

Available online at : <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik>  
Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan 11 (02) 2020, 204-217  
Permalink/DOI: <https://doi.org/10.21009/GJIK.112.11>

## HASIL BELAJAR *SMASH* BOLA VOLI DENGAN MEDIA PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IX SMP NEGERI 13 KOTA BEKASI

Endang Sri Rejeki<sup>1</sup>, Samsudin<sup>1</sup>, Iksan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>*Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Kota Bekasi*

Corresponding author. Email : [Endangsrirejeki7@gmail.com](mailto:Endangsrirejeki7@gmail.com)

**Abstrak** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah media pembelajaran dapat meningkatkan pembelajaran *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2020. Pengambilan data diambil sejak tanggal 10 Maret 2020 hingga 06 April 2020 di lapangan sekolah SMP Negeri 13 Kota Bekasi menggunakan metode teknik *random sampling*. Sampel penelitian sebanyak 36 orang yaitu 20 siswa putra dan 16 siswa putri dengan cara diundi dari 11 Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi. Instrumen penelitian ini yaitu (1) Lapangan dengan permukaan datar (2) Media pembelajaran bola gantung dan *drilling smash* bola voli (3) Bola Voli (4) Blanko dan alat tulis untuk mencatat hasil. Validasi instrumen dalam penelitian ini menggunakan *expert judgment* yang dikonstruksikan sesuai dengan tahapan gerak pada pembelajaran *smash* bola voli. Berdasarkan hasil data penelitian yaitu (1) terlihat kemampuan peserta didik yang memiliki kemampuan *smash* bola voli masih sangat rendah yaitu 30% (2) hasil belajar kemampuan siswa dari hasil data tes awal telah terjadi peningkatan dari 30% menjadi 60% pada siklus I (3) pembelajaran *smash* bola voli menggunakan media pembelajaran bola gantung dan *drilling* pembelajaran siklus II dapat meningkatkan keterampilan siswa hingga 100%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat dengan media pembelajaran bola gantung dan *drilling*, siswa mampu meningkatkan hasil belajar *smash* bola voli dan peningkatan tersebut progresif di setiap siklusnya.

**Kata Kunci** : Media Pembelajaran Bola Gantung dan *Drilling, Smash, Bola Voli*.

**Abstract** This study aims to see whether learning media can improve learning in class IX students of SMP Negeri 13 Bekasi City. The study was conducted in June 2020. Data was collected from March 10, 2020 to April 6, 2020 in the field of SMP Negeri 13 Bekasi City using a random sampling technique. The research sample consisted of 36 people, namely 20 male students and 16 female students by drawing from 11 Class IX SMP Negeri 13 Bekasi City. The research instruments were (1) a flat surface (2) learning media for hanging ball and volleyball smash drilling (3) volleyball (4) blanks and writing instruments to record the results. The validation of the instrument in this study used expert judgment which was constructed according to the learning stages of volleyball smash learning. Based on the results of the research data, namely (1) it appears that the ability of students who have the ability to smash volleyball is still very low, namely 30% (2) the learning outcomes of students' abilities from the results of the initial test data have increased from 30% to 60% in cycle I (3) Volleyball smash learning using hanging ball learning media and learning drilling cycle II can improve students' skills up to 100%. Thus it can be ignored that in the hanging ball and drilling learning media, students are able to improve learning outcomes, and the increase is progressive in each cycle.

**Keywords** : Learning Media Hanging Ball and Drilling, Smash, Volleyball.



## PENDAHULUAN

Dalam proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani adalah suatu proses aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan, serta pembentukan watak bagi setiap warga Negara, yang dilakukan oleh lembaga pendidikan (Samsudin, 2008). Menanamkan kebiasaan hidup sehat sangat baik dilakukan sejak usia sekolah, sehingga di saat dewasa perilaku mereka sudah menjadi sebuah tingkah laku yang biasa dilakukan tanpa adanya paksaan dari manapun. Maka dari itu pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik tetapi juga mental.

Materi permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan di sekolah-sekolah termasuk di SMP. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang digunakan sebagai alat dan sarana pendidikan. Permainan bola voli sangat bermanfaat dalam pembentukan jasmani. Perkembangan rohani siswa juga akan terbentuk dengan baik. Permainan bola voli akan berkembang secara baik meliputi unsur-unsur seperti daya pikir, kemauan perasaan, pengendalian diri, rasa percaya diri, kerja sama sesama tim, disiplin, dan rasa tanggungjawab. Akan tetapi keberhasilan suatu pembelajaran bola voli dipengaruhi oleh guru, siswa, sarana prasarana, yang tersedia di sekolah, dan media pembelajaran.

Dalam praktek pembelajaran, kegiatan sehari-hari di dalam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) bidang studi Pendidikan Jasmani berlangsung, masih banyak guru yang belum memberdayakan seluruh potensinya dalam mengelola pembelajaran

baik dalam menguasai materi maupun dalam menggunakan media pembelajaran melainkan hanya menggunakan *talk and board* (berbicara dan menulis) sementara materi-materi dalam pendidikan jasmani dilakukan tidak hanya di dalam ruangan saja melainkan praktek di lapangan dan luar ruangan dalam praktek di lapangan sering sekali di dapati pembelajaran pendidikan jasmani yang kurang efektif dan efisien. Harsuki (2003) Menjelaskan pembelajaran pendidikan jasmani ada empat komponen utama sebagai tujuan sangat penting dalam pengembangan program pendidikan jasmani yaitu, (1) rangsangan pertumbuhan dan perkembangan organik (2) keterampilan *neomuscular motoric* (3) perkembangan emosional.

Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Kebanyakan guru jarang menggunakan media pembelajaran atau alat bantu yang memudahkan siswa untuk mempelajari permainan bola voli. Jika di kaji lebih dalam lagi dengan menggunakan informasi atau dengan cara menjelaskan dengan rinci akan mempermudah siswa untuk memahami materi sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani dapat tersampaikan secara efektif dan efisien sehingga siswa dapat menangkap materi apa yang kita sampaikan dengan cepat. Hal ini karena kurangnya kreativitas para guru saat menyampaikan materi dan ketersediaan alat di sekolah sangat minim sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani kurang efektif,

Media pembelajaran menurut (Rahadi, 2003) adalah segala sesuatu yang digunakan orang untuk menyalurkan pesan dengan begitu seorang guru dapat memanfaatkan media pada proses pembelajaran, maka pembelajaran Pendidikan Jasmani akan lebih

efektif dan efisien. Media pembelajaran sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pembelajaran, berkaitan dengan hal tersebut diharapkan guru dapat mencari atau menciptakan media pembelajaran yang sesuai dengan situasi dan kondisi siswa maupun peralatan yang tersedia di sekolah sehingga pembelajaran dapat berlangsung sesuai dengan tujuan yang diharapkan, sarana yang lengkap dapat memudahkan guru untuk mengajar dengan target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajaran.

Realita di lapangan sarana yang ada di sekolah yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru untuk mencapai target-target tujuan pembelajaran, hal ini terjadi pada pembelajaran *smash* bola voli di SMP Negeri 13 Kota Bekasi. Kondisi nyata di sekolah jumlahnya sangat terbatas jadi perbandingan antara jumlah bola dengan jumlah siswa sangat tidak sesuai selain itu ditambah dengan kurang aktifnya siswa dalam mempraktekkan dan mencoba teknik *smash* permainan bola voli dengan berbagai alasan diantara takut dengan bola dan takut untuk melompat ada juga tangannya yang belum kuat untuk memukul bola sangat jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran *smash* pada permainan bola voli menjadi tidak efektif pada akibatnya target kurikulum menjadi sangat rendah.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas maka suatu pemikiran yang muncul bahwa perlu adanya sebuah media pembelajaran atau alternatif dan modifikatif untuk mengganti bola voli yang harganya memang sedikit mahal, media alternatif tersebut harus harus bermanfaat bisa mewakili karakteristik bola voli. Dari permasalahan tersebut maka penulis

menentukan permasalahan penelitian tindakan ini, yaitu "Peningkatan Hasil Belajar *Smash* Bola Voli Dengan Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi."

## **KERANGKA TEORITIK**

### **1. Belajar dan Hasil Belajar**

Pembelajaran pendidikan jasmani, peserta didik adalah subjek dan objek dari kegiatan pendidikan. Tujuan pengajaran akan dicapai apabila peserta didik turut aktif untuk mencapainya. Belajar merupakan proses perubahan perilaku siswa sebagai hasil interaksi individu. Sedangkan pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik. Tentunya kedua aspek ini tidak dapat dipisahkan karena adanya interaksi pada kedua aspek tersebut. Materi yang di sampaikan kepada para siswa akan terimplementasi melalui kegiatan belajar sebagai aspek utama perilaku para siswa dan pembelajaran sebagai proses interaksi yang terjadi di dalam lingkungan sekolah.

#### **a. Belajar**

Belajar adalah suatu proses perubahan dari tidak tahu menjadi tahu selain itu belajar juga merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Belajar juga bisa dikatakan sebagai proses yang melibatkan manusia secara perorangan sebagai satu kesatuan organisme sehingga terjadi perubahan pada pengetahuan, keterampilan dan sikap (Dimiyati dan Mudjiono, 2006:156). Sedangkan menurut Hamalik (2008:36) Belajar adalah modifikasi

atau memperteguh kelakuan melalui pengalaman. Sardiman (2007:26) mengungkapkan bahwa tujuan belajar itu sebenarnya sangat banyak dan bervariasi. Tujuan belajar yang eksplisit diusahakan untuk dicapai dengan tindakan instruksional, yang biasa berbentuk pengetahuan dan keterampilan.

Menurut Djamarah dan Zain (2002: 120) bahwa hasil belajar telah tercapai apabila telah terpenuhinya dua indikator berikut:

1. Daya serap terhadap bahan pengajaran yang diajarkan mencapai presentasi tinggi, baik secara individual maupun kelompok.
2. Perilaku yang digariskan dalam tujuan pengajar telah dicapai oleh siswa baik secara individu maupun kelompok.

#### b. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan kepekaan dalam menerima rangsangan dari luar yang datang pada siswa, baik dalam bentuk masalah, situasi, gejala dan lain-lain yang termasuk kesadaran, keinginan untuk menerima stimulus, kontrol dan seleksi gejala atau rangsangan dari luar. Hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajar atau tingkah laku yang diharapkan dapat dikuasai oleh siswa setelah menempuh pengalaman belajar (Sudjana, 2010: 22).

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (dalam skripsi Pratama 2012: 7) hasil belajar merupakan hal yang dapat dipandang dari kedua sisi pertama dari sisi siswa dan kedua dari sisi guru. Dari sisi siswa, hasil belajar merupakan tingkat perkembangan mental menjadi lebih baik dibandingkan sebelum belajar. Tingkat perkembangan mental tersebut terdiri dari tiga ranah, yaitu kognitif,

afektif, dan psikomotor. Sedangkan dari sisi guru, hasil belajar merupakan saat terselesainya bahan pelajaran. Hasil belajar merupakan bukti kongkret yang terjadi dari kegiatan belajar belajar yang terjadi antara siswa dan guru. Bagi tenaga pengajar atau seorang guru, hasil belajar sangat diharapkan menghasilkan motivasi dan ilmu yang maksimal yang dapat di terapkan oleh para siswa.

## 2. Bola Voli

Olahraga bola voli di Indonesia sudah dikenal sejak tahun 1928, dibawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan (H.B.S. dan A.M.S.) Pada zaman penjajahan, tentara Jepang juga banyak memberikan andil dalam memperkenalkan permainan ini kepada masyarakat. Setelah proklamasi kemerdekaan Indonesia banyak bekas tentara angkatan perang Belanda yang menggabungkan diri ke dalam kesatuan tentara republik Indonesia, melalui mereka ini Tentara Nasional Indonesia (TNI) ikut mempopulerkan permainan bola voli ini ke masyarakat. Sejak PON II di Jakarta pada tahun 1951, sampai sekarang bola voli termasuk salah satu cabang olah raga yang resmi dipertandingkan. Pada tanggal 22 Januari 1955 di Jakarta diresmikan berdirinya Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) dengan menunjuk W.Y. Latumentan sebagai formatur untuk menyusun pengurus.

Permainan bola voli kini menjadi salah satu olahraga yang digunakan sebagai sarana pendidikan jasmani hampir di seluruh sekolah baik sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Permainan bola voli termasuk salah sat

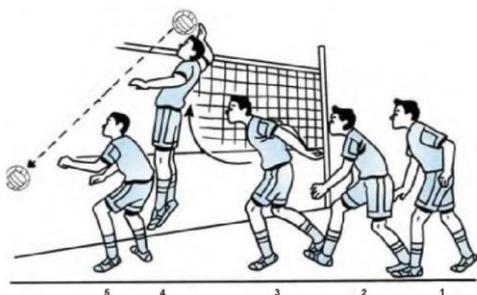
jenis olahraga yang sangat mudah di praktekan sehingga para siswa mudah untuk mengimplementasikan materi yang telah diberikan.

Sukintaka (1983: 34) mengatkaan bahwa permainan bola voli adalah memainkan bola dengan net dan menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan dengan menyeberangkan bola melewati jaring dan mempertahankan bola agar tidak jatuh di bidang permainan sendiri. Sedangkan menurut yunus (1992 : 68) permainan bola voli adalah permainan yang cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas dan bila tidak menguasai teknik yang sempurna akan memungkinkan kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar, selain itu juga ada beberapa teknik bola voli yaitu diantaranya, servis, *passing*, umpan, *smash*, dan bendungan. Permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks karena membutuhkan teknik-teknik yang ada dalam bolavoli diantaranya servis, *passing*, *smash*, dan sebagainya (Ahmadi Nuril, 2007: 13).

#### a. *Smash*

Serangan pukulan yang keras waktu bola voli berada di atas jaring, untuk dimasukkan ke daerah lawan. Untuk melakukan dengan baik perlu memperhatikan faktor-faktor berikut:

1. Awalan
2. Tolakan
3. Sikap saat perkenaan
4. Sikap akhir



Gambar 1. *Smash*

Sumber: olahragapedia.com

Teknik permainan bolavoli *smash* digunakan sebagai serangan setelah menerima bola dari hasil servis dari lawan. Dalam melakukan *smash* setiap pemain harus memiliki koordinasi baik secara individu maupun dengan rekan satu tim untuk menghasilkan *smash* yang baik dan mematikan ke daerah lawan. *Smash* digunakan sebagai taktik serangan untuk menjatuhkan lawan. Melakukan *smash* bola dapat disesuaikan dengan tinggi rendah bola yang diumpankan oleh pengumpan di atas net. Bila bola yang diumpankan cukup tinggi di atas net maka ambil awalan yang agak jauh, sedangkan bila bola yang diumpankan dekat dengan net maka ambil awalan yang dekat.

Pendapat Suharno (1991: 28) bahwa “*Smash* adalah setinggi mungkin, dan memukul bola di atas net dengan tujuan menjatuhkan bola di lapangan lawan secepat-cepatnya”. *Smash* bola voli adalah pukulan utama dalam menyerang untuk mencapai kemenangan. Dalam melakukan *smash* diperlukan jangkauan dan lompatan yang tinggi juga dipengaruhi otot yang mendukung (Pardjono dan Hidayat , 2012:36). Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007:31) menyatakan bahwa pukulan keras atau *smash* disebut juga *spike*, merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.

Salah satu *Smash* Bola Voli, menurut M. Yunus (1992:108-122) *smash* Normal (*open smash*)

Proses *smash* dimulai dari: sikap permulaan, gerak pelaksanaan dan gerak

lanjut sama dengan proses pelaksanaan *smash* secara umum. Ciri-ciri khusus pada *smash* normal adalah:

- a. Lambungan umpan bola cukup tinggi, mencapai 3 meter ke atas.
- b. Jarak lintasan bola yang diumpankan berkisar antara 20 sampai 50 cm dari net.
- c. Titik jatuhnya bola yang diumpankan berada di sekitar daerah tengah antara pengumpan dan *smasher* yang diukur dari garis proyeksi *smasher* terhadap net.
- d. Langkah awalan dimulai setelah bola lepas dari tangan pengumpan dengan pandangan berkonsentrasi pada jalannya bola.
- e. Meraih dan memukul bola setinggi-tingginya di atas net.

#### **4. Media**

Media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar, media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media adalah bentuk-bentuk komunikasi baik secara teracak maupun audio visual serta peralatannya yang dapat menyajikan pesan serta merangsang siswa untuk belajar, media hendaknya dapat dimanifulasi dapat dilihat, di dengar dan di baca, Sadirman rahardjo menjelaskan (rahardjo a. S., 1996) bila media adalah sumber belajar, maka secara luas media dapat diartikan dengan manusia benda. Ataupun peristiwa yang memungkinkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam proses belajar mengajar kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting. Karena dalam kegiatan tersebut tidak jelas bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan media sebagai perantara. Kerumitan

bahan yang akan disampaikan kepada anak didik dapat di sederhanakan dengan bantuan media. Media dapat mewakili apa yang kurang mampu diucapkan melalui kata-kata atau kalimat tertentu bahkan keabstrakan bahan dapat di kongkretkan dengan kehadiran media. Dengan demikian anak didik lebih mudah mencerna bahan daripada tanpa bantuan media.

Pelaksanaan latihan, peneliti harus pintar dan kreatif dalam menciptakan suasana atau kondisi yang menyenangkan upaya yang dapat dilakukan diantaranya yaitu dengan menciptakan media yang sangat di butuhkan untuk membantu mencapai tujuan proses belajar mengajar yang efektif dan efisien. Kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata "medium" yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Dengan demikian media merupakan wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan. Media adalah alat bantu apa saja yang dapat dijadikan sebagai penyalur pesan guna mencapai tujuan pengajaran.

Media belajar atau alat bantu belajar adalah suatu alat yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar yang ada hubungannya dengan mata pelajaran, termasuk pelajaran yang menuntut keterampilan sebagai tujuan akhir. Media pembelajaran secara umum dapat diartikan sebagai alat atau sarana komunikasi untuk menyampaikan informasi dari satu pihak lain. Media pembelajaran jasmani yaitu sarana yang bisa digunakan untuk menyampaikan informasi atau pesan yang berkaitan dengan Pendidikan Jasmani.

(Burham, 2008) menjelaskan dalam bukunya Media Pembelajaran bukan hanya sekedar alat bantu mengajar, melainkan

media itu sendiri juga dapat memerankan fungsi sebagai penyampai pesan belajar. Media belajar merupakan salah satu penunjang dalam pendidikan yang bertujuan, antara lain: (1) untuk mengurangi komunikasi yang verbalistik (2) memberikan dan memperjelas informasi (3) membangkitkan minat dan perhatian (4) mempermudah pengertian pada sasaran (5) meningkatkan motivasi dan menunjang kebutuhan peserta.

(Samsudin, 2008) menjelaskan bahwa media yang dimaksud harus menunjang tujuan proses belajar mengajar dan juga membantu proses berfikir siswa agar dapat segera memahami informasi tersebut. Seorang guru harus terampil serta memahami terhadap fungsi dari pada media tersebut. Dalam kedudukannya sebagai kegiatan belajar mengajar. Lainn dari itu untuk menunjang proses pembelajaran lingkungan juga. Digunakan atau di manfaatkan oleh setiap guru sebagai sarana untuk mengajar sesuai dengan tujuan pembelajarannya.

Adanya media atau alat bantu diharapkan akan memudahkan siswa untuk mengikuti pembelajaran. Yang tadinya sulit menjadi mudah karena adanya alat bantu sehingga siswa dapat cepat memhami proses pembelajaran penjas. sehingga hal ini dapat meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

(Latuheru, 1986) menjelaskan dalam bukunya. Ada beberapa kegunaan alat bantu didalam proses pembelajaran antara lain adalah:

- a. Membangkitkan motivasi siswa.
- b. Merangsang para siswa untuk belajar lebih semangat.
- c. Bagi siswa untuk mengulangi apa yang mereka pelajari.

- d. Dapat lebih mengaktifkan adanya respons dari anak didik.
- e. Diharapkan dapat memberikan umpan balik segera.

Peranan media atau alat bantu dalam proses pembelajaran dapat membantu siswa dalam memahami pelajaran yang diberikan oleh seorang guru dan juga dapat memberikan motivasi, rangsangan para siswa untuk belajar lebih giat, selain itu alat bantu dapat mengaktifkan siswa, sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan aktif dan efisien.

Pelatih dapat membuat alat bantu untuk menyampaikan informasi kepada siswa dengan jalan memodifikasi. Media yang sederhana itu dapat dibuat sendiri oleh guru atau juga dapat menugaskan pada siswanya. Media pembelajaran juga dapat digunakan sebagai informasi kepada para siswa tentang apa-apa saja yang harus mereka lakukan. Kegiatan menjelang selama ataupun sesudah selesai kegiatan.

Informasi sebagai penyampaian tugas yang harus dilakukan oleh para siswa diharapkan akan membiasakan siswa tentang apa yang harus mereka lakukan yang lama kelamaan bisa menjadi kebiasaan positif. Media pembelajaran bola voli terbagi atas beberapa jenis, antara lain:

#### 1. Awalan

Model pembelajaran ini menggunakan media kertas karton. Cara pelaksanaannya yaitu pandangan lurus kedepan, buka kaki selebar bahu dan tekuk lutut, lalu ayunkan kedua tangan kearah belakang sebesar 45 derajat. Siswa harus melompati karton tersebut dari kertas satu ke kertas yang lainnya. Alat yang digunakan dalam

model pembelajaran ini adalah kertas karton, pluit dan *stopwatch*.

2. Loncatan

Media pembelajaran loncatan dalam permainan bola voli menggunakan gawang. Cara pelaksanaannya yaitu pandangan lurus ke depan, tangan diayunkan kearah depan sejajar dengan dada, lalu lompati gawang tersebut dengan pendaratan kaki depan menopang badan (jinjit). Siswa melakukan gerakan loncatan dari gawang satu ke gawang yang lain. Alat yang digunakan dalam media pembelajaran ini adalah 5 buah gawang, *stopwatch* dan pluit.

3. Tolakan

Siswa berbaris disamping *line* belakang kemudian melakukan gerakan seperti akan melakukan *spike* akan tetapi tidak menggunakan bola. Media pembelajaran ini bertujuan untuk melatih ketepatan *timing* dalam permainan bola voli. Alat yang digunakan adalah pluit, *cones* dan *stopwatch*.

4. Melayang di Udara

Cara pelaksanaannya siswa berpasangan sesuai tinggi dan berat badannya kemudian kedua tangan diangkat keatas, lutut sedikit ditekuk kemudian lakukan loncatan secara bersamaan. Alat yang digunakan pluit dan *stopwatch*.

5. Mendarat

Media pembelajaran mendarat dalam permainan bola voli. Cara pelaksanaannya yaitu siswa diikat dengan tali karet di pinggang kemudian badan di condongkan kemudian lutut di tekuk lalu lakukan

gerakan meloncat. Alat yang digunakan yaitu tali karet, pluit dan *stopwatch*.

6. Bola Gantung

Cara pelaksanaannya adalah dengan siswa berbaris kemudian siswa melakukan *smash* dengan bola digantung. Alat yang digunakannya yaitu bola voli yang digantung kemudian pluit dan *stopwatch*.

7. *Drill Smash*

Cara pelaksanaan siswa berbaris dibagi menjadi dua kelompok, kelompok A dan kelompok B. Kemudian siswa melakukan *smash* dengan cara di drill dengan kesempatan maksimal 3 bola. Alat yang digunakan bola voli, net, pluit dan *stopwatch*.

## **METODE**

Pada penelitian ini digunakan skema dari Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart dengan alasan model berbentuk spiral tersebut lebih memungkinkan terjadinya proses yang dinamis dalam perencanaan (*plan*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan refleksi (*reflection*) (Kemmis & Mc Taggart, 1990).

Menurut Kemmis dan Mc Taggart secara terinci menjelaskan perencanaan (*plan*) sebagai berikut: Perencanaan penelitian tindakan merupakan tindakan yang tersusun dan dari segi definisi mengarah pada tindakan, dengan kata lain rencana harus memandang ke depan. Rencana tersebut harus mengakui bahwa semua tindakan sosial dalam batasan tertentu tidak dapat diramalkan, oleh sebab itu agak mengandung resiko. Rencana tindakan secara umum harus cukup fleksibel untuk dapat adaptasi dengan pengaruh yang tak dapat terduga, dan kendala yang sebelumnya tidak terlihat.

Tindakan yang telah direncanakan harus mempertimbangkan dua hal: pertama, tindakan mempertimbangkan resiko yang ada pada perubahan sosial dan mengakui adanya kendala yang nyata, baik yang bersifat material maupun bersifat politis dalam situasi yang terkait. Kedua, tindakan yang akan dilaksanakan hendaknya dipilih karena memungkinkan para pesertanya untuk bertindak secara lebih efektif dalam berbagai keadaan, secara lebih bijaksana dan hati-hati.

Oleh sebab itu tindakan hendaknya membantu para praktisi untuk mengatasi kendala yang ada dan memberikan kewenangan untuk bertindak lebih tepat guna dan situasi terkait dan lebih berhasil guna sebagai pendidik. Tindakan juga hendaknya membantu para praktisi menyadari potensi mereka untuk melakukan tindakan guna meningkatkan kualitas kerja mereka. Sebagai bagian dari proses perencanaan, para praktisi harus berkolaborasi untuk mengembangkan bahasa yang dipakai dalam menganalisis dan meningkatkan pemahaman dan tindakan mereka dalam situasi terkait.

Mengenai tindakan (*action*) Kemmis dan McTaggart menjelaskan sebagai berikut: tindakan yang dimaksud adalah tindakan yang dilakukan secara sadar dan terkendali yang merupakan variasi praktik yang cermat dan bijaksana, jadi tindakan mengandung inovasi atau pembaharuan, batapapun kecilnya, yang berbeda dengan biasa dilakukan sebelumnya. Sehubungan dengan hal tersebut, praktik diakui sebagai gagasan dalam tindakan dan tindakan itu digunakan sebagai pijakan bagi tindakan-tindakan selanjutnya.

Tindakan disertai dengan niat memperbaiki keadaan. Tindakan dituntun oleh perencanaan tetapi tidak berarti tindakan secara mutlak dikendalikan oleh rencana. Tindakan mengandung resiko karena terjadi dalam situasi sosial yang mungkin akan mengalami berbagai perubahan yang tidak terduga sebagai akibat perubahan situasi sosial dan politik pada ajang penelitian terkait.

Rencana tindakan harus bersifat tentatif dan sementara; rencana tindakan harus fleksibel dan siap diubah sesuai dengan keadaan yang ada. Hal yang perlu diingat tindakan dalam batas tertentu terkait dengan praktik sebelumnya. Kedinamisan tindakan memerlukan keputusan cepat tentang apa yang perlu dilakukan dalam pemeriksaan praktis. Sebab penelitian tindakan memerlukan sebuah usaha pernaikan, mungkin negosiasi dan kompromi diperlukan, namun kompromi harus tetap dalam konteks strategi intervensi tindakan. Jika dalam pengamatan tindakan diperoleh nilai tambah taraf sedang mungkin nilai tambah ini akan mendasari tindakan berikutnya (Kemmis & Mc Taggart, 1990).

Pengamatan (*observation*) Kemmis dan McTaggart menjelaskan sebagai berikut: Observasi berfungsi untuk mendokumentasikan pengaruh tindakan terkait dengan proses bersamanya. Observasi berorientasi ke masa depan, memberikan dasar bagi refleksi sekarang, lebih-lebih lagi ketika siklus terkait masih berlangsung. Observasi yang cermat diperlukan karena tindakan selalu akan dibatasi oleh kendala realitas, dan semua kendala tersebut belum pernah dapat dilihat dengan jelas pada waktu sebelumnya.

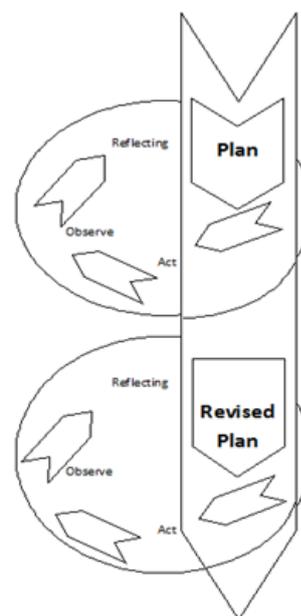
Observasi harus terencana sehingga dapat menjadi dasar dokumenter berikutnya. Observasi juga harus bersifat responsif dan terbuka. Visi penelitian harus dibuat untuk menangkap yang tak terduga. Kategori Observasi (dan pengukuran) yang direncanakan sebelumnya tidak akan cukup. Seperti tindakannya sendiri Observasi harus fleksibel dan terbuka untuk mencatat hal-hal yang tak terduga. Peneliti tindakan harus selalu memiliki jurnal untuk mencatat hal-hal yang luput dari observasi dalam kategori observasi yang direncanakan (Kemmis & Mc Taggart, 1990).

Refleksi (*reflection*) Kemmis dan McTaggart menjelaskan sebagai berikut: Refleksi adalah mengingat dan merenungkan kembali suatu tindakan persis seperti yang telah dicatat dalam observasi. Refleksi mempertimbangkan ragam perspektif yang mungkin ada dalam situasi sosial, dan memahami persoalan dan keadaan tempat timbulnya persoalan itu. Refleksi biasanya dibantu oleh diskusi diantara para peserta. Melalui diskusi, refleksi kelompok menghasilkan konstruksi makna situasi sosial dan memberikan dasar perbaikan rencana.

Refleksi memiliki aspek evaluatif-refleksi meminta peneliti tindakan untuk menimbang-nimbang pengalamannya untuk menilai apakah pengaruh persoalan yang timbul memang diinginkan, dan memberikan saran tentang cara-cara untuk meneruskan pekerjaan.

Pengertian refleksi sebagai deskriptif yang memungkinkan dilakukan peninjauan, pengembangan gambaran yang lebih hidup tentang kehidupan dan pekerjaan dalam situasinya, tentang kendala yang dihadapi dalam melakukan tindakan, dan yang lebih

penting lagi tentang yang mungkin sekarang dilakukan untuk kelompok dan untuk setiap anggota yang bertanggung jawab dalam rangka mencapai tujuan. (Kemmis & Mc Taggart, 1990).



Gambar 2. Penelitian Tindakan Model Spiral Kemmis & Mc Taggart

Sumber: Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart, *The Action Planner* (Victoria: Deakin University, 1990), h.15.

## PEMBAHASAN

Pada tes awal untuk mengetahui kondisi peserta didik sebelum menggunakan modifikasi media pengganti yaitu bola gantung dan drilling presentase 30%, kemudian hasil tersebut dijadikan acuan sebagai data guna melihat perkembangan peserta didik. Presentase hasil penelitian setelah dilakukan siklus I sebanyak 60%, hasil tersebut kemudian dianalisis untuk melihat peningkatan kemampuan *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi dengan media pembelajaran menggunakan media bola gantung dan

*drilling*. Setelah dilaksanakan tindakan siklus II maka diperoleh presentase 100%. Dengan demikian terjadi peningkatan hasil belajar *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi dengan media pembelajaran bola gantung dan *drilling*.

### 1. Hasil Penilaian Siklus I

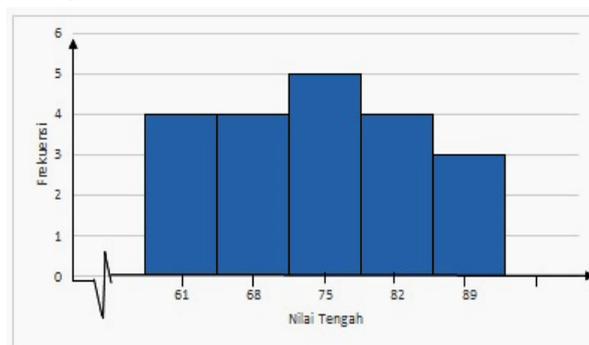
Proses pelaksanaan pembelajaran *smash* bola voli dengan menggunakan media pembelajaran bola gantung dan *drilling*, maka diperoleh hasil penilaian sebagai berikut: nilai terendah 58, nilai tertinggi 92, dan nilai rata-rata 74,15.

Tabel 1. Distribusi Hasil Tes Siklus I *Smash* Bola Voli

No	Interval Kelas	Nilai Tengah (Xi)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	58-64	61	4	20%
2	65-71	68	4	20%
3	72-78	75	5	25%
4	79-85	82	4	20%
5	86-92	89	3	15%
Jumlah		375	20	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh peserta didik dengan rentan nilai 72-78 dengan presentase 25% dan frekuensi terkecil pada rentan 86-92 dengan presentase 15%, peserta didik yang memenuhi KKM berjumlah 12 peserta didik dengan presentase 60%. Dengan demikian dapat disimpulkan untuk hasil belajar kemampuan peserta didik dari hasil data tes awal telah terjadi peningkatan dari 30% menjadi 60% pada siklus I. Berdasarkan penilaian aspek pada siklus I dapat diartikan bahwa peserta didik mengalami peningkatan hasil belajar *smash* bola voli pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi.

Hasil penilaian tersebut dapat dilihat dalam grafik hasil tes *smash* bola voli siklus I sebagai berikut:



Gambar 3. Histogram Hasil Tes Siklus I *Smash* Bola Voli

Sumber: Hasil Pengolahan Data

### 2. Hasil Penilaian Siklus II

Proses pelaksanaan pembelajaran *smash* bola voli menggunakan media pembelajaran bola gantung dan *drilling* pembelajaran siklus II, di peroleh hasil penilaian sebagai berikut: nilai terendah 75, nilai tertinggi 92, dan nilai rata-rata 81,65.

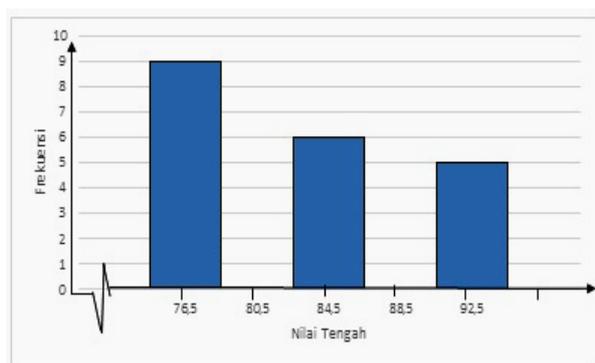
Tabel 2. Distribusi Hasil Tes Siklus II *Smash* Bola Voli

No	Interval Kelas	Nilai Tengah (Xi)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	75-78	76,5	9	45%
2	79-82	80,5	0	0%
3	83-86	84,5	6	30%
4	87-90	88,5	0	0%
5	91-94	92,5	5	25%
JUMLAH		422,5	20	100%

Dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh peserta didik dengan rentan nilai 75-78 dengan presentase 45%, frekuensi terkecil pada rentan nilai 79-82 dengan presentase 0% dan rentan nilai 87-90

dengan presentase 0%. Disimpulkan bahwa tidak ada peserta didik yang memiliki nilai di bawah KKM. Peserta didik yang tuntas berjumlah 10 peserta didik dengan presentase 100% dan hasil siklus II dinyatakan tuntas dan berhasil.

