siklus yang di lakukan.

Pembahasan

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus mengalami peningkatan mutu pembelajaran. Hal tersebut dapat dilihat sebagai berikut ini:

1. Siklus I

Pada siklus I tindakan dalam proses pembelajaran passing bawah bola voli dengan metode pembelajaran kooperatif pada siswa kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang sudah tepat. Dalam proses pembelajaran sebagian besar siswa merasa senang, tidak takut, gembira dan saling bekerja sama dalam melakukan teknik dasar passing bawah bola voli dengan benar. Metode pembelajaran telah disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukan.

2. Siklus II

Pada siklus II proses pembelajaran passing bawah bola voli dengan metode pembelajaran kooperatif sudah lebih baik lagi dan memuaskan. Tindakan yang diberikan pada siklus II dengan menambah variasi latihan dan mengkombinasikan menjadikan pembelajaran semakin menarik, siswa melakukan dengan semangat tinggi dan tidak merasa takut sehingga hasil gerakan teknik passing bawah bola voli semakin baik. Dengan demikian tindakan pada

keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas XI-F6 SMA Negeri 12 Semarang dikatakan berhasil. Setelah dilakukan evaluasi terhadap tindakan kelas yang telah dilaksanakan selama dua siklus, pendekatan pembelajaran ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk proses pembelajaran.

Selanjutnya. Sedangkan tindakan yang kurang berhasil diharapkan menjadi telaah untuk perbaikan dan penyempurnaan. Keberhasilan pembelajaran passing bawah bola voli dengan metode pembelajaran kooperatif memudahkan guru dalam menyampaikan pembelajaran. Siswa termotivasi untuk menunjukkan kemampuan terbaiknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran passing bawah melalui metode pembelajaran kooperatif pada siswa kelas XI F6 SMA Negeri 12 Semarang selama 2 siklus dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil pengamatan hasil belajar siswa dari 33 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mampu melakukan aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, dan sikap akhiran baru 6 siswa, dan pada siklus I meningkat menjadi 12 siswa, kemudian pada siklus II, meningkat menjadi 20 siswa yang mampu melakukan sikap awalan, sikap perkenaan dan sikap akhiran dengan baik. Sehingga ketuntasan klasikal dalam kelas tersebut sudah mencapai lebih dari 63% siswa yang tuntas belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus S. Suryobroto. (2004). Diktat Mata Kuliah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta
- Rusli Lutan. (2000). Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sarwiji Suwandi. (2008). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan Penulisan Karya Ilmiah. Surakarta: Panitia Sertifikasi Guru Rayon 13.
- Sugihartono, dkk. (2012). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: UNY Pres