

Upaya Peningkatan Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Jarak Bertahap Pada Siswa Kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang
Efforts to Improve Lower Serve Skill in Volleyball Games Using Phased Distance Learning Model For Class IX H Students of SMP Negeri 16 Semarang

Devita Oktavia Khatulistiwa, Moh. Nasution, Ary Widiyatmoko³, dst.

¹Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

²Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

³SMP Negeri 16 Semarang, Semarang, Indonesia
deppitch45@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan terkait dengan hasil belajar khususnya pada aspek keterampilan servis bawah pada materi permainan bola voli di kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang dengan menggunakan model pembelajaran jarak bertahap. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dengan dua siklus. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 34 peserta didik. Data dikumpulkan melalui observasi kelas dan dari hasil guru pengampu mata Pelajaran penjaskes kelas IX H. Penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan keterampilan gerak siswa yang pada pra siklus nilai rata-rata 84 atau nilai prosentase ketuntasan 47% , pada siklus I dengan nilai rata-rata 85 atau nilai prosentase ketuntasan 65% sedangkan pada siklus II dengan nilai rata-rata 86 atau nilai prosentase 82%. Jadi dapat disimpulkan pemberian tindakan pada Penelitian Tindakan kelas ini telah mencapai indikator keberhasilan.

Kata kunci: Servis Bawah, Bola Voli, Pembelajaran Jarak Bertahap.

Abstract

This research aims to overcome problems related to learning outcomes, especially in the aspect of bottom serve skill in volleyball game material in IX H of SMP Negeri 16 Semarang using a gradual distance learning model. This type of research is classroom action research which is carried out in two cycles. The subjects in their research were 34 students. Data was collected through classroom observation and from the result of teacher who teach physical education for class IX H. This research shows that there has been an increase in student movement skill with an average score of 84 in pre-cycle or completion percentage score 47%, in the first cycle with an average score 85 or percentage of completeness value of 65% , while in cycle II the average value was 86 or percentage 82%. So it can be concluded that providing action in this classroom action research has achieved indicators of success.

Keywords: *bottom serve, volleyball, Gradual Distance Learning.*

PENDAHULUAN

Kegiatan olahraga pada umumnya dapat dipandang dari empat dimensi yaitu : (1) olahraga rekreatif yang menekankan tercapainya kesehatan jasmani dan rohani dengan tema khas seperti pencapaian kesegaran jasmani dan pelepasan ketegangan hidup sehari-hari, (2) olahraga pendidikan yang menekankan pada aspek pendidikan, yaitu olahraga merupakan alat untuk mencapai tujuan pendidikan, (3) olahraga kompetitif menekankan kegiatan perlombaan dan pencapaian prestasi, dan (4) olahraga profesional yang menekankan tercapainya keuntungan material. Dari keempat macam kegiatan olahraga tersebut, tentunya setiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dalam melakukan kegiatan olahraga. Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang

perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa.

Bola voli adalah permainan bola besar yang menyenangkan dan banyak orang menyukai olahraga ini. Permainan bola voli membutuhkan tempat yang agak luas mengingat permainan ini dimainkan oleh 6 orang untuk satu tim. Bola voli semakin kesini semakin populer, karena di tingkat desa sampai dengan nasional semakin marak dengan adanya pelatih dan atlet. Bahkan olahraga bola voli sering digunakan sebagai cabang olahraga yang dilombakan di tingkat instansi, sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi (Sujarwo,2017).

Nasuka (2019) menjelaskan servis bawah harus dikuasai pemaian dalam permainan bola voli. Servis adalah langkah pertama guna menentukan kemampuan tim untuk melakukan serangan pertama untuk membawa kemenangan bagi tim. Posisinya servis sangat penting sehingga pelatih mengenalkan dan melatih teknik servis yang tepat serta mencetak poin tetapi dapat memberikan kesulitan kepada lawan. Jika servis terkontrol dengan baik, penerima yang menerima bola dari lawan akan kesulitan mengontrol bola, setter akan kesulitan menentukan arah dan mengoper ke spike (Ruslan, 2021).

Servis bawah menjadi tembakan pertama untuk memulai permainan. Seni dasar pelayanan pertama-tama membutuhkan pengetahuan langkah-langkah yang terlibat dalam melakukan pelayanan. Cara melakukan: Ayunkan lengan Anda ke belakang, di depan tubuh Anda, di bawah pinggang Anda, lalu pegang bola dengan pergelangan tangan Anda dan pukul bola di tangan Anda. Kekuatan lengan, akurasi, koordinasi gerakan, dan teknik dasar adalah beberapa faktor yang mempengaruhi penurunan keterampilan servis (Samsudin, 2017).

Sebelumnya peneliti telah melakukan observasi awal yaitu di SMP N 16 Semarang, berdasarkan hasil observasi tersebut diperoleh data bahwa peserta didik (mengalami kesulitan dalam materi permainan bola voli (*servis bawah*) bawah. Berdasarkan permasalahan di atas maka penting adanya penelitian Tindakan kelas tentang pembelajaran bola voli khususnya pada Teknik dasar yaitu servis bawah. Sehingga peneliti tertarik untuk membuat PTK tentang “Upaya Peningkatan Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Jarak Bertahap Pada Siswa Kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang”

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian Tindakan kelas terdiri dari dua siklus. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai, seperti apa yang telah didesain dalam faktor yang diselidiki. Mula-mula guru mengidentifikasi permasalahan kelas dengan melakukan observasi awal pada hasil belajar siswa pada materi bola voli khususnya servis bawah. Setelah merumuskan masalah berupa rendahnya hasil belajar siswa pada materi servis bawah, dilakukan

siklus tindakan yang meliputi: (1) perencanaan (planning), (2) pelaksanaan tindakan (action), (3) observasi (observation), dan (4) refleksi (reflection).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi yang dilakukan di fase pra siklus untuk mengetahui keadaan nyata yang ada dilapangan pada kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang dapat disimpulkan bahwa :

1. Kurangnya minat siswa bagi yang tidak bisa melakukan servis bawah karena dianggap materi tersebut adalah materi yang susah dilakukan terutama bagi para siswi
2. Sarana dan prasarana yang terbatas sehingga untuk pembelajaran bola voli agak sulit

Data yang diperoleh dalam penelitian Tindakan kelas ini bersumber dari hasil data dilapangan bersama siswa dan siswi kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang. Pada fase pra siklus diperoleh 16 peserta didik tuntas dari 34 peserta didik sehingga rata-rata kelas adalah 83 dengan presentase ketuntasan sebesar 47%. Kriteria ketuntasan tersebut masih dikategorikan belum sesuai jika dihungkan dengan indikator keberhasilan yaitu nilai rata-rata kelas kelas ≥ 85 .

Hasil pembelajaran pada siklus 1 Servis Bawah Bola Voli model jarak bertahap merupakan hasil pengamatan dari peneliti. Hal ini dilakukan sebagai perbandingan disetiap siklusnya. Berikut hasil pembelajaran pada siklus 1 siswa kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang dapat disimpulkan bahwa peserta didik kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang pada fase siklus 1 diperoleh 22 peserta didik yang tuntas dari 34 peserta didik sehingga nilai rata-rata kelas hanya 84 dengan presentase ketuntasan 65%.

Hasil pembelajaran pada siklus II Servis Bawah Bola Voli model jarak bertahap merupakan hasil pengamatan dari peneliti. Hal ini dilakukan sebagai perbandingan disetiap siklusnya. Berikut hasil pembelajaran pada siklus II siswa kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang dapat disimpulkan bahwa peserta didik kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang pada fase siklus II diperoleh 28 peserta didik yang tuntas dari 34 peserta didik sehingga nilai rata-rata kelas hanya 86 dengan presentase ketuntasan 82%. Kriteria ketuntasan tersebut masih dikategorikan sudah sesuai jika dihubungkan dengan indikator keberhasilan yaitu nilai rata-rata kelas ≥ 85 dan ketuntasan presentase $\geq 80\%$.

Tabel 1. Presentase ketuntasan belajar

Keterangan	PraSiklus		Siklus1		Siklus2	
	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase
Jumlah Siswa yang tuntas	16	47%	23	65%	28	82%



Gambar 1. Diagram Presentase Ketuntasan Belajar

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data serta memperhatikan hasil penelitian seperti yang sudah diuraikan sebelumnya, bahwa peningkatan kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan servis bawah dan ketuntasan belajar siswa tiap siklus mengalami peningkatan yang berarti, yaitu rata-rata hasil belajar pada kondisi awal atau pra siklus adalah 47% kemudian meningkat pada siklus I menjadi 65% dan meningkat lagi pada siklus II menjadi 82% , jumlah siswa yang tuntas pada kondisi awal atau pra siklus sebanyak 16 siswa meningkat pada siklus I menjadi 23 siswa dan mengalami peningkatan lagi pada siklus II menjadi 28 anak. Jadi dapat disimpulkan bahwa upaya meningkatkan keterampilan siswa kelas IX H SMP Negeri 16 Semarang pada mata materi Servis bawah bola voli dengan menggunakan model pembelajaran jarak bertahap berhasil.

REFERENSI

Abdul Kadir.1992. Pengantar Asas-asas dan Landasan Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Rekreasi. Jakarta: Debdikbud

Adang Suherman. 2000. Dasar-dasar Penjasorkes. Jakarta:Depdiknas

Nasuka. (2019). *Pemain Bola Voli Prestasi*. LPPM Universitas Negeri Semarang

Samsudin. (2017). Metode Mengajar Servis Bolavoli. *Prosiding Seminar Dan Lokakarya FIK UNJ*, 2(1), 106–110.

<http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/prosidingfik/article/view/9019>

Suharno HP. 1991. Metodologi Pelatihan Bola Voli. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta

Sujarwo. (2017). *Perkembangan Bola Voli Modern*. UNY Press.

Winataputra. 2008. Teori Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka.