

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan proses sistematis untuk meningkatkan martabat manusia secara holistik. Idealisme pada pendidikan mengedepankan nilai-nilai humanisme yang mendasar sehingga dengan nilai-nilai tersebut dapat membentuk manusia-manusia yang berkualitas. Banyak realita dilapangan yang menunjukkan bahwa kualitas manusia Indonesia sebagai sumber daya yang potensial masih jauh dari harapan. Perbaikan dan peningkatan kualitas pendidikan mutlak dilakukan untuk mencapai tujuan pendidikan. Berbagai upaya telah dilakukan namun tidak semua penyelenggara pendidikan berjalan lancar dalam upaya-upaya tersebut.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani merupakan komponen terpenting secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan terutama pada pendidikan jasmani dan olahraga khususnya dalam pembelajaran bola voli. Pembelajaran pendidikan jasmani belum berjalan dengan efektif seperti yang diharapkan, dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga harus di sesuaikan pula dengan perkembangan anak, isi materi dan cara penyampaian harus diseimbangkan sehingga menarik dan menyenangkan, untuk mencapai sasaran.

Kurikulum yang diterapkan di SMP Negeri 1 Bua adalah Kurikulum 2013. Kurikulum 2013 berbasis karakter dan kompetensi dimana aspek afektif lebih

ditekankan namun tidak juga mengesampingkan aspek-aspek yang lain. Perubahan lainnya dalam penerapan kurikulum yang baru ini yaitu proses pembelajarannya, dalam proses pembelajaran untuk semua jenjang pendidikan (SD, SMP, SMA).

Belajar adalah suatu proses perubahan yaitu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan sekitar dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dalam bermasyarakat. Pembelajaran merupakan suatu bentuk pertumbuhan atau perubahan dari diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman melalui belajar. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diberikan pada siswa sekolah menengah pertama diharapkan dapat membentuk tubuh yang sehat dan bugar. Selain itu, siswa dapat mengekspresikan perasaannya melalui aktivitas gerak di alam terbuka.

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Permainan bola voli merupakan permainan yang bersifat beregu permainan ini menekankan kerjasama tim serta kekompakan dalam satu regu. Permainan ini menggunakan lengan sebagai alat pemukul dan bola sebagai objek pukul. Unsur-unsur gerak yang terdapat dalam permainan bola voli antara lain lemparan, ayunan, pukulan dan lompatan. Unsur lemparan dan ayunan dapat dilihat dalam gerakan memukul bola unsur lompatan dilakukan untuk mendapatkan jangkauan yang tinggi dalam memukul bola.

Permainan bola voli terdapat tehnik dasar yang meliputi *servis*, *passing*, *smash*, *block*. Dari tehnik tehnik tersebut biasanya tehnik servis yang harus

dikuasai oleh suatu regu bola voli karena servis mempunyai potensi besar dan menghasilkan point untuk meraih kemenangan. Salah satu teknik dasar yang perlu mendapatkan perhatian baik dari siswa maupun guru terkait dengan teknik servis. Teknik ini disamping berfungsi sebagai pembuka permainan juga dapat dimanfaatkan sebagai alat serangan pertama, teknik tersebut dilakukan baik dari atas maupun bawah. Kedua cara tersebut dilakukan berdasarkan kebutuhan dan kemampuan yang dimiliki siswa. Namun demikian untuk memperoleh hasil yang lebih mudah umumnya siswa menggunakan servis dari atas, karena dengan teknik ini akan lebih mudah untuk melakukan serangan.

Berdasarkan jenisnya, servis bola voli dibedakan menjadi dua macam yaitu servis bawah dan servis atas. Pentingnya peranan servis maka harus diajarkan kepada siswa agar siswa memahami dan menguasainya, sehingga dapat melakukan servis dengan baik dan benar. Servis bawah merupakan salah satu jenis servis bola voli yang paling sederhana dan mudah dilakukan terutama bagi pemula termasuk siswa. Upaya meningkatkan kemampuan servis bawah bagi siswa pemula dibutuhkan cara mengajar yang tepat. Selain itu, guru juga harus mengerti peraturan-peraturan, teknik, dan taktik bermain bola voli. Seorang guru dituntut memiliki kreativitas dalam menyusun suatu perencanaan program pengajaran teknik gerakan dari yang sederhana kearah yang lebih kompleks, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Berdasarkan gambaran data awal siswa untuk materi servis bawah untuk bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, persoalan yang dihadapi di sekolah tersebut pada saat sekarang ini banyak siswa yang tidak dapat melakukan servis bola voli dengan baik, salah satu yang terjadi pada siswa kelas

VIII A SMP Negeri 1 Bua. Dari 25 siswa hanya 7 siswa yang tuntas dengan persentase 28% sedangkan 18 siswa tidak tuntas dengan persentase 72%.

Berdasarkan hasil observasi pada saat pembelajaran bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua khususnya materi servis bawah yaitu masih banyak siswa yang belum mampu melakukan servis dengan baik. Pada saat melakukan servis bawah, bola tidak melewati net dan bola keluar lapangan sehingga menyulitkan siswa dalam melakukan servis. Oleh karena itu, diperlukan metode baru dengan menggunakan target yang artinya kegiatan yang berfokus pada metode target. Pada metode ini tidak hanya dengan satu atau dua kali untuk memperoleh hasil yang maksimal, harus dilakukan secara berulang-ulang supaya target yang akan kita tuju sesuai dengan yang diharapkan. Apabila target yang dituju sudah sesuai yang diharapkan kita meningkat ketahap selanjutnya, yakni sasaran yang dituju berbeda dengan sasaran yang sebelumnya. Cara ini dianggap khas karena memungkinkan siswa lebih terfokus.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli melalui Penerapan Metode Target pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua”**.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang akan dikaji dan dianalisis dalam penelitian ini, yaitu: Apakah penerapan metode target dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini, yaitu: Untuk mengetahui penerapan metode target dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian merupakan sesuatu yang diharapkan ketika sebuah penelitian sudah selesai. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, yaitu:

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Bagi perkembangan ilmu pengetahuan, penelitian ini akan memberikan tambahan pengetahuan dalam bidang pendidikan terkait peningkatan kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode target.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1. Bagi Peneliti**

- a. Dapat mengetahui dari hasil ini yaitu menerapkan metode target pada permainan bola voli.
- b. Mengetahui tentang penulisan karya ilmiah.

##### **2. Bagi Guru Penjasorkes**

- a. Dari penelitian ini dapat disajikan suatu model pembelajaran agar siswa lebih semangat untuk bermain bola voli.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan guru penjasorkes dalam rangka meningkatkan mutu pengajaran disekolah.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Hasil Belajar**

##### **2.1.1 Pengertian**

Menurut Uno (2012:54) Belajar adalah kegiatan yang dilakukan secara sadar untuk menghasilkan suatu perubahan, menyangkut pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai. Haprabu (2017:63) dalam jurnal pendidikan dan pengajaran menyatakan bahwa Belajar merupakan salah satu aktifitas manusia untuk menambah pengetahuan dirinya dalam berbagai aspek melalui proses yang sistematis. Pendapat lain dari Watson (dalam Komara, 2014:7) Belajar adalah proses interaksi antara stimulus dan repons. Jadi, hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan yang mengakibatkan manusia berubah dalam sikap dan tingkah lakunya.

Menurut Ahmadi ( dalam Komara 2014:44) mengemukakan bahwa: Hasil belajar adalah hasil yang dicapai dalam suatu usaha, dalam hal ini hasil belajar berupa perwujudan prestasi belajar siswa yang dapat dilihat pada nilai setiap mengikuti tes hasil belajar. Hasil belajar yang baik adalah terjadinya perubahan tingkah laku yang baru, serta suatu nilai yang mampu dicapai menunjukkan hasil tertinggi, terhadap pelajaran yang dipelajarinya (Dimasri et al., 2015). Hasil belajar dapat diketahui melalui evaluasi untuk mengukur dan menilai apakah siswa sudah menguasai ilmu yang dipelajari sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pendapat dapat disimpulkan bahwa hasil belajar terkait dengan proses pembelajaran yang berlangsung didalam kelas maupun di lapangan. Dalam hal ini hasil belajar tidak hanya terjadi peningkatan dari segi kognitif saja, akan tetapi juga terjadi peningkatan dari segi afektif, dan psikomotorik peserta didik. Sehingga sangat di tuntut seorang guru mampu mengolah proses pembelajaran dengan baik sehingga dapat menghasilkan output/keluaran yang baik pula.

### **2.1.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar**

Slameto (2013:54) Mengemukakan Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang ada diluar individu.

#### **- Faktor-faktor intern**

Di dalam membicarakan faktor intern ini, akan dibahas menjadi tiga faktor, yaitu: faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan.

1. Faktor Jasmaniah, Faktor kesehatan dan Cacat tubuh.
2. Faktor Psikologis, Sekurang-kuranya ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi belajar. faktor-faktor itu adalah: intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kelelahan.
3. Faktor Kelelahan, Kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis).

- Faktor-faktor ekstern,

Faktor ekstern yang berpengaruh terhadap belajar, dapatlah dikelompokkan menjadi 3 faktor, yaitu: faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

## **2.2 Permainan Bola Voli**

### **2.2.1 Pengertian Bola Voli**

Menurut Yusmar (2017: 144) dalam jurnal Pendidikan dan Pengajaran, menyatakan bahwa permainan bola voli adalah suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (*di-volley*) di udara hilir mudik di atas net (jaring), dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan dalam rangka mencari kemenangan. Mem-*volley* atau memantulkan bola ke udara dapat mempergunakan seluruh anggota atau bagian tubuh dari ujung kaki sampai ke kepala dengan pantulan sempurna.

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain dan di setiap lapangan dipisahkan oleh net, pantulan bola yang dimainkan boleh menggunakan seluruh anggota badan (Suharno, 2011: 1). Ide dasar yang terdapat dalam permainan bola voli adalah melewatkan bola ke daerah lawan melalui atas net dan berusaha mematikan bola dengan jalan menjatuhkan bola di daerah lawan. Permainan dimulai dengan pukulan bola servis. Bola harus dipukul dengan satu tangan ke arah lapangan lawan melewati net. Masing-masing regu berhak memainkan bola sampai tiga kali sentuhan, (kecuali perkenaan bola saat membendung) untuk mengembalikannya ke daerah lawan. seorang pemain



(kecuali saat membendung) tidak diperkenankan memainkan bola dua kali berturut-turut.

Permainan bola voli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh enam orang pemain. Permainan ini menggunakan batas berupa lapangan yang berukuran 18 x 9 meter. Lapangan bola voli dibagi menjadi dua bagian yang dipisahkan oleh pembatas net dengan panjang 10 meter dan lebar satu meter. Ketinggian batang net adalah 2.43 meter untuk putra dan 2.24 meter untuk putri. Permainan bola voli sekarang ini menggunakan system rally point dengan jumlah angka yang harus dicapai oleh suatu regu yang ingin memenangkan pertandingan adalah 25 atau selisih 2 angka jika terjadi deuce (Amung dan Subroto, 2011: 39).

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga yang dilakukan dengan memvolley bola di udara hilir mudik di atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola didalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain. Bola voli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu saling berhadapan yang dipisahkan dengan jaring dan setiap regu terdiri dari 6 orang. Pada permainan bola voli regu yang lebih dulu mendapatkan nilai 25 dinyatakan sebagai pemenang pada set itu (Wisahati dan Santosa, 2010: 8).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah suatu permainan beregu yang lapangannya dibatasi oleh net dan untuk memainkannya diperlukan teknik. Salah satu teknik yang harus dikuasai dalam permainan bola voli adalah *service*.

### 2.2.2 Karakteristik Permainan Bola Voli

Setiap cabang memiliki karakteristik sesuai dengan jenis keterampilan yang terdapat dalam permainan yang bersangkutan. Demikian pula dengan permainan bola voli yang memiliki teknik yang beragam, Teknik yang beragam ini dipergunakan untuk mencapai prestasi yang optimal, prestasi yang optimal tidaklah mungkin dapat dicapai dengan baik tanpa memiliki teknik dasar yang baik. Teknik yang dimiliki oleh seseorang dalam permainan bola voli sangat menentukan terutama dalam upaya kerjasama antar pemain untuk mencapai kemenangan, karena bola voli merupakan permainan yang sifatnya beregu yang memerlukan kerjasama dan adaptasi antar sesama pemain (Amung dan Subroto (2011: 43).

Adapun teknik-teknik dalam permainan bola voli sebagai berikut:

1. *Service* merupakan bentuk serangan yang pertama dalam permainan bola voli. Untuk itu pemain voli harus dapat melakukan *service* dengan baik dan benar.
2. *Smash* adalah pukulan yang keras dan arahnya menukik untuk mematikan pertahanan lawan.
3. *Passing* merupakan teknik dasar gerakan bola voli yang mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain, baik *passing* bawah maupun *passing* atas.
4. *Blocking* adalah upaya menghalangi lawan dengan cara merentangkan kedua tangan pada tempat yang diduga menjadi jalannya bola dan teknik membendung dapat dilakukan sendiri maupun dua ataupun tiga orang di dekat net (Wisahati dan Santosa, 2010: 11).

## **2.3 Servis Bawah**

### **2.3.1. Pengertian**

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli diantaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis topspin, dan servis loncat (*jump service*).

Teknik dasar servis dalam permainan bola voli terus berkembang. Pada awalnya servis merupakan penyajian bola pertama sebagai tanda dimulainya permainan. Seiring dengan perkembangan permainan bola voli dan penerapan taktik dan strategi permainan bola voli, pukulan servis memiliki fungsi ganda yaitu sebagai tanda dimulainya permainan dan sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Servis dalam permainan bola voli merupakan tanda dimulainya permainan dan berfungsi sebagai serangan pertama untuk mendapatkan point bagi regu yang mendapat kesempatan servis. Dengan sistem penilaian *relly point*, maka servis mempunyai pengaruh besar terhadap jalannya seluruh permainan (Maryamah, 2012: 21).

Tetapi kegagalan servis juga menguntungkan pihak lawan, yaitu bola berpindah dan lawan mendapatkan angka. Oleh karena itu, dalam melakukan servis hendaknya lebih berhati-hati agar bola dapat masuk ke daerah permainan lawan dan lawan sulit untuk menerimanya. Kunci keberhasilan pukulan servis yaitu bola dapat menyeberang melewati net, laju bola sulit diantisipasi lawan dan

diarahkan pada titik kelemahan lawan. Kemampuan seorang pemain melakukan pukulan servis yang sulit atau mengarahkan pada titik kelemahan lawan, maka akan menyulitkan lawan untuk menerimanya atau bahkan lawan langsung mati.

### **2.3.2. Jenis Servis Bawah**

Berdasarkan cara pelaksanaannya, servis bola voli dibedakan menjadi dua yaitu servis tangan bawah (*underhand service*) dan servis atas (*overhead service*). Servis bawah merupakan bentuk servis yang sederhana dan tujuan servis bawah biasanya hanya sekedar menyeberangkan bola ke daerah permainan lawan. Servis bawah kurang memiliki efektivitas untuk melakukan serangan, jika dibandingkan dengan servis atas. Hal ini karena, servis bawah tidak mungkin dapat mempercepat laju bola, sehingga lawan mudah untuk menerimanya. Kelemahan servis tangan bawah adalah mudah diterima dan lintasannya melambung tinggi sehingga mudah diantisipasi lawan.

Berdasarkan macamnya servis bawah dibedakan menjadi beberapa macam. Amung dan Subroto (2011: 62) mengelompokkan jenis servis bawah yaitu, servis pangkal lengan, servis arah luar, servis arah dalam, servis menyamping, servis bola melayang dan servis tinju. Berdasarkan macam-macam jenis servis bawah tersebut, maka membelajarkan servis bawah bagi siswa pemula adalah langkah yang harus dilakukan untuk menuju pada permainan yang menuntut keterampilan servis yang baik agar nantinya siswa mampu melakukan servis sebagai serangan. Oleh karena itu, dalam melakukan servis hendaknya berhati-hati. Hal ini karena sistem penilaian permainan bola voli yaitu *relly point*, maka kegagalan servis merupakan keuntungan bagi pihak lawan. Oleh karena itu, bagi tim yang mendapat kesempatan servis harus mampu dimanfaatkan seoptimal mungkin.

