

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN SMASH BOLA VOLI MENGUNAKAN MEDIA BOLA GANTUNG DI SMK NEGERI 2 PALOPO

SHANDRIADY KAREY

Jurusan pendidikan jasmani universitas muhammadiyah palopo

Email :adhykarey@gmail.com

INTISARI

SHANDRIADY KAREY. 2021 Upaya meningkatkan kemampuan *smash* bola voli menggunakan media bola gantung di SMK Negeri 2 Palopo.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *smash* bola voli di SMK Negeri 2 palopo..penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang di laksanakan 2 kali pertemuan di setiap siklus yang melalui empat tahapan yaitu: 1) Perencanaan 2) Pelaksanaan 3) Observasi 4) Refleksi. Data penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 2 Palopo yang berjumlah 24 siswa. Pengumpulan data dari hasil I belajar siswa *smash* bola voli menggunakan media bola gantung menggunakan hasil lembar psikomotor, data hasil yang terkumpul pada siklus I dan siklus II di analisis secara kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah siswa yang tuntas 60,60% sedangkan pada siklus II jumlah siswa 24 dengan presentase 100% berdasarkan hasil penelitian ini dapat di simpulkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar *smash* bola voli menggunakan media bola gantung di SMK Negeri 2 Palopo

Kata kunci: Bola voli, *smash* bola gantung, Hasil belajar

ABSTRAK:

This study aimed to improve volleyball smash skills at SMK Negeri 2 Palopo. This research was classroom action research (CAR) which was carried out in 2 meetings.

Each cycle consists of your stages, namely: 1) Planning 2) Implementation 3)

Observation 4) reflection. The data of this study were students of SMK Negeri 2

Palopo namely 24 students. Data collection was taken using the results of the psychomotor sheet. The result data collected in cycle I and II were analyzed quantitatively. The result show that there are 60.60% students who completed in cycle I. While in the cycle II there are 24 students or 100%. Based on the results of thius study, it can be concluded that there is an improvement in learning outcomes of volleyball smash using hanging ball media at SMK 2 Palopo.

Keywords: Volleyball, hanging ball smash, learning outcomes

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah kebutuhan manusia sepanjang hayat, manusia dan pendidikan adalah dua hal yang tidak bisa di pisahkan, sampai kapanpun dan di manapun ia berada. Peran pendidikan sendiri sangat berpengaruh, Tanpa pendidikan manusia akan sulit berkembang dan bahkan akan terbelakang. Dengan demikian pendidikan harus betul-betul di arahkan untuk menghasilkan manusia yang berkualitas dan mampu bersaing, dan memiliki moral yang baik dan budi pekerti yang luhur.

Membangun sejarah Nasional di bidang pendidikan adalah upaya untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas seluruh manusia Indonesia dalam mewujudkan masyarakat yang adil dan makmur, dan memungkinkan para warganya mengembangkan dirinya sendiri dari berbagai aspek baik jasmani maupun rohani. Pendidikan jasmani adalah sebuah proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun secara kelompok masyarakat yang di lakukan tanpa paksaan dan secara sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka mendapatkan peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, perkembangan kecerdasan dan pembentukan watak (Kosasih). Olahraga adalah sebuah bentuk-bentuk kegiatan yang berada di dalam permainan, perlombaan dan berbagai kegiatan jasmani yang intensif

dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi yang optimal. Pendidikan adalah kebutuhan manusia seumur hidup, dan manusia dan pendidikan saling terkait erat, di manapun mereka berada. Pentingnya pendidikan tidak dapat dilebih-lebihkan: tanpa itu, pembangunan manusia akan sulit, jika bukan tidak mungkin. Oleh karena itu, pendidikan harus difokuskan untuk menghasilkan manusia berkualitas yang mampu bersaing sekaligus memiliki nilai-nilai yang kuat dan akhlak yang mulia.

Ilmu keolahragaan semakin berkembang dan didukung oleh teknologi (iptek) dewasa ini, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi berperan penting dalam perkembangan motorik dan keterampilan dalam melahirkan prestasi olahraga, olahraga yang cukup berkembang seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. yaitu bola voli, sampai saat ini kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi berperan penting dalam perkembangan motorik dan keterampilan dalam melahirkan prestasi olahraga, olahraga yang cukup berkembang seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yaitu bola voli, hingga saat ini. Bola voli adalah olahraga di mana dua pemain bersaing satu sama lain. Keberhasilan sebuah proses kegiatan belajar mengajar dalam pembelajaran penjas dapat di ketahui sampai di mana ke mampuan siswa yang mengikuti kegiatan pembelajaran. Keberhasil siswa dapat di ukur dari tingkat pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar para siswa. Semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar akan semakin tinggi tingkat keberhasilan proses pembelajaran, pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia. Dengan di berlakukannya kurikulum di tingkat sekolah, di harapkan siswa untuk lebih aktif, inovatif, kreatif, dan kompetitif dalam setiap pembelajaran, seluruh siswa di harap memanfaatkan ilmu yang di perolehnya dalam kehidupan sehari hari, untuk itu di setiap proses pelajar dapat di kaitkan dengan

kebermanfaatannya dalam lingkungan masyarakat. Sikap aktif, kreatif, inovatif kompetitif terwujud dengan menempatkan siswa sebagai subjek pendidika.

