

MEDIA PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA VOLI

Iwan Setiawan¹

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri
Jakarta, Jl. Pemuda No. 10 Jakarta, Indonesia

iwansetiawan@unj.ac.id

Abstra. Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran servis bawah bola voli mini melalui variasi media bola. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit kelas V. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) dengan pengambilan data kuantitatif. Penelitian ini menggunakan dua tahapan siklus, yaitu siklus I dan siklus II dan diawali dengan kegiatan observasi awal. Perubahan dan peningkatan kemampuan siswa dalam pembelajaran servis bawah bola voli mini variasi media bola dapat dilihat pada hasil penilaian proses dan final tes servis bawah bola voli mini. Untuk ketuntasan hasil belajar siswa pada tes awal dinyatakan tuntas sejumlah 12 siswa (34,3%) dan pada tes akhir sejumlah 35 siswa (100%)., maka terdapat peningkatan sebesar 65,7%. Kesimpulan bahwa variasi media bola dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah dalam permainan bola voli mini pada siswa kelas V Madrasah Ibtidaiyah Al-Huda 1 Cibinong. Ditinjau berdasarkan analisis proses dan hasil.

Kata Kunci: Hasil Belajar Servis Bawah Permainan Bola Voli Mini, Variasi Media Bola

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai arti yang penting dalam usaha untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia. Olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, karena kehidupan manusia terdiri dari dua aspek jasmani dan rohani yang tidak dapat dipisahkan. kedua aspek tersebut berkembang dan tumbuh secara berselaras maka akan timbul kehidupan yang harmonis dalam pertumbuhannya, keselarasan kehidupan jasmani dan rohani pada manusia dapat dicapai dengan melakukan kegiatan olahraga.

Olahraga dan pendidikan tidak dapat dipisahkan. Dalam konteks pendidikan, olahraga dimanfaatkan sebagai alat pendidikan, sehingga menjadi materi dalam pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani diarahkan pada dua sasaran utama, yaitu: pertama, pemberian pengalaman pendidikan gerak bagi anak agar kemampuan geraknya berkembang sesuai dengan perkembangan dengan tingkat perkembangan usianya. Kedua,

memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai arena atau wahana pendidikan untuk mengembangkan berbagai potensi yang ada pada diri anak kearah tujuan yang dicita-citakan.

Pendidikan jasmani dan kesehatan diberikan dalam bentuk formal berupa kurikulum pendidikan dasar, yang memberikan sumbangan yang positif dan efektif bagi peningkatan pertumbuhan dan perkembangan siswa, dalam pemeliharaan dan peningkatan kesegaran jasmani, karena dengan tingkat kesegaran jasmani yang prima akan dapat meningkatkan kemampuan dan prestasi belajar siswa. Hal ini tidak lepas dari kreatifitas guru pendidikan jasmani dalam mem-perdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana prasarana yang ada sehingga menciptakan suasana belajar yang menarik.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, guru terkadang menemui hambatan dan mengalami kesulitan dalam melaksanakan tugas sehari-hari, yang paling dirasakan oleh

para guru pendidikan jasmani adalah minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, hal ini menimbulkan rasa tidak nyaman bagi siswa dan menimbulkan suasana belajar yang monoton dan membosankan.

Semua terlihat dari pengamatan langsung di lapangan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Oleh sebab itu guru harus kreatif dalam memperdayakan dan meng-optimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada. Guru yang kreatif akan mampu menjalankan tugas, menguasai bahan, memiliki kemampuan dan keterampilan untuk menciptakan sesuatu yang baru, atau memvariasikan alat yang ada sehingga anak merasa senang dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani yang diberikan. Diharapkan guru dapat memberikan contoh gerakan yang diperlukan pada proses belajar mengajar, melalui variasi sarana dan prasarana media pembelajaran pendidikan jasmani siswa akan tetap beraktivitas dalam belajar khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani yang berkaitan erat dengan aktivitas gerak.

Di sekolah dasar permainan bola voli sudah di adaptasi menjadi bola voli mini untuk memudahkan anak dalam menguasai gerak dasar bola voli dengan mudah karena dalam permainan bola voli mini peraturan, alat dan fasilitasnya disederhanakan agar anak dapat memainkannya dengan asik dan gembira.