### **2.3.3. Mekanika Gerakan Servis Bawah Bola Voli**

Keberhasilan servis bawah tidak terlepas dari penguasaan teknik yang baik dan benar. Teknik yang benar akan menghasilkan pukulan servis yang baik dan efektif. Sedangkan kesalahan teknik servis adalah sebuah kegagalan, sehingga akan menguntungkan pihak lawan. Berkaitan dengan teknik servis bawah, Yunus (2012: 68) mengelompokkan teknik servis bawah terdiri tiga bagian yaitu: sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, teknik servis bawah bola voli terdiri tiga bagian yaitu sikap permulaan, gerakan pelaksanaan dan gerak lanjut. Dari ketiga teknik tersebut harus dirangkaikan dalam satu gerakan yang utuh dan harmonis. Untuk lebih jelasnya berikut ini diuraikan teknik pelaksanaan servis bawah sebagai berikut:

#### **1. Sikap Permulaan**

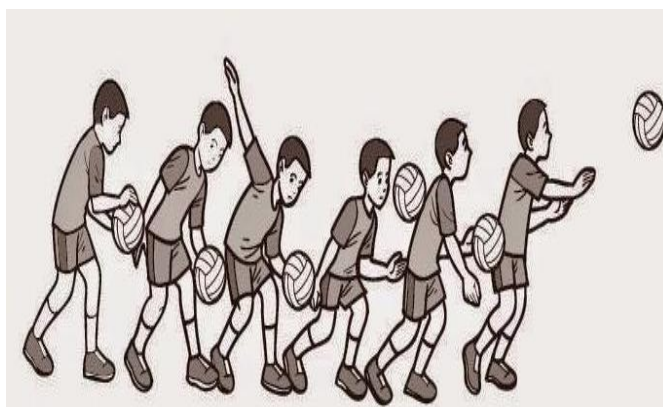
Sikap permulaan servis bawah yaitu: berdiri di daerah servis menghadap ke lapangan, bagi yang tidak kidal kaki kiri di depan dan bagi yang kidal sebaliknya. Bola dipegang pada tangan kiri, tangan kanan boleh menggenggam atau dengan telapak tangan terbuka, lutut agak ditekuk sedikit dan berat badan berada di tengah.

#### **2. Gerakan Pelaksanaan**

Gerakan pelaksanaan servis bawah yaitu: bola dilambungkan di depan pundak kanan, setinggi 10 sampai 20 cm dan pada saat yang bersamaan tangan kanan ditarik ke belakang, kemudian diayunkan ke arah depan atas dan mengenai bagian belakang bawah bola.

### 3. Gerak Lanjut

Gerak lanjut dari pukulan servis bawah yaitu: setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan, dengan melangkahkan kaki kanan ke depan dan segera masuk ke lapangan untuk mengambil posisi dengan sikap siap normal, siap untuk menerima pengembalian atau serangan dari pihak lawan.



Gambar 2.1 Servis Bawah

Sumber: (<https://perpustakaan.id>, 2017)

## 2.4 Metode Target

### 2.4.1. Pengertian

Target *games* adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam TGfU yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Mitchell, Oslin dan Griffin (2013: 21) menjelaskan “*in target games, players score by throwing or striking a ball to a target*”. Target *games* merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan akurasi yang tinggi dalam permainannya. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lain, karena hampir setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasarannya. Misalnya, permainan bola basket, sepak bola dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam. Bentuk target *games* yang dapat dilakukan dalam permainan

bola voli adalah dengan melakukan *smash* yang akurat ke target yang dapat mematikan lawan sehingga mendapatkan nilai atau poin.

Dalam target *games* siswa didorong mengembangkan kesadaran taktis dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan siswa harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Kemampuan untuk memiliki keterampilan dalam permainan target secara tenang, percaya diri, konsentrasi, dan fokus pada target akan membantu seorang anak menganggap dirinya mampu serta akan membuat seorang siswa merasa positif dan yakin akan kemampuan dirinya. Perubahan itu dapat berupa sesuatu yang baru, yang segera tampak dalam perilaku nyata maupun tersembunyi. Proses belajar dapat berlangsung bila disertai kesadaran dan intensitas kemauan dari individu yang belajar. Sikap dan perbuatan yang ditunjukkan dalam kemandirian merupakan kebutuhan dasar dari setiap individu untuk mengaktualisasikan potensi dan kemampuan diri (Wahyu, 2017: 25).

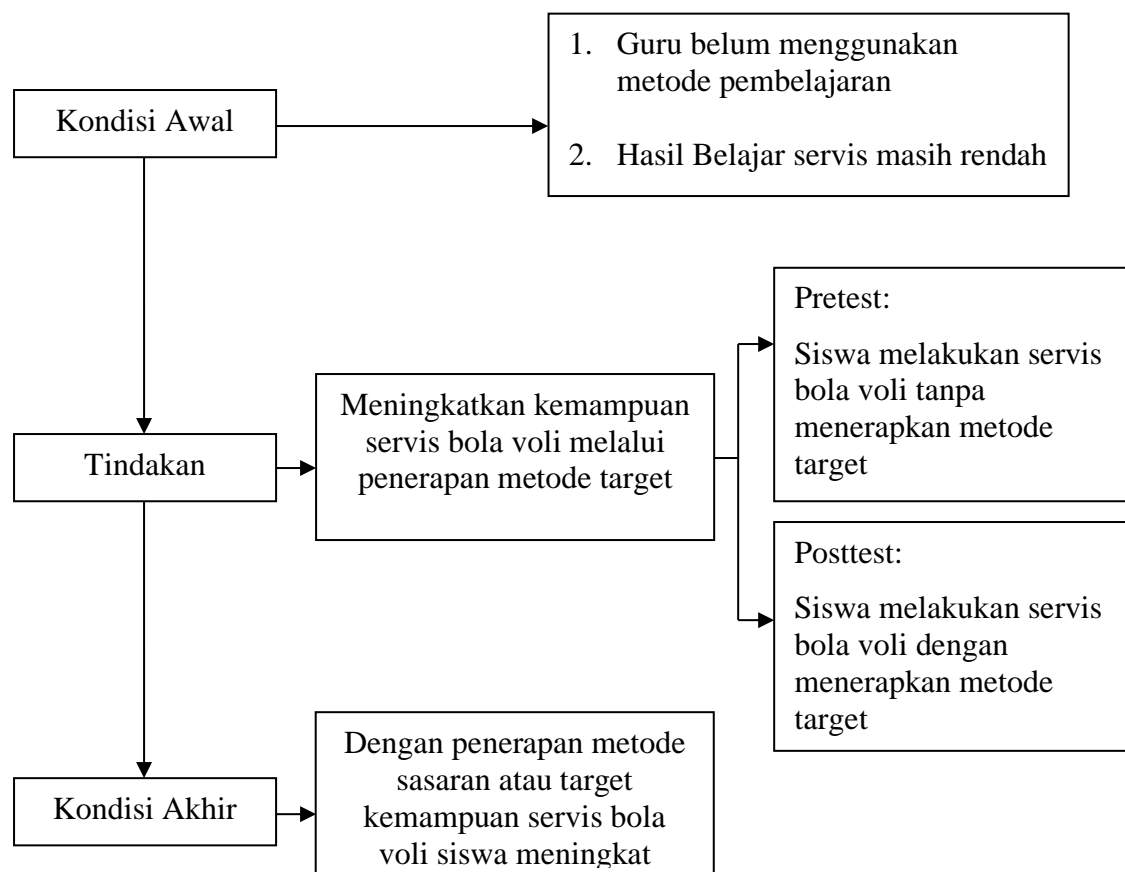
## **2.5 Penelitian Terdahulu**

1. Hasil penelitian Prayoga. 2015. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah Bola Voli Melalui Penggunaan Modifikasi Bola. Variabel dalam penelitian ini adalah hasil belajar servis bawah (terikat) dan penggunaan modifikasi bola (variabel bebas). Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis kuantitatif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh fakta penggunaan modifikasi bola dapat meningkatkan

hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari pra siklus, siklus I dan siklus II. Hasil belajar servis bawah bola voli pada pra siklus dalam katagori tuntas adalah 50% atau 16 anak siswa. Hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 78% atau 25 siswa, dan hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus II dalam kategori tuntas adalah 88% atau 28 siswa.

## 2.6 Kerangka Konseptual

Berikut adalah kerangka konseptual dalam penelitian ini yang dapat digambarkan secara sistematis sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Konseptual



## **2.7 Hipotesis Tindakan**

Dengan menerapkan metode target dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan yang berbasis kelas (*Classroom Action Research*) yang bersifat deskriptif dan bertujuan untuk meningkatkan meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli melalui metode target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua. Wiriadmadja (2010:221) mengemukakan “Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*)” Bukan objektivitas yang dituju, melainkan subjektivitas sistematis yang mengarah kepada paradigma baru untuk mengkonstruksikan wacana dan analisis alternatif.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) sebagai suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif, partisipatif, dan kolaboratif, yang memiliki tujuan untuk melakukan perbaikan sistem, metode kerja, isi, kompetisi, dan situasi.

#### **3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian**

##### **3.2.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Bua

##### **3.2.2 Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2022

### **3.3 Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua yang berjumlah 25 orang siswa, terdiri dari 15 orang siswa laki-laki dan 10 orang siswa perempuan.

### **3.4 Fokus Penelitian**

Fokus penelitian merupakan apa yang harus menjadi perhatian dalam penelitian. Dalam penelitian tindakan kelas meningkatkan kemampuan servis bola voli siswa. Kemampuan servis yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan servis bola voli siswa sebelum diberikan penerapan metode sasaran atau target dan sesudah diberikan penerapan metode sasaran atau target.

### **3.5 Prosedur Penelitian Tindakan Kelas (PTK)**

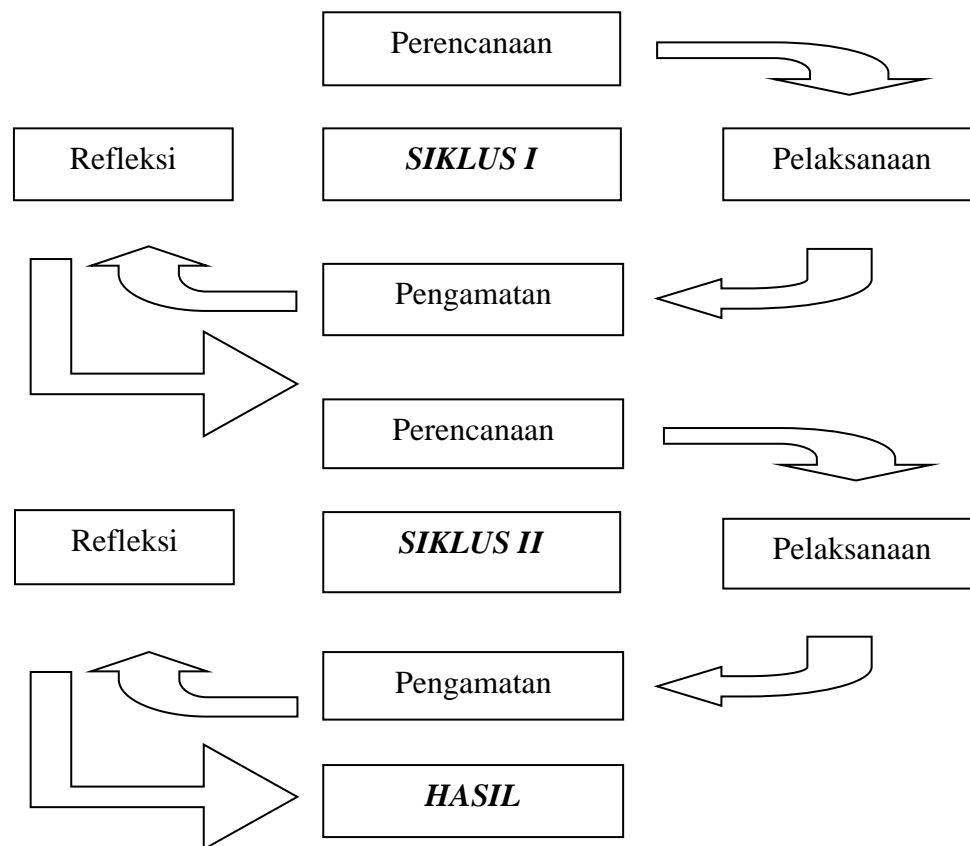
Desain Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian tindakan kelas. Dimana subjek penelitian dalam jenis penelitian ini adalah siswa dalam suatu kelas, sehingga penelitian ini hanya berlaku dikondisi-kondisi tertentu. Penelitian Tindakan Kelas atau dalam bahasa Inggris dikenal dengan *Classroom Action Research* (Arikunto (2010:3) mengemukakan bahwa Penelitian tindakan kelas adalah suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi didalam sebuah kelas secara bersama. Tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh siswa.

Menurut Kusuma & Dwitagama (2012:9), mengatakan penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru dikelasnya sendiri dengan cara (1) merencanakan, (2) melaksanakan, dan (3) merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif dengan tujuan memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswadapat meningkat.

Menurut pengertian pengajaran, kelas bukan wujud ruangan, tetapi sekelompok peserta didik yang sedang belajar. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas dapat dilakukan tidak hanya di ruang kelas, tetapi di mana saja tempatnya, yang penting ada sekelompok anak yang sedang belajar tentang hal yang sama, dari seorang guru atau fasilitator yang sama. Menurut Kusumawati (2015:121), mengatakan penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan penelitian yang diprakarsai untuk memecahkan masalah dalam proses belajar mengajardi kelas secara langsung. Dengan kata lain, PTK dibuat dengan tujuan untuk meningkatkan dan memperbaiki mutu proses belajar mengajar dikelas namun PTK Penjas tidak harus di kelas karena pembelajaran penjas lebih sering dilakukan di luar (lapangan), serta memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang diprakarsai dalam memecahkan masalah yang dilakukan oleh guru dengan cara merencanakan, melaksanakan, merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif dengan tujuan memperbaiki kinerja guru dalam praktik pembelajaran mereka, dan belajar dari pengalaman mereka sendiri.

Secara garis besar model penelitian tindakan kelas (PTK) terbagi atas empat tahapan yang lazim dilalui, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Adapun model dan penjelasan untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut:



**Gambar 3.1 Siklus PTK**  
**Sumber: Arikunto (2010:137)**

Penelitian ini dilaksanakan secara bersiklus, yaitu siklus yang satu dengan yang lainnya merupakan rangkaian yang saling berkaitan. Untuk memecahkan permasalahan maka dilakukan perencanaan tindakan dan observasi pelaksanaan, direfleksi untuk mengetahui hasil pelaksanaan tindakan.

Adapun tahap pelaksanaan penelitian sebagai berikut :

### 1. SIKLUS I

Siklus ini terbagi atas 4 tahap, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan dan tahap refleksi.

#### 1. Tahap Perencanaan

Menyusun perangkat pembelajaran berupa RPP Penjasorkes, Menyusun format observasi proses pembelajaran dan observasi aktivitas belajar siswa, menyiapkan sumber belajar, Membuat tes penilaian hasil belajar servis bawah bola voli materi yang diajarkan.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

- a. Penyampaian tujuan dan motivasi.
- b. Pembagian kelompok.
- c. Penyajian materi pembelajaran.
- d. Kegiatan belajar kelompok siswa
- e. Pemberian Kuis dan evaluasi.
- f. Penghargaan prestasi tim.

#### 3. Tahap pengamatan/Observasi

- a. Peneliti mengadakan pengamatan (observasi) terhadap pelaksanaan tindakan dalam setiap siklus penelitian dengan menggunakan instrumen penelitian.
- b. Melakukan penilaian terhadap keberhasilan guru dan siswa dalam proses belajar mengajar.

#### 4. Refleksi

Kegiatan pada langkah ini adalah pencermatan, pengkajian, analisis, dan penilaian terhadap hasil observasi dengan tindakan yang telah dilakukan. Jika terdapat masalah pada siklus pertama maka diadakan pengkajian ulang pada siklus berikutnya.

#### 2. SIKLUS II

Siklus II merupakan perbaikan dari siklus I. Peneliti mengevaluasi hasil dan proses pembelajaran di siklus I dan merefleksi kembali hal-hal apa atau tindakan penelitian selanjutnya, sehingga dapat terjadi peningkatan hasil belajar servis bawah bola voli dari siklus I ke siklus II.

Tindakan-tindakan yang akan peneliti lakukan adalah:

1. Memperbaiki dan melaksanakan langkah-langkah metode target
2. Mengevaluasi hasil dan proses pembelajaran
3. Memberikan motivasi di setiap langkah-langkah pembelajaran
4. Membuat lembar observasi

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Instruman penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa instrument tes kemampuan servis bawah, lembar observasi siswa. Adapun kegiatan pada tiap pertemuan dan tes tiap siklus yang diberikan kepada siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Tahapan Instrumen Kemampuan Servis

Aspek	Indikator	Skor			
		1	2	3	4
Sikap awal	a) Berdiri salah satu kaki kanan/kiri berada didepan b) Pandangan menghadap ke depan arah lapangan c) Berat badan berada dikaki depan agak condong kedepan d) Lengan yang akan memukul bola digerakkan ke belakang dan ke atas				
Sikap Perkenaan	a) Salah satu tangan memegang bola setinggi pinggang b) Ayunan tangan lurus dari belakang ke depan memukul bola bagian bawah c) Berat badan dipindahkan ke kaki sebelah depan d) Bola dipukul dengan telapak tangan terbuka				
Sikap Akhir	a) Lengan yang memukul bola terus mengikuti arah bola b) Bola dipukul ke arah depan c) Bola dipukul ke arah depan melambung ke atas /arah parabol d) Bola dipukul ke arah depan melewati net/batas				
Skor Maksimal : 12					

### 3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data peningkatan kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Buadigunakan analisis kuantitatif. Data kemampuan servis bawah pada siklus pertama dan kedua dianalisis secara kuantitatif, didukung hasil observasi. Menghitung nilai rata-rata hasil tes atau



evaluasi pembelajaran. Pemberian tes tertulis perindividu dan berkelompok dibuat dalam bentuk persentase (%) yang dicapai masing-masing siswa.

Nilai ketuntasan belajar siswa diperoleh melalui rumus sebagai berikut :

1. Tes unjuk kerja (Psikomotor):

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

2. Pengamatan sikap (Afektif)

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes siklus/*embedded test* (kognitif) :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

4. Nilai akhir yang diperoleh siswa :

$\text{Nilai tes psikomotor} + \text{Nilai tes afektif} + \text{Nilai tes kognitif}$
--

**Sumber :** Kusmawati ( 2015:128-130)

Kriteria kategorisasi standar dalam penentuan nilai penguasaan kemampuan peserta didik yang sudah di sesuaikan dengan kategori penilaian berdasarkan K13 di SMP Negeri 1 Bua yaitu:

**Tabel 3.2** Teknik Kualifikasi Penilaian Psikomotorik Pedoman Konversi Skala-4

Tingkat penguasaan (%)	Hasil Penilaian	
	Nilai	Kualifikasi
93 – 100	A	Sangat Baik
84 – 92	B	Baik
75 – 83	C	Cukup
<75	D	Kurang

Sumber: RPP

**Tabel 3.3** Kriteria Ketuntasan Minimal

Nilai	Kategori
>75,00	Tuntas
<75,00	TidakTuntas

Sumber: Kurikulum SMP Negeri 1 Bua

### 3.8 Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas ini adalah terjadinya peningkatan hasil belajar servis bawah bola voli melalui metode target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua meningkat. Standar KKM yang telah ditetapkan untuk tiap individu yaitu nilai 75, ketuntasan secara klasikal 80% dari jumlah siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan diuraikan tentang gambaran data penelitian secara umum yang akan ditampilkan dalam bentuk tabel rangkuman. Dalam hal ini akan diuraikan hasil penelitian yang akan dilanjutkan pembahasan dari hasil tersebut. Hasil yang diperoleh untuk memberikan jawaban terhadap masalah penelitian yang dikemukakan memerlukan dua siklus penelitian. Hasil kedua siklus tersebut akan diuraikan sebagai berikut :

#### **4.I Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Data awal kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua**

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti melakukan pengambilan data awal penelitian. Untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua. Adapun deskripsi data yang diambil adalah kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua.

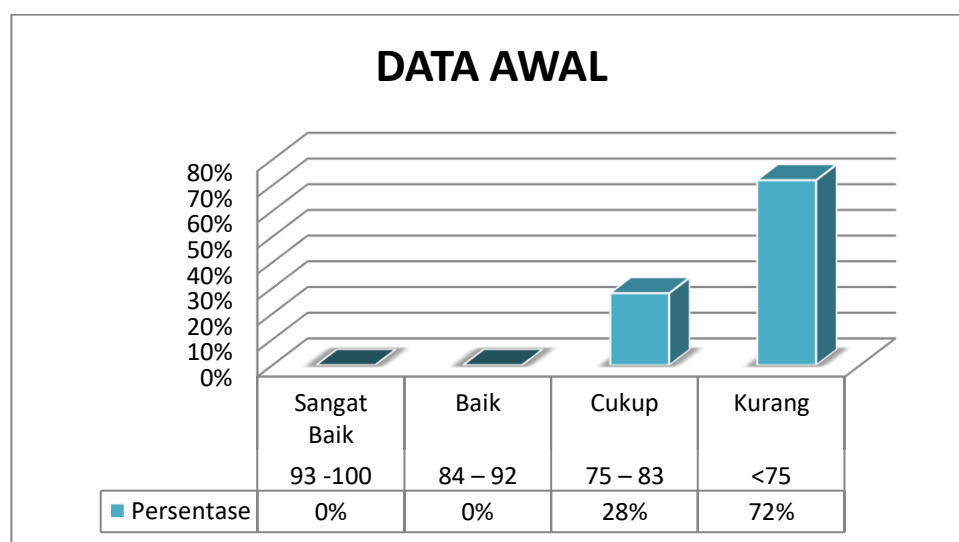
Kondisi awal kemampuan servis bawah bola voli siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua sebelum diberikan tindakan melalui penerapan metode sasaran atau target disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil pengamatan data awal kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 -100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	0	0%
3	75 – 83	Cukup	7	28%
4	<75	Kurang	18	72%
		<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 hasil observasi awal diatas sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa ada , 0 siswa dalam kategori baik sekali, 0 siswa yang termasuk dalam kategori baik, 7 siswa dalam kategori cukup, dan 18 siswa dalam kategori kurang, dan berdasarkan kriteria ketuntasan minimal yaitu yang ditetapkan pada SMP Negeri 1 Bua yaitu (75%).

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat diagram sebagai berikut :



**Gambar 4.1** Diagram batang skor nilai persentase pada data awal

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada data awal diatas, tampak bahwa dari 25 subjek penelitian, terdapat 0% siswa dalam kategori sangat baik, disusul kategori baik sebanyak 0% siswa, kategori cukup sebanyak 28% siswa, kategori kurang sebanyak 72% siswa.

Berdasarkan hasil belajar pada data awal, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.2 Deskripsi ketuntasan belajar siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	18	72%
75 – 100	Tuntas	7	28%
Jumlah		25	100%

**Sumber :** Analisis Data Awal

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa dari 13 subjek penelitian terdapat 3 siswa dengan persentase 28% sudah dalam kategori tuntas dan 10 siswa dengan persentase 72% dalam kategori tidak tuntas pada data awal.

Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua melalui penerapan metode sasaran atau target sebanyak 2 siklus, yang masing-masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi.

#### **4.1.2 Deskripsi siklus I**

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus I kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua dengan penerapan metode sasaran atau target, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b)pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

##### **1.1.2.1 Perencanaan**

Perencanaan pada siklus pertama sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua dengan penerapan metode sasaran atau target.
2. Menyiapkan media pembelajaran dan sumber belajar.
3. Membuat tes penilaian kemampuan servis bawah bola voli berdasarkan materi yang diajarkan dengan menerapkan metode sasaran atau target.
4. Memperhatikan protokol kesehatan dan menyiapkan handsanitizer untuk siswa

##### **1.1.2.2 Pelaksanaan**

Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus I berlangsung sebanyak dua pertemuan, dengan perincian yaitu dua kali pertemuan untuk proses pembelajaran dan diakhir pertemuan untuk tes kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target. Setiap pertemuan berlangsung 3 jam pelajaran

(165 menit). Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan tindakan meliputi kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir.

#### 1. Kegiatan awal

Pada kegiatan awal dilaksanakan selama 15 menit dan dilakukan dalam kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target pada siklus I, yaitu :1) Berbaris dilapangan, 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran, 3) Mengecek kehadiran siswa, 4) Menegur siswa yang belum berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan permainan yang digunakan dalam pembelajaran, 6) Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti, 7) Guru melakukan persepsi sebagai penilaian awal.

#### 2. Kegiatan inti

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 85 menit, pada pertemuan pertama guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi servis bawah. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dan memberi motivasi pada anak didiknya Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan servis bawah, metode bantu berupa sasaran atau target. Kemudian menginformasikan aturan dan cara pelaksanaan dalam pembelajaran servis bawah melalui metode sasaran atau target. Untuk pertemuan pertama, siswa dibekali dengan materi servis bawah, supaya dalam pelaksanaan di pertemuan selanjutnya siswa bisa mempratikkan dengan baik gerakan passing bawah melalui metode sasaran atau target.

Pada pertemuan kedua guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi servis bawah. Guru memberikan motivasi pada anak didiknya. Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan servis bawah, metode sasaran atau target. Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli, net dan sasaran atau target yang terbuat dari kertas piramid. Adapun jalannya pembelajaran sebagai berikut : siswa melakukan servis bawah di bidang lapangan lalu menyeberangkan bola melewati net dan harus mengenai daerah sasaran yang telah ditentukan. Kemudian siswa di beri kesempatan 3 kali dan dilakukan secara bergantian servis bawah bola voli, dan harus mengenai target sehingga siswa dapat menghasilkan nilai-nilai yang baik pada saat melakukan tes pengukuran. Metode sasaran atau target di gunakan sebagai salah satu media untuk meningkatkan kualitas servis bawah karena seseorang akan berusaha atau terfokus untuk mengenai daerah yang menjadi target agar mendapatkan poin dengan teknik yang baik dan benar. Jadi, sasaran atau target di atas bertujuan untuk meningkatkan kemampuan servis bawah siswa

### 3. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir dilaksanakan selama 20 menit, adapun kegiatan yang dilakukan adalah siswa dikumpulkan untuk diadakan evaluasi/koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan servis bawah bola voli yang benar. Kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab, guru menyimpulkan materi bersama siswa serta mengemukakan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya. Selain itu guru melakukan refleksi kesalahan-kesalahan gerakan dalam proses



pembelajaran. Serta diakhiri dengan berdoa bersama dan tetap mematuhi protokol kesehatan yang berlaku yaitu dengan menjaga jarak, memakai masker dan mencuci tangan atau menggunakan handsanitizer.

### **1.1.2.3 Observasi**

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I (pertemuan 1 & 2), pada aktivitas guru menunjukkan bahwa kegiatan awal, guru memberikan persepsi sebagai dasar penilaian awal, dan dilanjutkan dengan pemanasan secara umum disesuaikan dengan metode sasaran atau target yang akan dilakukan.

Hasil observasi selama proses pembelajaran berlangsung dalam mengikuti mata pelajaran penjasokes dengan materi *servis* bawah pada permainan bola voli melalui metode sasaran atau target yaitu tampak bahwa pada kegiatan awal masih ada siswa yang kurang bersungguh – sungguh melakukan pemanasan, kemudian saat masuk di pembelajaran inti masih kurang partisipasi dan perhatian siswa dalam pembelajaran dimana siswa masih kesulitan dalam melakukan permainan, selain itu siswa juga ragu – ragu dan belum memahami gerakan servis bolavoli dengan metode sasaran atau target. Disamping itu juga masih ada siswa yang tidak memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi yang belum dikuasai oleh beberapa siswa. Hal ini terlihat karena masih ada siswa yang cenderung meminta dijelaskan ulang materi pembelajaran yang telah dijelaskan oleh guru dan masih ada yang bingung dalam melakukan aktivitas pembelajaran.

Pada kegiatan akhir, dimana siswa masih kurang dalam mendengarkan penjelasan tentang materi dari guru, hal ini terlihat karena siswa masih kurang dalam

mengangkat tangan ketika guru meminta siswa yang bisa memperagakan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah semua selesai, barulah siswa terlihat antusias dalam mendengarkan pesan – pesan dan motivasi dari guru.

### 1.1.3 Hasil Belajar Pada Siklus I

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus I adalah penyajian materi kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target. Sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada akhir pertemuan atau pengambilan nilai aspek psikomotor, afektif, dan kognitif. Berdasarkan hasil kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.3.

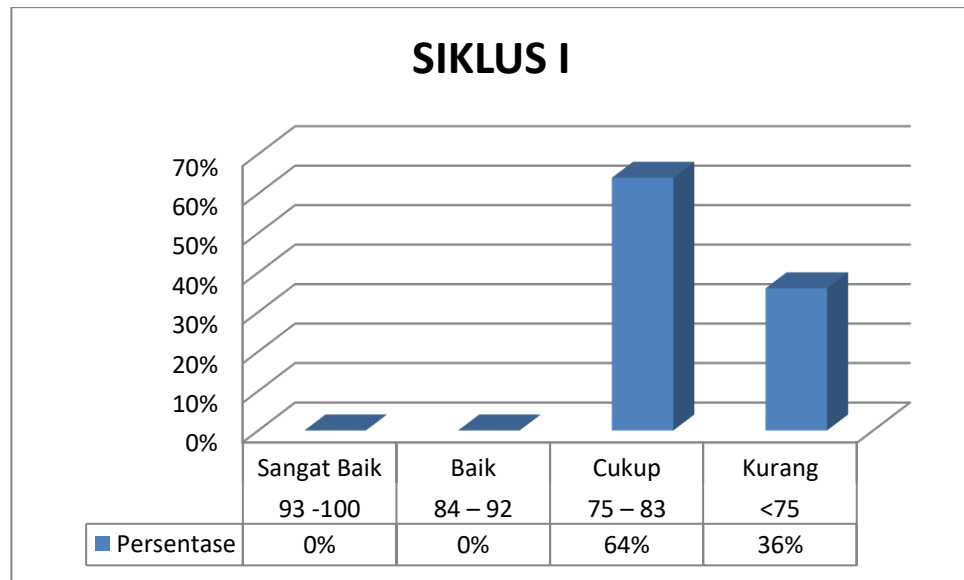
Tabel 4.3 Hasil siklus I kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 -100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	0	0%
3	75 – 83	Cukup	16	64%
4	<75	Kurang	9	36%
		<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Sumber : Data Hasil belajar siklus I

Berdasarkan tabel 4.3 tampak dari 25 subjek penelitian, terdapat 0 siswa dalam kategori baik sekali, 0 siswa dalam kategori baik, 16 siswa dalam kategori cukup dan 9 siswa dalam kategori kurang. kemampuan servis bawah bola voli

dengan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua pada siklus I dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus I berikut ini :



**Gambar 4.2** Diagram batang skor nilai persentase pada siklus I

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus I diatas, tampak bahwa dari 25 subjek penelitian, terdapat 0% siswa dalam kategori sangat baik, disusul kategori baik sebanyak 0% siswa, kategori cukup sebanyak 64% siswa, kategori kurang sebanyak 36% siswa.

Berdasarkan hasil belajar pada siklus pertama, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.4 Deskripsi ketuntasan belajar siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	9	36%
75 – 100	Tuntas	16	64%
Jumlah		25	100%

**Sumber :** Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus I

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa dari 25 subjek penelitian terdapat 16 siswa dengan persentase 64% sudah dalam kategori tuntas dan 9 siswa dengan persentase 36% dalam kategori tidak tuntas pada siklus I.

Adapun penyebab siswa tidak tuntas pada siklus I dikarenakan :

1. Masih ada siswa yang sering mengganggu temannya dan tidak memperhatikan pelajaran.
2. Dalam pelaksanaan pembelajaran, hanya sebagian siswa yang terlihat aktif sedangkan siswa yang lainnya terlihat pasif.
3. Masih ada siswa yang ragu – ragu dalam melakukan gerakan.

#### **4.1.3.1 Refleksi**

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi selama pelaksanaan siklus I, siswa belum mencapai indikator keberhasilan secara klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan revisi tindakan pada siklus II yaitu :

- a. Siswa belum memahami gerakan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target.

- b. Pelaksanaan pembelajaran belum maksimal, karena masih ada siswa yang tidak memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi yang belum dikuasai oleh beberapa siswa.
- c. Siswa masih ragu – ragu dalam melakukan gerakan dalam proses pembelajaran sehingga mengakibatkan gerakan yang dilakukan kurang maksimal. Oleh karena itu diharapkan dapat menjadi bahan perbaikan pada siklus II.

#### **4.1.4 Deskripsi siklus II**

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus II kemampuan servis bawah bola voli melalui penerapan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua dengan penerapan metode sasaran atau target, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

##### **4.1.4.1 Perencanaan**

Perencanaan pada siklus kedua sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

1. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua dengan metode sasaran atau target dengan melihat kekurangan-kekurangan yang terjadi pada siklus I.
2. Menyiapkan media pembelajaran dan sumber belajar.
3. Membuat tes penilaian kemampuan servis bawah bola voli berdasarkan materi yang diajarkan dengan menerapkan metode sasaran atau target.

4. Memperhatikan protokol kesehatan dan menyiapkan handsanitizer untuk siswa.

#### **4.1.4.2 Pelaksanaan**

Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus II berlangsung sebanyak dua pertemuan, dengan perincian yaitu dua kali pertemuan untuk proses pembelajaran dan diakhir pertemuan untuk tes kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target. Setiap pertemuan berlangsung 3 jam pelajaran. Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan tindakan meliputi kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir.

##### **1. Kegiatan awal**

Pada kegiatan awal dilaksanakan selama 15 menit dan dilakukan dalam kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siklus II, yaitu :1) Berbaris dilapangan, 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran, 3) Mengecek kehadiran siswa, 4) Menegur siswa yang belum berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan permainan yang digunakan dalam pembelajaran, 6) Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiaan inti, 7) Guru melakukan persepsi sebagai penilaian awal.

##### **2. Kegiatan inti**

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 85 menit, pada pertemun pertama guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi servis bawah. Guru memberikan motivasi pada anak didiknya. Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan servis bawah, metode berupa

sasaran atau target. Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli, net dan target atau sasaran yang terbuat dari kertas piramid. Adapun jalannya pembelajaran sebagai berikut : siswa melakukan servis bawah di bidang lapangan lalu menyeberangkan bola melewati net dan harus mengenai daerah sasaran yang telah ditentukan. Kemudian siswa di beri kesempatan 3 kali dan dilakukan secara bergantian servis bawah bola voli, dan harus mengenai target sehingga siswa dapat menghasilkan nilai-nilai yang baik pada saat melakukan tes pengukuran. Kemudian di pertemuan pertama siklus II, kita memodifikasi target atau sasaran dengan merubah bentuk sehingga terlihat menarik bagi siswa untuk melakukan servis bawah. Metode sasaran atau target di gunakan sebagai salah satu metode untuk meningkatkan kualitas servis bawah karena seseorang akan berusaha atau terfokus untuk mengenai daerah yang menjadi sasaran atau target agar mendapatkan poin dengan teknik yang baik dan benar. Jadi, metode sasaran atau target di atas bertujuan untuk meningkatkan kemampuan servis bawah siswa.

Pada pertemuan kedua guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi servis bawah. Guru memberikan motivasi pada anak didiknya. Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan servis bawah, metode berupa sasaran atau target. Kemudian guru menyiapkan alat pembelajaran seperti bola voli, net dan target atau sasaran yang terbuat dari kertas piramid. Adapun jalannya pembelajaran sebagai berikut : siswa melakukan servis bawah di bidang lapangan lalu menyeberangkan bola melewati net dan harus mengenai daerah sasaran yang telah ditentukan Kemudian siswa di beri kesempatan 3

kali dan dilakukan secara bergantian servis bawah bola voli, dan harus mengenai sasaran atau target. Kemudian diakhir kegiatan kita melakukan game untuk membuat siswa lebih antusias. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok dengan ketentuan tiap kelompok terdiri dari 3-4 siswa. Setiap kelompok diberikan kesempatan 1 orang dua kali untuk melakukan servis bawah bola voli dengan sasaran atau target yang telah ditentukan. Tiap kelompok dilombakan, kelompok yang paling banyak mendapatkan poin maka dia pemenangnya. Metode sasaran atau target digunakan sebagai salah satu media untuk meningkatkan kualitas servis bawah karena seseorang akan berusaha atau terfokus untuk mengenai daerah yang menjadi target agar mendapatkan poin dengan teknik yang baik dan benar.

### 3. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir dilaksanakan selama 20 menit, adapun kegiatan yang dilakukan adalah siswa dikumpulkan untuk diadakan evaluasi/koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan menggiring bola yang benar. Kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab, guru menyimpulkan materi bersama siswa serta mengemukakan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya. Selain itu guru melakukan refleksi kesalahan-kesalahan gerakan dalam proses pembelajaran.

#### **4.1.4.3 Observasi**

Berdasarkan hasil observasi pada siklus II (pertemuan 1 & 2), pada aktivitas guru menunjukkan bahwa kegiatan awal, guru memberikan persepsi sebagai dasar



penilaian awal, dan dilanjutkan dengan pemanasan secara umum disesuaikan dengan metode sasaran atau target yang akan dilakukan.

Hasil observasi selama proses pembelajaran berlangsung dalam mengikuti mata pelajaran penjaskes dengan materi *servis* bawah pada permainan bola voli melalui metode sasaran atau target yaitu tampak bahwa pada kegiatan awal siswa sudah bersungguh – sungguh melakukan pemanasan, kemudian saat masuk di pembelajaran inti semua siswa sudah aktif dalam proses pembelajaran dimana siswa tidak kesulitan dalam melakukan permainan, selain itu siswa juga tidak ragu – ragu dan sudah memahami gerakan servis bolavoli dengan metode sasaran atau target. Disamping itu siswa sudah memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi sudah dikuasai oleh siswa. Hal ini ditandai karena kurangnya siswa yang cenderung meminta dijelaskan ulang materi pembelajaran yang telah dijelaskan oleh guru dan siswa tidak bingung dalam melakukan servis bola voli melalui metode sasaran atau target.

Pada kegiatan akhir, dimana siswa sudah tampak baik dimana dalam mendengarkan penjelasan tentang materi dari guru, hal ini terlihat karena siswa sudah berlomba - lomba dalam mengangkat tangan ketika guru meminta siswa yang bisa memperagakan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah semua selesai, barulah siswa terlihat antusias dalam mendengarkan pesan – pesan dan motivasi dari guru serta memberikan penghargaan (*reward*) kepada siswa yang berprestasi.

### 1.1.4 Hasil Belajar Pada Siklus II

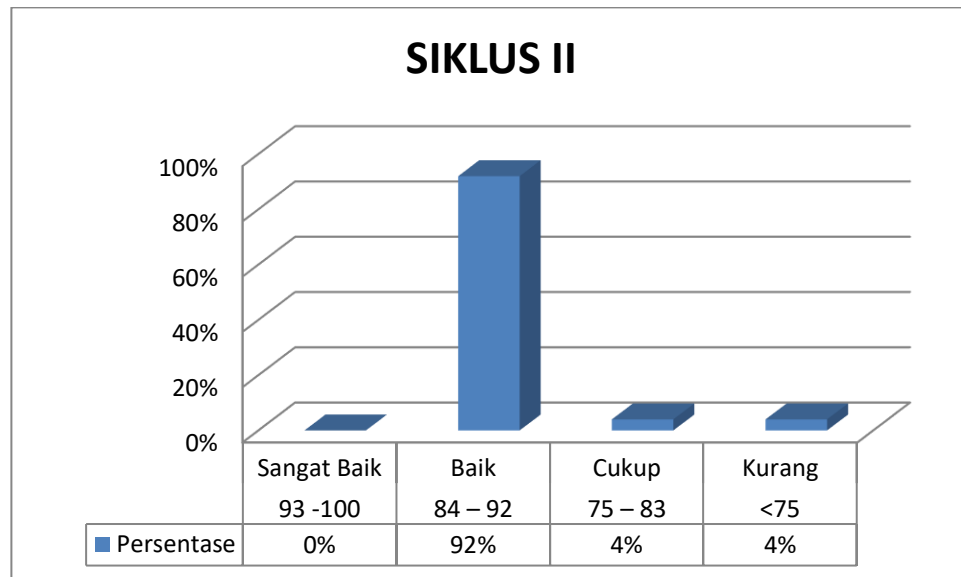
Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II adalah penyajian materi kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target sebanyak 2 kali pertemuan dan pada akhir pertemuan kedua atau pengambilan nilai aspek psikomotor, afektif, dan kognitif. Berdasarkan hasil kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Hasil siklus II kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 -100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	23	92%
3	75 – 83	Cukup	1	4%
4	<75	Kurang	1	4%
		<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Sumber : Data Hasil belajar siklus II

Berdasarkan tabel 4.5 tampak dari 25 subjek penelitian, terdapat 0 siswa dalam kategori sangat baik, 23 siswa dalam kategori baik, 1 siswa dalam kategori cukup, 1 siswa dalam kategori kurang. Kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua pada siklus II dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini:



**Gambar 4.3** Diagram batang skor nilai persentase pada siklus II

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus II diatas, tampak bahwa dari 25 subjek penelitian, terdapat 0% siswa dalam kategori sangat baik, disusul kategori baik sebanyak 92% siswa, kategori cukup sebanyak 4% siswa, kategori kurang sebanyak 4% siswa.

Berdasarkan hasil belajar pada siklus kedua, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	1	4%
75 – 100	Tuntas	24	96%
Jumlah		25	100%

**Sumber :** Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus II

Berdasarkan tabel dan diagram batang diatas, tampak bahwa dari 25 subjek penelitian terdapat 24 siswa dengan persentase 96% sudah dalam kategori tuntas dan 1 siswa dengan persentase 4% dalam kategori tidak tuntas pada siklus II.

#### **4.1.5.1 Refleksi**

Refleksi pada siklus II, sudah mencapai indikator keberhasilan secara klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan revisi tindakan pada siklus II yaitu :

- a. Siswa sudah memahami gerakan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target.
- b. Pelaksanaan pembelajaran sudah maksimal, karena siswa sudah memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi telah dikuasai oleh siswa.
- c. Siswa tidak ragu – ragu dalam melakukan gerakan dalam proses pembelajaran sehingga mengakibatkan gerakan yang dilakukan semaksimal mungkin.

#### **4.1.6 Perbandingan siklus I dan siklus II**

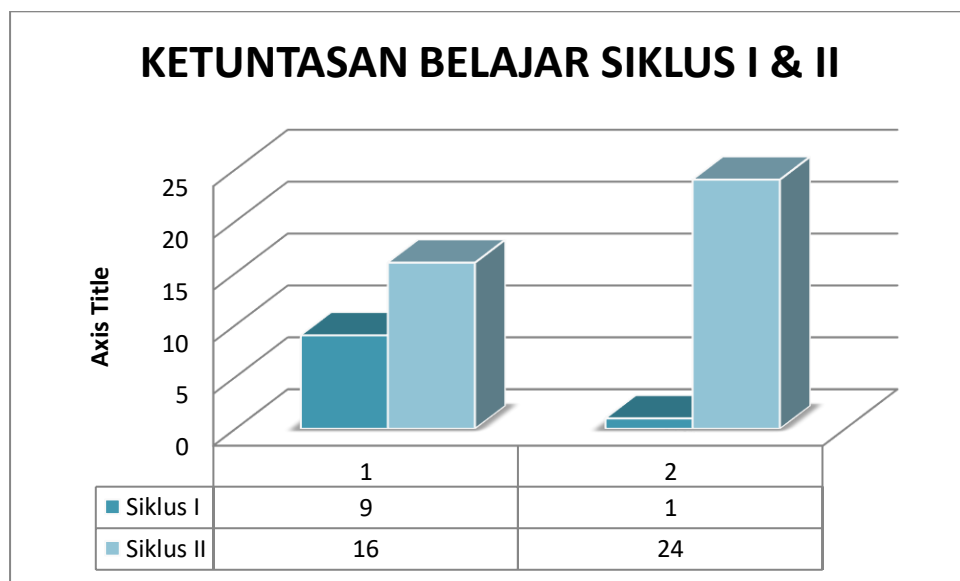
Peningkatan pada siklus I mencapai rata-rata sedangkan pada siklus II meningkat menjadi. Untuk lebih jelasnya mengenai hasil kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.7 Deskripsi ketuntasan belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Bua

No	Nilai	Siklus I			Siklus II	
		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 75,00	Tidak Tuntas	9	36	1	4
2	>75,00	Tuntas	16	64	24	96
Jumlah			13	100	13	100

**Sumber :** Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus I dan II

Untuk lebih jelasnya perbandingan distribusi frekuensi dan kategori ketuntasan kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua pada siklus I dan II dapat dilihat pada diagram berikut:



**Gambar 4.4** Diagram batang siklus I & II

Dari gambar diatas tampak bahwa dari 25 siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua yang menjadi subjek penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan metode sasaran atau target untuk kategori tuntas sebesar 64% pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 96% pada siklus II untuk kemampuan servis bawah bola voli.
2. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan metode sasaran atau target, untuk kategori tidak tuntas 36% pada siklus I, kemudian untuk kategori tidak tuntas 4% pada siklus II. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 88% dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori baik, sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus berikutnya.

#### **4.2 Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian pada dasarnya bahwa pelaksanaan kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target memberikan efek pada kemampuan servis bawah bola voli siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua yang seimbang dan merata, yaitu terjadi peningkatan pada siklus I ke siklus II. Hasil data awal siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua bahwa semuanya 7 siswa termasuk dalam kategori tuntas dengan presentase 28% dan 18 siswa dengan presentase 72% termasuk dalam kategori tidak tuntas pada saat sebelum penelitian. Pada siklus I, jumlah siswa yang termasuk dalam kategori tuntas adalah 16 siswa dengan presentase 64% dan 9 siswa dalam kategori tidak tuntas dengan presentase 36%. Pada siklus II,

siswa yang termasuk dalam kategori tuntas sebanyak 24 siswa dengan persentase 96% dan 1 siswa yang masuk dalam kategori tidak tuntas dengan persentase 4%.

Hasil dari peningkatan siklus I kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua belum sesuai yang diharapkan, hal ini disebabkan bahwa belum tercapainya indikator keberhasilan baik secara individu maupun secara klasikal yang telah ditetapkan dan banyaknya temuan-temuan/masalah yang peneliti dapatkan. Pada pertemuan kedua didalam proses pembelajaran sudah mulai berkurang dibandingkan dengan pertemuan pertama. Meskipun masih ada satu dua orang siswa yang belum bersungguh – sungguh dalam proses pembelajaran, sedangkan siswa yang lainnya sudah mulai aktif dan bersungguh – sungguh. Proses pembelajaran cukup interaktif, hal ini disebabkan karena sebagian siswa sudah banyak yang aktif mengajukan pertanyaan. Selain itu, siswa terlihat tenang pada saat guru memberikan materi dan motivasi.

Hasil dari peningkatan siklus II kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua sesuai yang diharapkan, hal ini dapat dilihat dari pencapaian indikator keberhasilan baik secara individu maupun secara klasikal yang telah ditetapkan. Perubahan dari segi sikap dan tingkah laku siswa merupakan salah satu target yang ingin dicapai dalam proses pembelajaran.

Hasil kemampuan menggiring bola pada siklus II, peningkatan hasil kemampuan servis bawah bola voli melalui metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua. Bila ditinjau dari persentase ketuntasan belajar

siswa pada siklus II , mencapai 96% dari jumlah frekuensi 25 siswa. Siswa sudah mencapai ketuntasan belajar dan tidak perlu dilanjutkan ketahap selanjutnya, sedangkan 1 siswa yang tidak tuntas di siklus II akan diberikan arahan–arahan dan motivasi serta perhatian yang lebih kepada siswa tersebut terkait metode sasaran atau target agar kemampuan servis bawah bola voli dapat dilakukan dengan baik sehingga ketuntasan belajar dapat terpenuhi. Berdasarkan hasil penelitian, dengan menerapkan metode sasaran atau target dapat meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan metode sasaran atau target dapat meningkatkan kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua. Hasil analisis data yang menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan kemampuan servis bawah bola voli dengan metode sasaran atau target pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua, dimana pada siklus I persentase kelulusan siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bua sebesar 64% dan meningkat pada siklus II dengan persentase kelulusan sebesar 96%.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Agar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih meningkatkan kualitas pembelajaran, terutama melalui penerapan metode sasaran atau target pada materi pelajaran bola voli yakni kemampuan servis bawah bola voli.
2. Agar pihak sekolah lebih memperhatikan kualitas sarana dan prasarana pendidikan jasmani, terutama sarana dan prasarana kemampuan servis bawah bola voli.

3. Agar para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah memperhatikan dan mengembangkan teknik penerapan metode sasaran atau target yang lebih efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amung, M dan Subroto, T. 2011. *Pendekatan Keterampilan Bola Voli*. Direktorat Jendral Olahraga Depdiknas. Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Dimasri, Slamet, Putu. 2015. “MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PENJASORKES) SISWA SDN 28 SENGGORO KECAMATAN BENGKALIS KABUPATEN BENGKALIS.”
- Faruq, Muhammad Muhyi. 2014. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*. Gramedia Widiasarana Indonesia. Jakarta.
- Hamalik, Oemar. 2012. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Haprabu, Erieck Satya. Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli Dengan menggunakan Media Bola Modifikasi Dan Permain Sederhana Pada Murid Kelas V SD Negeri Karawang Turi Wonogiri Tahun Ajaran 2016-2017. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, ISSN; 1411-8319 Vol. 17 No. 1 Tahun 2017.
- Komara, Endang. 2014. *Belajar dan Pembelajaran Interaktif*. Bandung : PT Refika Aditama
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjaskes*. Alfabeta. Bandung.
- Maryamah. 2012. Upaya Peningkatan Kemampuan Servis Bawah pada Permainan Bola Voli Mini dengan Menggunakan Model Pembelajaran secara Bertahap pada Siswa Kelas V SDN 1 Ngadiwarno Kecamatan Sukorejo Kabupaten Kendal. Unnes. Semarang.
- Mitchell, Oslin dan Griffin. 2013. *Konsep dan Keterampilan Mengajar Olahraga: Pendekatan Permainan Taktis*. Human Kinetics. Illinois.
- Slameto. 2013. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Suharno, HP. 2011. *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. IKIP. Yogyakarta.
- Uno, Hamzah. B. 2012. *Model Pembelajaran*. Jakarta \_\_\_\_:

- Wahyu, Vincentius Reza W. 2017. Pengaruh Latihan Membidik Target Terhadap Kemampuan Akurasi Smash Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMPN 2 Berbah Sleman. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Wiriatmadja,Rochiati.2010. *Metode Penelitian Tindakan Kelas*:Bandung : PT.Rosdakarya.
- Yusmar, Ali. 2017. Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Kampar. Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Universitas Riau Volume 1 Nomor 1.
- Wisahati, A. N dan Santosa, T. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Setiaji. Jakarta.