Berdasarkan pengamatan saya di SMK Negeri 2 Palopo, saya menemukan sarana dan prasarana sekolah cukup baik, terutama untuk fasilitas permainan bola voli. SMK Negeri 2 Palopo juga menawarkan berbagai kegiatan ekstrakurikuler untuk membantu siswa mengembangkan dan menyalurkan keterampilan mereka. Namun perkembangan olahraga di SMK Negeri 2 Palopo tidak cukup untuk dibanggakan. Permasalahan yang sering muncul pada saat pelajaran bola voli di SMK Negeri 2 Palopo adalah ketika latihan *smash*, masih ada siswa yang belum memiliki kemampuan *smash* yang baik. Bahkan beberapa siswa tidak dapat melakukan *smash* untuk melewati net, dan bola tidak mengenai sasaran pada daerah permainan bola voli bahkan keluar dari lapangan permainan bola voli. Hal tersebut di sebabkan perkenaan bola dengan tangan belum tepat sehingga tidak mengenai target yang diinginkan.

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, di antaranya adalah: motifasi, minat, bakat, semangat, kondisi fisik, sarana atau media pembelajaran, strategi pembelajaran yang di gunakan oleh guru dan lain-lain. Menyadari hal tersebut, perlu adanya suatu pembaharuan dalam pembelajaran untuk memungkinkan siswa dapat mempelajari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi *smash* bola voli menggunakan media bola gantung agar kemampuan *smash* dapat meningkat.

Dalam penelitian ini, setelah menggunakan pakaian olahraga siswa di siapkan dalam kelas terlebih dahulu sesuai dengan tempat duduknya, kemudian guru menyampaikan cara melakukan *smash* bola voli menggunakan media bola gantung agar siswa dapat memahami, setelah itu siswa di arahkan ke lapangan untuk mempraktekkan *smash* menggunakan media bola gantung. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk upaya agar siswa dapat menerima materi *smash* bola voli

menggunakan media bola gantung serta meningkatkan kegiatan pembelajaran dengan antusias dan senang. Kondisi tersebut akan menarik perhatian siswa untuk mengikuti pembelajaran dan meningkatkan kemampuan siswa yang sebelumnya hanya sekitar 25% saja dalam melakukan *smash* bola gantung di harapkan dengan menggunakan media bola gantung kemampuan siswa dapat meningkat menjadi 75% dari 24 siswa.

METODE

Desain penelitian tindakan kelas ini adalah desain yang di kembangkan oleh Kurt Lewin yang ide awalnya di kembangkan menjadi desain penelitian tindakan yaitu menggunakan empat elemen dari penelitian yang di kembangkan yaitu: perencanaan (planning), tindakan (acting), pengamatan (observasi), dan refleksi (reflecting). Hubungan secara tali temali dari keempat elemen dipandang sebagai siklus (2015).

Dalam penelitian ini menggunakan dua siklus yaitu terdiri dari dua pertemuan dengan tahapan-tahapan tersebut adalah: sebagai berikut: a) perencanaan yang berisi rencana tindakan yang akan di lakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan *smash* dengan metode permainan bola gantung, b) Pelaksanaan yang berisi kegiatan yang dilakukan oleh peneliti sebagai upaya peningkatan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli, c) Obserpasi pengamatan atas perubahan tindakan baik peningkatan maupun kekurangan pada tindakan yang di lakukan siswa maupun guru, d) Refleksi penelitian mengkaji, melihat, menelaah atas hasil perubahan dan kekurangan dari tindakan yang di lakukan untuk menentukan langkah-langkah yang akan ditempuh selanjutnya:

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan untuk mengetahui kondisi kelas, ditemukan permasalahan seperti rendahnya hasil kemampuan *smash* bola voli siswa pada mata pelajaran PENJAS materi bola voli. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi maka peneliti mencari solusi atas rendahnya hasil belajar peserta didik untuk meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran PENJAS khususnya pada materi bola voli. Metode pembelajaran yang dipilih adalah metode pembelajaran yang menggunakan media bola gantung di SMK Negeri 2 palopo.

Peningkatan kemampuan *smash* bola voli menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli kelas X SMK Negeri 2 Palopo tahun ajaran 2020/2021 sebelum diberikan tindakan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

PSIKOMOTORIK

Tabel 4.1 Deskripsi Prasiklus Kemampaun *smash* bola voli.