Permainan bola voli banyak sekali bentuk penguasaan gerak dasar yang harus dikuasai. Gerak dasar dalam permainan bola voli terdiri dari: *passing* (*passing* atas dan *passing* bawah), *block*, *smash* dan *servis* (*servis* bawah dan *servis* atas). Dari sekian gerak dasar yang ada yang paling dominan dipakai dalam bermain adalah *servis*. Perkembangan permainan bola voli pada

sekolah dasar masih belum baik, perkembangan ini dapat dilihat dari aktivitas siswa dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dalam melakukan permainan bola voli terutama dalam melakukan *servis* bawah. Hal ini lah yang tampak dari proses belajar mengajar yaitu keterbatasan sarana dan prasarana sehingga proses belajar menjadi kaku dan monoton.

Berdasarkan yang tercantum dalam pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat Sekolah Dasar (SD), pokok bahasan permainan bola voli dibidang studi pendidikan jasmani untuk kelas V, dengan alokasi waktu 2x35 menit diharapkan siswa mampu melakukan gerakan *servis* bawah bola voli mini dengan baik dan benar. Permainan bola voli mini dapat dimainkan pada lapangan yang tidak begitu luas. Bermain bola voli mini dapat menggunakan lapangan yang disesuaikan dengan keadaan sekolah.

Permainan bola voli mini menggunakan unsur gerakan-gerakan yang kompleks seperti gerakan berlari, melompat, memukul, berjinjit, berguling dan menangkap. Hal ini jelas sekali sebelum melakukan permainan bola voli mini khususnya gerak dasar *servis* bawah peserta didik terlebih dahulu diberi-kan penguasaan teknik keterampilan gerak dasar sesuai dengan bentuk gerak permainan itu sendiri. Untuk menguasai gerak dasar *servis* bawah ini diperlukan variasi media sebagai sarana untuk mempelajari teknik tersebut, supaya siswa mampu menguasainya.

METODE

Metode yang digunakan yaitu Metode Penelitian Tindakan Kelas. Metode Penelitian Tindakan Kelas adalah sebuah kegiatan yang dilaksanakan untuk mengamati

kejadian-kejadian dalam kelas untuk memperbaiki praktek dalam pembelajaran agar lebih berkualitas dalam proses sehingga hasil belajar pun menjadi lebih baik.

Penelitian ini menggunakan desain model Kemmis dan Mc Taggart, pada dasarnya merupakan siklus yang terdiri dari tahap- tahap yaitu: (a) perencanaan (*Planning*), (b) tindakan (*Action*), (c) pengamatan (*Observing*), (d) Refleksi (*Reflecting*). Hubungan keempat komponen tersebut dipandang sebagai satu siklus. Diharapkan untuk setiap siklusnya mampu meningkatkan proses pembelajaran.

Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit sebanyak 35 orang, terdiri dari 18 siswa laki-laki dan 17 siswi perempuan yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit. Penelitian ini dilaksanakan pada semester II tahun ajaran 2016/2017. Pelaksanaan penelitian selama 4 minggu, dimulai pada minggu ke 2 tanggal 4 bulan Januari sampai minggu ke 5 tanggal 25 bulan Januari tahun 2016 dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan dengan 2 siklus.

Hasil intervensi penelitian tindakan kelas yang diharapkan oleh peneliti adalah dengan dilaksanakannya penelitian ini dapat meningkatkan hasil belajar *servis* bawah permainan bola voli mini dengan variasi media bola pada siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit.

Berdasarkan penelitian ini data diperoleh melalui kemampuan siswa dalam melakukan cara pembelajaran gerakan *servis* bawah bola voli mini, yang diperoleh melalui kemampuan mengembangkan konsep belajar pendidikan jasmani.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh data-data hasil pengamatan dan hasil tes untuk melihat adanya peningkatan hasil belajar *servis* bawah permainan bola voli mini.

Sebelum penelitian ini dilaksanakan, peneliti melakukan pelaksanaan kegiatan observasi dan tes awal pada kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit untuk mengidentifikasi kondisi kemampuan awal terhadap pem-belajaran Pendidikan Jasmani, khususnya untuk *servis* bawah bola voli mini. Adapun hasil tes awal sebagai berikut: Nilai terendah 42, nilai tertinggi 75, dan nilai rata-rata 60. Dari 35 siswa, hanya 8 siswa yang masuk kerentang 38-47 atau 22,8% dari jumlah siswa, sedangkan nilai siswa yang masuk KKM atau kerentang 68-77 sebanyak 12 orang atau 34,3% dari jumlah siswa. Sedangkan nilai yang diraih siswa pada tes awal lainnya jauh mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum Siswa (KKM), 7 siswa atau 20% masuk ke rentang nilai 48-57 dan 8 siswa atau 22,8% masuk kerentang nilai 58-67 dari total keseluruhan siswa.

Dari hasil awal tes *servis* bawah bola voli mini telah diketahui dan selanjutnya akan diberikan tindakan dengan menggunakan variasi media bola dalam upaya meningkatkan hasil belajar *servis* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan variasi alat apa yang akan diterapkan kepada siswa yang sesuai dengan analisis kelemahan siswa dalam tes awal *servis* bawah bola voli, kemudian peneliti menyiapkan perlengkapan atau media pem-belajaran apa saja yang akan digunakan untuk membantu proses pembelajaran.

Pemberian tindakan pada siklus I dilaksanakan sesuai dengan jam pelajaran pendidikan jasmani disekolah. Waktu yang digunakan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dibuat 2 x 35 menit. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus, dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan sesuai dengan yang tertera dalam silabus, setelah itu, dilanjutkan dengan pelaksanaan evaluasi.

Setelah mengikuti melaksanakan pembelajaran *servis* bawah bola voli dengan menggunakan variasi media bola, maka diperoleh hasil penilaian sebagai berikut: nilai terendah 53, nilai tertinggi 82, dan nilai rata-rata 67,71, simpangan baku 8,60. Siswa yang telah memenuhi KKM sejumlah 23 siswa (65,7%) dan yang belum memenuhi KKM terdapat 12 siswa (34,3%).

Dapat disimpulkan untuk hasil belajar kemampuan siswa melakukan gerakan *servis* bawah bola voli terdapat peningkatan dari rata-rata awal 59,77 menjadi 67,71 dalam siklus I, dan siswa yang tuntas dari 12 siswa (34,3%) pada tes awal menjadi 23 siswa (65,7%). Berdasarkan aspek penilaian pada siklus I peneliti dan kolaborator menyimpulkan untuk siklus I aspek psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan *servis* bawah sudah ada peningkatan namun belum signifikan sehingga peneliti melanjutkan ke siklus berikutnya.

Setelah melaksanakan proses pembelajaran *servis* bawah bola voli melalui variasi media bola pada siklus II, maka diperoleh hasil penilaian sebagai berikut: Nilai terendah 71, nilai tertinggi 94, dan nilai rata-rata 76,77, simpangan baku 8,07. 100% siswa mencapai nilai ketuntasan kriteria minimum maka, peneliti dan kolaborator menyimpulkan tidak ada siswa yang nilainya jauh dibawah KKM.

Ditinjau dari hasil penilaian siklus I telah terjadi peningkatan dari 65,7% menjadi 100% pada tindakan siklus II. berdasarkan aspek penilaian pada siklus II, maka dapat disimpulkan variasi media bola dapat meningkatkan kemampuan *servis* bawah bola voli pada siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil belajar *servis* bawah permainan bola voli mini dengan variasi media bola pada siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit mengalami peningkatan.

Hasil belajar *servis* bawah siswa kelas V SDN 02 Pondok Bambu Kecamatan Duren Sawit, tes awal nilai rata-rata siswa 59,77, siklus I nilai rata-rata siswa 67,71 dan siklus II nilai rata-rata siswa 76,77. Untuk ketuntasan hasil belajar siswa tes awal siswa dinyatakan tuntas sejumlah 12 siswa (34,3%), siklus I siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 23 siswa (65,7%), dan siklus II siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 35 siswa (100%).

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Soejanto, 2005. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Agus Mahendra, 2006. *Azas Dan Falsafah Penjas*, Jakarta: Ma.
- Anwar Hafid, 2013. *Konsep Dasar Ilmu Pendidikan*, Bandung: Alfabeta.
- Oemar Hamalik, 2006. *Proses Belajar Mengajar*, Bandung: Bumi Aksara.
- PP PBVSI, 2001. *Peraturan Permainan Bola Voli*, Jakarta: PP PBVSI.
- Samsudin, 2009. *Diktat Kuliah Teori dan Praktek Bola Voli*, Jakarta: FIK UNJ.

Soemarsono, 2007. *Strategi Belajar Mengajar*, Surakarta: UNS Press.

Sukintaka, 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*, Nuansa, Bandung.

Sutikno, M Sobry, 2009. *Belajar dan Pembelajaran*, Bandung: Prospect.

Tedjasaputra, Mayke S, 2001. *Bermain, Mainan dan Permainan*, Grasindo.