Penilaian tersebut dapat dilihat dalam grafik tes *smash* bola voli siklus II sebagai berikut:



Gambar 4 Histogram Hasil Tes Siklus II  
*Smash* Bola Voli

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Pada tahap siklus II sudah bisa dilihat presentase 100%, sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran bola gantung dan driling dapat meningkatkan keterampilan *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi berdasarkan aspek penilaian sesuai instrumen penilaian.

### 3. Pengamatan Kolaborator

Peneliti dan kolaborator melihat kemajuan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi dan melihat hasil tes awal, siklus I, dan siklus II, telah menemukan jawaban atas permasalahan penelitian bagaimana meningkatkan hasil belajar *smash* bola voli pada siswa kelas IX dengan menggunakan media pembelajaran

bola gantung dan *drilling*. Bahwa dengan media pembelajaran bola gantung dan driling mampu meningkatkan hasil belajar *smash* bola voli dan peningkatan tersebut progresif di setiap siklusnya.

Hasil belajar kemampuan *smash* bola voli peserta didik hasil tes awal memperoleh nilai rata-rata 62,1, siklus I memperoleh nilai rata-rata 74,15, dan siklus II memperoleh nilai rata-rata 81,65. Untuk ketuntasan belajar peserta didik hasil tes awal peserta didik yang dinyatakan lulus sejumlah 6 orang (30%) kemudian pada siklus I peserta didik yang dinyatakan tuntas sejumlah 12 orang (60%) dan pada siklus II peserta didik yang dinyatakan tuntas sejumlah 20 orang (100%).

Kondisi siswa pada saat melaksanakan pembelajaran memiliki semangat serta motivasi yang tinggi. Peserta didik terlihat percaya diri mengeluarkan segala kemampuan yang dimilikinya. Penelitian seperti ini tidak berhenti sampai disini, melainkan dapat dikembangkan oleh guru tersebut maupun peneliti sendiri dan hasil yang telah tercapai tetap dipertahankan dan dapat ditingkatkan kembali ke arah yang lebih baik.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang diuraikan maka dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan atau peningkatan hasil belajar *smash* bola voli pada siswa Kelas IX SMP Negeri 13 Kota Bekasi dengan media pembelajaran bola gantung dan *drilling* *smash* bola voli.

Didasarkan pada bukti presentase belajar peserta didik. Artinya semakin tinggi motivasi rasa keingintahuan siswa terhadap

gerakan yang dilakukannya dalam suatu pembelajaran maka semakin tinggi pula prestasi belajar, dan sebaliknya bila motivasi siswa dalam belajar rendah maka prestasi siswa akan menurun.

Masukan yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Peserta didik hendaknya percaya dengan kemampuan diri sendiri agar memiliki kemandirian dalam belajar.
2. Para guru sebaiknya lebih meningkatkan metode pembelajaran yang tepat dalam proses belajar mengajar agar siswa lebih termotivasi dan senang.
3. Orangtua hendaknya membiasakan anaknya berperilaku disiplin dan tertib sejak usia dini, terutama dalam hal belajar, agar anak memiliki pendirian dalam belajar.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- A, M. Sadirman. (2007). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Bandung: Rajawali Pers
- Agus, Mukholid. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Yudistira
- Ahmadi, Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama
- Burham, Ratnaningsi. (2008). *Peningkatan Pembelajaran Dalam Sistem Pendidikan Nasional Indonesia*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta Press
- Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Dimiyati, & Mudjiono. (2012). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Hamalik, Oemar. (2008). *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hardjodipuri, Siswono. (1997). *Action Research: Sintesis Teoritik*. Jakarta: IKIP Jakarta
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: Grafindo Persada
- Kemmis, Stephen, & Mc, Taggart, Robin. (1990). *The Action Planner*. Victoria: Deakin University
- Latuheru, John. D. (1986). *Pembelajaran Dalam Proses Belajar Masa Kini*. Bandung
- M, Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Mc, Niff. Jean. (1992). *Action Research: Principles and Practices*. London: Routledge
- Nana, Sudjana. (2010). *Dasar-Dasar Proses Belajar*. Bandung: Sinar Baru Bandung
- Nuril, Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Pustaka Umum
- Pardjono., dkk. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta
- Rahadi, Aristo. (2003). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Rahardjo, Arif, S. Sadirman. (1996). *Media Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*. Jakarta: Litera
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/SMK*. Jakarta: Litera

*Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan, 11 (02), Oktober- 217*

Endang Sri Rejeki, Samsudin, Iksan

- Santrock, John. W. (2003). *Adolescence. Perkembangan Remaja Edisi Ke-enam*. Jakarta: Erlangga
- Suharno, HP. (1991). *Pedoman Pelatihan Bola Voli*. Yogyakarta: Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat (KONI Pusat)
- Sukintaka. (1983). *Permainan Bola Voli* . Jakarta: Depdikbud
- Syaiful, Bahri. Djamarah., & Aswan, Zein. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta