



Global Journal Sport

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

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

DOI.10.35458

MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI MELALUI METODE DEMONSTRASI

Muh. Faisal Nur

PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: mfaisalnur1@gmail.com

Artikel info

Received: 02-03-2023

Revised: 03-04-2023

Accepted: 04-05-2023

Published, 25-05-2023

Abstrak

Penelitian ini dilandasi oleh ketimpangan yang ditemui di kelas X MIPA 4 terhadap kecakapan bermain voli sebagai salah satu materi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang belum meningkat secara optimal. Rata-rata siswa belum menguasai teknik permainan sehingga kurang terampil bermain bola voli. Tujuan penelitian ini berfokus untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli melalui metode demonstrasi. Subjek penelitian yakni siswa di kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng sebanyak 32 orang. Metode demonstrasi merupakan metode pembelajaran yang diterapkan untuk meningkatkan kecakapan permainan boli voli siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menyajikan objek pelajaran dan memperlihatkan suatu proses berurutan secara langsung. Penelitian tindak kelas dalam penelitian ini, dilaksanakan dengan dua siklus. Teknik pengambilan data yang digunakan yakni pemberian tes dan observasi. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa sejumlah 13 siswa tuntas melaksanakan pembelajaran pada pra siklus. Setelah diterapkan metode demonstrasi pada siklus I, jumlah siswa yang tuntas belajar meningkat menjadi 23 siswa. Pada siklus II kembali mengalami peningkatan dengan penambahan 4 orang siswa, sehingga memperoleh total sebanyak 27 siswa. Berdasarkan hasil studi, disimpulkan bahwa metode demonstrasi dengan kondisi 4x pertemuan, berdampak positif terhadap peningkatan pembelajaran PJOK pada permainan bola voli. Hal tersebut membuktikan metode demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli siswa di kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng.

Key words:

PJOK; Bola Voli; Metode

Demonstrasi

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



PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri

yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di satuan pendidikan nonformal penyelenggara pendidikan kesetaraan memiliki peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Tujuannya untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah berambang terhadap diabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta life skill. Penerbitan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Salah satu materi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan pada siswa SMA adalah Permainan Bola Voli. Permainan bola voli yakni permainan alam bidang olahraga yang dimainkan oleh dua grup atau kelompok secara berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain.

Berdasarkan hasil pengamatan, terdapat banyak siswa di kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng yang belum paham dengan pembelajaran PJOK sehingga kurang antusias mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah. Dorongan antusias siswa dibutuhkan dalam pembelajaran PJOK agar aktivitas psikomotorik terlaksana dengan optimal, dan menambah semangat dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Sesuai dengan pemaparan Fajar (2014) bahwa dorongan belajar dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK sangatlah dibutuhkan oleh siswa agar aktivitas psikomotorik berjalan secara maksimal. Kenyataan yang diperoleh di lapangan, siswa yang tidak bergairah dalam proses pembelajaran PJOK, berdampak pada sangat kurang optimalnya keterampilan yang dimiliki siswa dalam permainan bola voli.

Menanggapi kesenjangan tersebut, guru di SMA Negeri 2 Soppeng menerapkan sebuah metode pembelajaran yang dapat meningkatkan kecakapan siswa di kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng dalam permainan bola voli. Metode belajar tersebut ialah metode demonstrasi. Metode demonstrasi adalah metode mengajar yang menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan secara langsung objeknya atau caranya melakukan sesuatu untuk mempertunjukkan proses tertentu. Demonstrasi dapat digunakan pada semua mata pelajaran (Dimyati & Mudjiono, 2006).

Berdasarkan masalah yang telah dijelaskan di atas dan dengan solusi yang ada, maka peneliti ingin melakukan kajian lebih dalam dengan mengambil judul: "Menigkatkan Keterampilan Bermain Bola Voli Melalui Metode Demostrasi pada Siswa Kelas X MIPA 4 di SMA Negeri 2 Soppeng Tahun Ajaran 2022/2023".

