



Global Journal Sport

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs>

Volume 1, Nomor 3 November 2023

e-ISSN: 3031-3961

DOI.10.35458

PENINGKATAN KETERAMPILAN SERVIS BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLLI MELALUI METODE PENJELAJAHAN GERAK

Ardi Darmawansyah¹, Ardian²

UPT SPF SD INPRES TALLO TUA 2

Email: ardialmas93@gmail.com

Artikel info

Received; 02-03-2023

Revised;03-04-2023

Accepted;04-05-2023

Published,25-05-2023

Abstrak

Penelitian Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*) yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan servis bawah pada murid kelas VI SDN 61 Kampung Baru. Subjek penelitian ini adalah murid kelas VI SDN 61 Kampung Baru tahun pelajaran 2023/2024 semester ganjil sebanyak 34 orang murid. Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus, setiap siklus terdiri atas empat komponen yaitu: perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah evaluasi belajar murid, observasi dan dokumentasi. Menganalisis data dengan analisis deskriptif kualitatif. Hasil yang diperoleh dari analisis deskriptif kualitatif adalah sebagai berikut : (1) rata-rata hasil belajar murid pada siklus I sebesar 72,94 dan terjadi peningkatan pada siklus II yakni diperoleh rata-rata hasil belajar sebesar 81,76. (2) Ketuntasan hasil belajar murid meningkat sebesar 9 %, pada siklus I hanya 73 % murid tuntas sedangkan pada siklus II jumlah murid yang tuntas sebesar 82 %. (3) Hasil observasi murid diperoleh sebagian besar murid menunjukkan respon positif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa dengan penggunaan metode penjelajahan gerak dapat meningkatkan keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli pada murid kelas VI SDN 61 Kampung Baru.

Key words:

Metode Penjelajahan

Gerak, Keterampilan, Servis Bawah

artikel global teacher professionl dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada murid untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis.

Pendidikan jasmani berfungsi sebagai media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan pendidikan jasmani murid akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Berdasarkan penjelasan di atas maka pendidikan jasmani dapat didefinisikan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani, yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

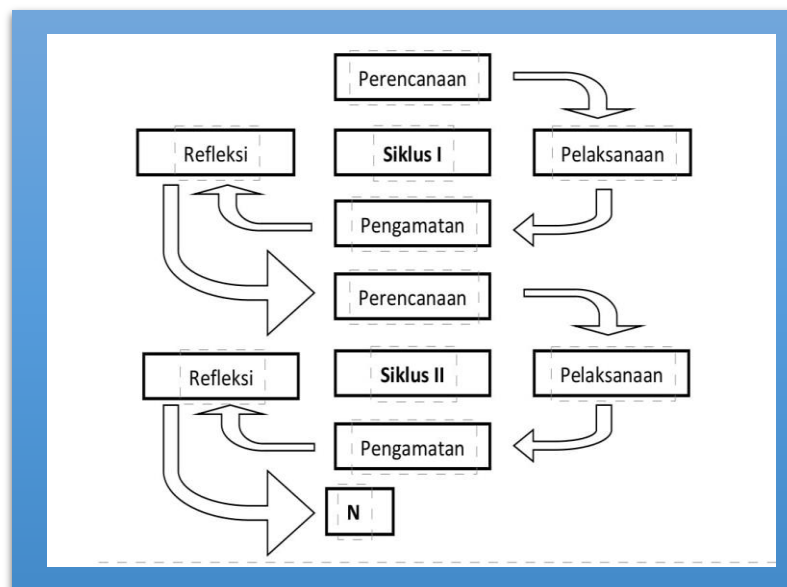
Pendidikan jasmani adalah salah satu komponen pendidikan yang wajib diajarkan di sekolah dan pentingnya pendidikan jasmani karena memiliki peran yang sangat strategis dalam pembentukan manusia seutuhnya, yang tidak hanya berdampak positif pada fisik melainkan juga dapat berdampak positif pada mental, intelektual, emosional maupun sosial seorang murid. Permainan bola voli merupakan salah satu bentuk cabang olahraga permainan regu yang telah digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, sebagai media gerak murid dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah khususnya di SDN 61 Kampung Baru permainan bola voli khususnya servis bawah telah diajarkan kepada murid dengan harapan agar murid mampu melakukan servis bawah dengan baik dan benar, namun pada kenyataannya dalam proses pembelajaran murid kurang terampil dalam melakukan gerak dasar servis bawah yang baik dan benar. Hal ini terbukti dengan pengamatan pada observasi awal khusus pada servis bawah, kurangnya murid yang mampu menyebrangkan bola melewati net diketahui dari 35 orang murid yakni hanya 5 orang atau 5 % yang mampu melakukan servis bawah dengan benar, 10 orang murid atau 10% termasuk katagori “kurang” dan 20 orang murid atau 20% termasuk katagori “cukup”

Menurut pengamatan penulis kemampuan servis bawah murid kelas VI SDN 61 Kampung Baru setiap aspek yang diamati yaitu sikap awal (Kaki dalam posisi melangkah dengan santai, berat badan terbagi dengan seimbang, posisi tangan dikepal dengan posisi bjuari lurus, Pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah, pegang bola didepan tubuh, pandangan ke arah bola), pelaksanaan gerakan (Ayunkan lengan ke belakang, pindahkan berat badan ke kaki belakang, ayunkan lengan ke depan, pindahkan berat badan ke kaki depan, pukul bola pada posisi setinggi pinggang, konsentrasi pada bola) dan gerak lanjutan (Teruskan pemindahan berat badan ke depan, jatuhkan lengan dengan perlahan, bergerak ke dalam lapangan) dari sekian jumlah murid memperoleh daya serap atau pencapaian kemampuan murid dalam melakukan servis bawah nilai rata-rata masih dalam kategori kurang, hal ini merupakan masalah dan

masih perlu untuk ditingkatkan. Guru menganggap bahwa salah satu penyebab tidak berhasilnya pelaksanaan pembelajaran dan tujuan pembelajaran dikarenakan beberapa hal yakni Sarana dan prasarana memadai akan tetapi strategi yang digunakan tidak sesuai dengan peningkatan kemampuan murid, Kurang menciptakan suasana belajar yang menarik dan menyenangkan Metode mengajar menjadi suatu hal yang patut diperhatikan oleh gurupendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan karena dengan baiknya metode mengajar yang diaplikasikan dalam setiap tindakan maka dapat menghasilkan hasil belajar murid yang baik pula.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan oleh peneliti ini menggunakan model pendekatan kualitatif dan bersifat deduktif.. Konsep penelitian model ini sebagai penelitian tindakan (*Action rearch*) yang dilakukan oleh guru yang sekaligus sebagai peneliti di kelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan dan merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu (kualitas) proses pembelajaran dikelasnya melalui suatu tindakan (treatment) tertentu dalam suatu siklus



Gambar 1 Skema Alur Penelitian Tindakan Kelas menurut Suharsimi (2010: 16)

Pada penelitian ini subjek yang digunakan oleh peneliti adalah siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri 61 Kampung Baru tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 34 orang siswa, yang terdiri dari 17 orang siswa laki-laki dan 17 orang siswa perempuan. Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Evaluasi Belajar Murid Evaluasi belajar ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan belajar siswa yang dilakukan dalam bentuk tes praktek, observasi Prosedur mengumpulkan data kegiatan guru dan murid melalui format observasi yang dilaksanakan selama proses pembelajaran. Kegiatan ini dibantu oleh guru kelas yang berfungsi sebagai observer atau pengamat dan Dokumentasi. Dokumentasi adalah data awal yang diperoleh dari guru kelas VI berupa data aktifitas kegiatan belajar murid. Prosedur yang dilakukan dalam pelaksanaan penelitian ini melalui metode eksperimen yakni direncanakan dua siklus setiap siklusnya terdapat empat tahap yakni, tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.

Gambaran umum yang dilakukan pada penelitian ini sebagai berikut :

Siklus pertama dan kedua dilaksanakan dalam dua kali pertemuan atau empat jam pelajaran dengan alokasi waktu 6 x35 menit.

Pratindakan atau perencanaan mencakup tentang membuat rencana pelaksanaan pembelajaran untuk setiap kali pertemuan. Mengembangkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam pembelajaran sesuai dengan materi yang akan diajarkan yaitu keterampilan servis bawah. Membuat lembar kerja murid (LKS) untuk masing-masing kelompok untuk melakukan pengamatan. Membuat lembar observasi untuk murid dan guru (peneliti) selama kegiatan proses pembelajaran berlangsung dan Membuat dan menyusun butir-butir soal atau alat evaluasi untuk tes tindakan pada siklus pertama. Kedua tahap pelaksanaan tindakan yaitu tahap mengimplementasikan rencana yang disusun oleh peneliti yang berkonsultasi pada guru kelas VI. Kegiatan yang dilakukan adalah peneliti adalah melaksanakan proses pembelajaran tentang tema makanan sehat dan bergizi dengan rencana pembelajaran yang telah disusun, menggunakan metode penjelajahan gerak dalam keterampilan servis bawah permainan bola voli, pemberian tes pada akhir siklus. Ketiga Tahap observasi, pada tahap ini dilakukan observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi tentang kehadiran dan keaktifan murid yang telah dibuat. Serta melaksanakan evaluasi pada akhir siklus, untuk mengetahui hasil belajar murid yang diperoleh pada siklus pertama. Keempat tahap refleksi dimana hasil yang diperoleh pada tahap observasi dikumpulkan dan dianalisis pada tahap ini. Dari hasil tersebut akan dikemukakan refleksi terhadap kegiatan tindakan yang telah dilakukan. Refleksi yang dimaksudkan adalah pengkajian terhadap keberhasilan atau kegagalan pencapaian tujuan sementara untuk menentukan tindakan pada siklus berikutnya dalam rangka pencapaian tujuan akhir. Untuk itu, refleksi dalam penelitian ini akan dilakukan setiap akhir tindakan dan setiap akhir siklus. Hasil refleksi pada siklus pertama menjadi bahan tindakan untuk siklus berikutnya hingga kelemahan yang dilakukan berkurang atau pelaksanaan menjadi lebih baik

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dari hasil tindakan pembelajaran servis bawah menggunakan metode penjelajahan gerak siklus 1, maka murid yang memperoleh hasil tes menunjukkan pada tahap siklus I nilai rata – rata murid 72,94 dengan persentase ketuntasan belajar 73 % dengan persentase keberhasilan tiap nilai. Kemudian pada siklus II hasil tindakan pembelajaran keterampilan servis bawah pada permainan bola voli menggunakan metode penjelajahan gerak maka, murid yang memperoleh hasil tes menunjukkan pada tahap siklus II nilai rata – rata murid 81,76 dengan persentase ketuntasan belajar 82 % dengan persentase keberhasilan tiap nilai pada masing masing tabel.

Pembahasan

Setelah dilakukan kegiatan pendahuluan guru melaksanakan kegiatan inti yang sesuai dengan rencana pembelajaran pada siklus I sesuai dengan langkah – langkah pembelajaran servis bawah menggunakan metode penjelajahan gerak. Pembelajaran ini di ikuti oleh 34 murid. Pada kegiatan inti ini, belum terlihat hasil yang memuaskan pada murid kelas VI. Berdasarkan siklus I maka diperoleh persentase ketercapaian pelaksanaan pembelajaran sebesar 73 % dengan hasil nilai rata-rata murid adalah 72,94, dengan melihat hasil dari siklus I maka perlu adanya perbaikan pada siklus II. Dari hasil evaluasi pada pelaksanaan tindakan siklus I menunjukkan bahwa dua indikator keberhasilan dari keterampilan servis bawah dengan menggunakan metode penjelajahan gerak yang telah ditetapkan belum tercapai sepenuhnya. Hal ini berarti penelitian atau pelaksanaan tindakan siklus I masih dilanjutkan pada siklus II.

Berdasarkan hasil observasi, evaluasi dan refleksi pada pelaksanaan tindakan siklus I, peneliti dan guru merencanakan tindakan siklus II dengan harapan kekurangan-kekurangan atau

kelemahan-kelemahan pada siklus I dapat diminimalkan. Hal-hal yang dilakukan dalam rangka memperbaiki kekurangan-kekurangan pada siklus I adalah pertama hanya sebagian murid yang menjawab salam dan berdoa kemudian hanya sebagian murid menyimak materi yang disampaikan guru, hanya sebagian murid memperhatikan gambar yang ditampilkan, hanya sebagian murid yang mampu melakukan servis bawah, passing atas dan passing bawah, hanya sebagian murid menyimak pesan moral, serta hanya sebagian murid berdoa dan mengucapkan salam penutup.

Berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan tindakan siklus II diperoleh persentase ketercapaian pelaksanaan pembelajaran sebesar 82 %. Artinya semua komponen dalam rencana pembelajaran sudah terlaksana dengan maksimal serta dikatakan sempurna karena sudah minim murid yang kesulitan dalam melakukan servis bawah.

Hasil tes menunjukkan bahwa kemampuan murid dalam melakukan servis bawah pada siklus I yaitu nilai rata-rata murid dalam kelas adalah 72,94 dengan ketuntasan belajar sebesar 73 %, ini mengalami peningkatan yang signifikan pada siklus II yaitu nilai rata-rata murid di kelas adalah 81,76 dan nilai ketuntasan adalah 82 %. Hal ini berkat perbaikan yang dilakukan setelah melihat temuan pada pelaksanaan siklus I yaitu melihat kelemahan-kelemahan yang ditemukan pada siklus I maka pada pelaksanaan siklus II peneliti mencoba mencari solusi perbaikan dan meminimalisir kelemahan pada siklus I sehingga di peroleh hasil yang sangat memuaskan yaitu meningkatnya keterampilan servis bawah dalam permainan voli dengan menggunakan metode penjelajahan gerak. Kegiatan refleksi yang dilakukan antara peneliti dan guru pada tindakan siklus II ternyata hasil pembelajaran telah menunjukkan hasil yang menggembirakan baik bagi guru wali kelas maupun bagi peneliti tidak menemukan kendala maka dengan hasil tersebut penelitian di hentikan artinya penelitian hanya sampai siklus II. Berdasarkan hasil observasi perencanaan, pelaksanaan, evaluasi serta refleksi, maka disimpulkan bahwa penelitian ini telah berhasil yaitu dengan tercapainya indikator pada judul penelitian ini "Peningkatan keterampilan Servis Bawah dengan Menggunakan Metode Penjelajahan Gerak."

PENUTUP

Dari penjelasan yang telah dijelaskan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan peningkatan kemampuan servis bawah melalui metode penjelajahan gerak pada kelas VI SDN 61 Kampung Baru bisa memudahkan anak untuk melakukan servis bawah karena dengan metode tersebut anak-anak bisa tertarik dalam proses pembelajaran, ketertarikan anak itulah yang bisa memunculkan, menumbuhkan, dan meningkatkan motivasi belajar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, 2009. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Erapustaka.
- Arikunto. Suharsini, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Beutelstahl, 2009. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya Depdiknas,
2002. *Buku IV pedoman tenis meja pedoman voli mini pedoman tenis mini pedoman senam pedoman sepak takraw*. Jakarta; Dirjendikdasmen Dirdik TKSD.
- Dirjen. Dikdasmen Direktorat Tenaga Pendidikan Suryosubroto, 1997. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*, Penerbit: Rineka Cipta.
- Djumhadi, 2008. *Olahraga Bola*. Klaten: CV Sahabat.
- Dwisarjiyanto, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Jurnal Bahasa dan Seni Volume 10 Nomor 2. 2009*
- Jurnal IPTEK Olahraga Volume 4, Nomor 3. 2002*. Jakarta; Pusat Pengkajian dan Pengembangan IPTEK Olahraga Dirjen Olahraga Depdiknas
- Jurnal Pengembangan Fisik Motorik. Fib. UNY.*
- Kunandar, 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mile, 2010. *Bahan Ajar Permainan Bola Voli*. Gorontalo : UNG Press.
- Mukholid, 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA Kelas X*. Bogor: Yudhistira.
- Munasifah, 2008. *Bermain Bola Voli*. Semarang: CV Aneka Ilmu.
- Raga PBVSI, 2000. *Peraturan Permainan Bola Voli Internasional*. Diterjemahkan dan disusun kembali oleh Dewan dan Perwasitan PP. PBVSI, disahkan oleh Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia.
- Sarono, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang
- Sumiati.Dra dan M.Ed. Asra, 2009. *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV WacanaPrima.
- Suryosubroto, 1997. *Interaksi Belajar Mengajar*. Jakarta: Depdiknas.

Sutono, 2010. *Olahraga Permainan Bola Besar*. Semarang: PT Bengawan Ilmu. Sutrisno, 2009. *Pemain Voli Yang Berpestasi*. Jakarta Barat: PT Musi Perkasa Utama.