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	90-100	Sangat Baik	0	0%
2	80-89	Baik	1	4,16%
3	75-79	Cukup	8	33,33%
4	<75	Kurang	15	62,5%
Jumlah			24	100%

Tabel 4.2 Nilai Kemampuan *Smash* bola voli Siklus I

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1	90-100	Sangat Baik		0%
2	80-89	Baik	4	10%
3	75-79	Cukup	6	30%
4	< 75	Kurang	14	55%
Jumlah			24	100%

Tabel 4.3 Nilai *smash* bola voli Siklus II

No	Interval Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1	90-100	Sangat Baik	4	16,66%
2	80-89	Baik	10	41,66%
3	75-79	Cukup	7	29,16%

4	< 75	kurang	3	12,5%
Jumlah			24	100%

Hasil Penelitian Psikomotorik

No	Nama	Aspek Penilaian	Kteria
		Psikomotorik	
1	Abdullah Al	75	T
2	Ahmad	83,3	T
3	Aida Zakia	91,6	T
4	Alfian	75	T
5	Ambar Wasit	91,6	T
6	Felix	83,3	T
7	Muh Akmal	75	T
8	Michai	83,3	T
9	Muh Sahil	66,6	TT
10	Muh Alfian	83,3	T
11	Muh Cesar	75	T
12	Muh Hadis	91,6	T
13	Muh Tegar	83,3	T
14	Mh Ilham	83,3	T
15	Muh Hisnul	75	T
16	Nico A	83,3	T

17	Rehan Nur	91,6	T
18	Rifki	66,6	TT
19	Rifki R	83,3	T
20	Agus Tinus	75	T
21	Bill Elim	83,3	T
22	Aida Sakiya	83,3	T
23	Nur Adisa	75	T
24	Winna A	66,6	TT
Ratap-Rata		80,17	T
Nilai Maksimal		91,6	T
Nilai Minimal		66,6	TT
% Kelulusan		87,5	T

Keterangan : Siswa Yang Tidak Tuntas 3 siswa

Siswa Yang Tuntas 21 Siswa

TINJAUAN PUSTAKA

Ahmadi, I. (2017). *Pemanfaatan lingkungan sekitar pada proses pembelajaran IPS di MTs Nurul Islam (studi pada masyarakat nelayan Desa Puger Kulon, Kabupaten Jember)*. Universitas Negeri Malang.

- Alficandra, A., Suganda, M. A., & Yani, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit Terhadap Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai Pemain Persatuan Sepakbola Batusasak Kecamatan Kampar Kiri Hulu Kabupaten Kampar. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*, 2(1), 444–452.
- Bentri, A., Hidayati, A., & Rahmi, U. (2016). *Pengembangan Model Penilaian Autentik pada Kurikulum 2013 di Sekolah Dasar*.
- Hambali, S., & Sobarna, A. (2019). Keterampilan Smash Bolavoli (Studi Korelasi Antara Power Lengan, Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Pada atlet Club Osas Kabupaten Sumedang). *Jurnal Olympia*, 1(2), 25–32.
- Haprabu, E. S. (2017). Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Media Bola Modifikasi dan Permainan Sederhana pada Siswa Kelas V SD Negeri Karang Turi Wonogiri Tahun Ajaran 2016/2017. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 17(1).
- Hermansyah, H., & Permadi, A. G. (2018). Peningkatan Ketepatan Smash Bola Voli Dengan Metode Target Games Pada Siswa Kelas XI SMA Darul Hikmah Tahunpelajaran 2017/2018. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 2(1).
- Hermanzoni, H. (2020). Pengaruh Kekuatan Otot Lengan dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Smash Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 2(2), 654–668.
- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(1).
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Penerapan Pendekatan Saintifik dalam Aktivitas Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 78–92.
- Putra, A. P. (2015). Peningkatan Kemampuan Akurasi Smash Bola Voli dengan Metode Target Games Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 4 Kalasan Sleman. *Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta. Riduwan.(2015). Dasar-Dasar Statistika. Bandung: Alfabeta*.
- Rahman, A., Sahputra, R., & Wakidi, W. (2014). PENINGKATAN KETEPATAN DAN KECEPATAN SMASH BOLA VOLI DENGAN PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL PADA KELAS VIII SMP NEGERI 1 PINOH UTARA. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 1(1), 8–14.

- Sardiman, S., Hidayah, T., & Soekardi, S. (2017). Pengaruh Latihan Plyometric Dan Panjang Tungkai Terhadap Peningkatan Power Lompatan Dan Smash Kedeng Sepak Takraw. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(3), 286–290.
- Setiawan, D., & Setiawan, W. (2018). Pengaruh Bentuk Sasaran Terhadap Tingkat Akurasi Smash Bolavoli. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)*, 1(1), 1–4.
- Alficandra., et Raffy. (2018). Pengaruh Latihan Pukulan Menggunakan Imageri. Terhadap Hasil *Smash* Permainan Bola *Volley*. *Journal Sport Are*, Vol 1. (2).
- Adam Sudrajat. Penerapan Modal Pembelajaran Teaching Games For Understanding (TGfU) Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Voli Pasa Siswa Kelas VIII A SMP Angkasa Lanud Adi Sumarno Tahun Pelajaran 2014/2015. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta. (2014).
- Zubair, M. Et Supriadin. (2013). Prestasi Lempar Lembing Pada Siswa Putra Kelas.VIII Smp Negeri 4 Woha Kabupaten Bima Tahun2020. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olaraga Kesehatan*, Vol 4 (2).