METODE PENELITIAN

Penelitian tindak kelas digunakan dalam penelitian ini. Penelitian tindakan kelas atau PTK ialah kajian yang tidak hanya bertujuan menjelaskan sebuah fenomena, melainkan tindakan yang dilakukan untuk memperoleh perubahan atau perbaikan pembelajaran di kelas (Arikunto, Suhardjono, & Supandi, 2017). Subjek penelitian adalah siswa kelas X MIPA 4 yang berjumlah 32 orang. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Soppeng Tahun Ajaran 2022/2023.

Penelitian tindak kelas dalam Pendidikan Jasmani dan Kpelatihan Olahraga merupakan suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru/calon guru pendidikan jasmani maupun pelatih/calon pelatih olahraga dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukannya, serta memperbaiki kondisi di mana praktek-praktek pembelajaran pendidikan jasmani/kepelatihan olahraga tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi untuk setiap siklusnya (Kristiyanto, 2010). Praktek penelitian tindakan kelas adalah tindakan yang bermakna melalui prosedur penelitian yang mencakup empat langkah yaitu merumuskan masalah dan merencanakan tindakan (planning), melaksanakan tindakan (*acting*) dan pengamatan (*observing*), merefleksikan (*reflecting*) hasil pengamatan, serta perbaikan atau perubahan perencanaan (*replanning*) untuk pengembangan tingkat keberhasilan (Susilo, 2007).

Metode demonstrasi yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah metode mengajar yang menyajikan bahan pelajaran dengan mempertunjukkan secara langsung objeknya atau caranya melakukan sesuatu untuk mempertunjukkan proses tertentu. Demonstrasi dapat digunakan pada semua mata pelajaran. Bentuk penelitian adalah penelitian tindakan kelas, menurut Igak Wardhani (2007). Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini terdiri atas tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil belajar servis bawah permainan bola voli, dan observasi yang dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang penerapan metode demonstrasi untuk meningkatkan keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli (Kristiyanto, 2010).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebanyak 32 orang kelas X MIPA 4 di SMA Negeri 2 Soppeng terlibat dalam penelitian tindakan kelas ini. Dua siklus diadakan dalam penelitian tindak kelas ini. Peneliti mulai melaksanakan kegiatan penelitian yang pertama pada tanggal 28 Februari 2023 dengan mengadakan pembelajaran keterampilan permainan bola voli dengan metode yang biasa dilakukan yaitu metode konvensional (ceramah kemudian praktek). Kegiatan pra siklus ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan awal yang dimiliki oleh siswa dalam keterampilan Permainan Bola Voli sebelum di terapkan metode demonstrasi.

Kegiatan observasi awal kemudian dilakukan yang bertujuan untuk mengetahui kondisi dalam kelas dan kecakapan siswa dalam permainan bola voli. Hasil tindakan pra siklus serta pengamatan langsung dalam kegiatan pembelajaran menunjukkan bahwa rata-rata siswa masih belum menguasai permainan bola voli terutama dalam segi teknik. Hal ini didukung

dengan perolehan nilai yang dicapai siswa dalam melakukan permainan bola voli pada kegiatan pra siklus yang belum mencapai standar KKM yang telah ditentukan oleh sekolah yaitu skor 80 untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Berdasarkan hasil analisis dari kegiatan pra siklus di atas, maka diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran yang bersifat konvensional dengan menggunakan ceramah kemudian praktik kurang mampu meningkatkan keterampilan siswa pada materi permainan bola voli . Pada pra siklus ini jumlah siswa yang nilainya mencapai KKM hanya 13 siswa.

Pada siklus I selama kegiatan pembelajaran berlangsung, peneliti bertindak sebagai observer yang bertugas mengamati kegiatan pembelajaran dengan mengisi lembar observasi yang telah disusun sebelum melaksanakan kegiatan penelitian. Hal ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan siswa dalam keterampilan Permainan Bola Voli pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Pada kegiatan belajar mengajar ini guru menggunakan metode demonstrasi untuk membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan Permainan Bola Voli . Penilaian kegiatan pembelajaran keterampilan Permainan Bola Voli ini terbagi dalam 3 komponen, yaitu (1) siswa mampu menggunakan keterampilan pola pertahanan dan penyerangan dalam bermain bola voli; (2) siswa mampu mengimplementasikan peraturan pertandingan dan perwasitan; (3) serta siswa mampu mengaplikasikan nilai kerjasama kelompok, pantang menyerah dan *fair play*.

Berasas hasil dari refleksi siklus I diperoleh bahwa meskipun masih terdapat beberapa kesulitan yang dihadapi oleh siswa dalam keterampilan permainan bola voli, akan tetapi penerapan metode demonstrasi pada siklus I ini berjalan dengan cukup baik. Hal ini terlihat pada antusiasme yang ditunjukkan oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dengan menggunakan metode demonstrasi pembelajaran keterampilan bermain bola voli dapat kondusif. Jumlah siswa yang tuntas belajar mencapai 23 orang siswa.

Pada hasil nalysis pengamatan siklus II, pembelajaran keterampilan permainan bola voli dengan metode demonstrasi meningkat kondusifitas proses belajar. Penerapan metode demonstrasi banyak menuntut peran aktif siswa baik dalam kelompok maupun yang bersifat individu. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai siswa yang mengalami peningkatan dimulai dari pelaksanaan pra siklus sampai pada siklus II, pada siklus II ini jumlah siswa yang tuntas belajar mencapai 27 siswa.

Pembahasan

Pada proses pelaksanaan siklus ke I, siswa diminta untuk melakukan Permainan Bola Voli dengan metode demonstrasi. Metode demonstrasi yang diterapkan siswa mampu meningkatkan keterampilan permainan bola voli dengan kriteria sesuai indikator seperti di jelaskan sebelumnya. Berlandaskan analisis, diperoleh hasil nilai dan wawancara pada siklus I yaitu pembelajaran keterampilan permainan bola voli dengan metode demonstrasi berjalan dengan kondusif. Jumlah siswa yang mendapat nilai di atas KKM pada siklus I adalah 23 siswa.

Pada siklus ke II terdiri dari kegiatan perencanaan, pengamatan, dan refleksi tindakan. Berdasarkan pelaksanaan metode demonstrasi pada siklus ini, didapatkan hasil dari metode penelitian yang telah dilaksanakan yakni menunjukkan peningkatan kondusifitas belajar dengan metode demonstrasi pada materi Permainan Bola Voli mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng Tahun Ajaran 2022/2023. Pada siklus II jumlah siswa yang mendapat nilai di atas KKM sebanyak 27 siswa.

Peneliti dapat menyimpulkan bahwa pemberian tindakan berupa pengaplikasian metode demonstrasi saat pembelajaran dapat meningkatkan keterampilan bermain bola voli siswa kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng. Hasil yang diperoleh signifikan berdasarkan

analisis data kuantitatif, sehingga penelitian dihentikan hingga siklus II. Penerapan metode demonstrasi membantu siswa tanggap memahami materi belajar yang berdampak positif terhadap peningkatan keterampilan bermoinvoli. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Djamara (2000) bahwa metode demonstrasi membantu siswa dalam memahami dengan jelas suatu proses pembelajaran, memberikan kemudahan tersampaikannya penjelasan, kesalahan dari kegiatan ceramah dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh konkret dengan menghadirkan objek sebenarnya.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 2 Soppeng yaitu terdapat peningkatan keterampilan siswa kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng dalam melakukan permainan bola voli. Pada pra siklus jumlah siswa yang tuntas belajar mencapai 13 siswa, Kemudian meningkat pada siklus I sebanyak 23 siswa, seta pada siklus 2 memproleh sebesar 27 siswa. Maka penelitian dengan judul “Meningkatkan Keterampilan Bermain Bola Voli Melalui Metode Demonstrasi pada Siswa Kelas X MIPA 4 SMA Negeri 2 Soppeng Tahun Ajaran 2022/2023” dinyatakan telah mencapai indikator keberhasilan penelitian. Proses dan jangka waktu yang tidak pendek, metode demonstrasi tersebut berdampak positif bagi siswa kelas X MIPA 4.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., Suhardjono., & Supandi. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas Edisi Revisi* Jakarta: PT Bumi Aksara
- Dimyati., & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineke Cipta.
- Fajar, M. (2014). Peranan Intelegensi terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motorik Peserta Didik dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Multilateral*, 16 (1), 58–66. dari <http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3664>.
- Kristiyanto, A (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, Sistem Pendidikan Nasional.
- Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, Standar Nasional Pendidikan
- Wardani, I.G.A.K. (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka KTSP SD/MI 2011