



Global Journal Sport Science

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

Volume 1, Nomor 1 Januari 2023

e-ISSN: XXXX-XXXX

DOI.10.35458

Peningkatan Kemampuan *Smash* Bolavoli dengan Metode *Target Game* pada Siswa Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng

Annisa¹, Juhanis², Haeruddin³

Program Studi Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Sains Global Indonesia

annisaeskiu12@gmail.com¹, juhanis@unm.com², haeruddinpay@gmail.com³

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng. Desain penelitian ini menggunakan model Kurt Lewin dalam 2 siklus dan di setiap siklus terdapat 2 pertemuan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan & observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng yang berjumlah 28 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* peserta didik kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I kategori tuntas 11 siswa atau 39% dan kategori tidak tuntas 17 siswa atau 61%. Sedangkan pada siklus II diperoleh hasil ketuntasan pada siswa yaitu kategori tuntas 26 siswa atau 93% sedangkan kategori tidak tuntas pada siklus II adalah 2 siswa atau 7% jadi dapat disimpulkan bahwa hasil dari siklus II terjadi peningkatan 93% dari siklus I.

Kata Kunci: Kemampuan *Smash*, Bolavoli, *Target game*.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Kosasih, 1993: 2). Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal (Kosasih, 1993: 3). Permainan bolavoli merupakan salah satu materi yang terdapat dalam kurikulum mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Permainan bolavoli kini telah mengalami perkembangan yang cukup pesat. Hal ini ditandai dengan banyaknya kejuaraan yang telah digelar, baik tingkat nasional maupun internasional. Semua lapisan masyarakat, mulai dari usia anak-

anak hingga dewasa, baik pria maupun wanita telah mengenal permainan bolavoli.

Beberapa penelitian terdahulu menjelaskan mengenai permainan bolavoli yang khusus membahas tentang teknik *smash*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Prof. Budi Santoso (2017) yang berjudul variasi strategi dalam *smash* study komparatif tim putra dan putri yang di mana membandingkan variasi strategi dalam melaksanakan *smash* antara putra dan putri, Adapun yang membedakan dengan penelitian lain yaitu focus pada perbandingan gender dalam konteks taktik serangan. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Dr. Adi Nugroho yang berjudul respon psikofisiologis saat melakukan *smash* bolavoli (2020), penelitian ini membahas respon psikofisiologis saat melaksanakan *smash* dengan mengukur kadar karistol dan detak jantung. Dibedakan oleh focus pada aspek fisiologis dan psikologis dari teknik tersebut. Adapun pada penelitian yang saya lakukan yaitu peningkatan kemampuan keterampilan *smash* bolavoli dengan metode *target game*, yang di dalamnya diutarakan mengenai pengaruh metode *target game* terhadap keterampilan *smash* yang dimiliki siswa. Pembeda penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah focus pada keterampilan dan metode yang digunakan.

Dalam pembelajaran di sekolah masih banyak peserta didik yang belum bisa menguasai teknik *smash* karena disebabkan kurangnya pemahaman dan intensitas tatap muka yang terbatas. Sering kali peserta didik dalam melakukan *smash* bola tidak mampu menyebrang dari net, dan bola tidak tepat sasaran pada daerah permainan bolavoli atau keluar dari lapangan permainan bolavoli. Hal tersebut di karenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target. Dari hasil pengamatan peneliti bahwa SMA Negeri 3 Bantaeng memiliki sarana dan prasarana olahraga yang cukup baik, khususnya untuk sarana permainan bolavoli.

Dalam permainan bolavoli siswa masih banyak mengalami kendala saat melakukan teknik *smash*. Permasalahan yang muncul pada saat kegiatan pembelajaran bolavoli di SMA Negeri 3 Bantaeng adalah pada saat latihan *smash*, masih ada banyak siswa yang memiliki kemampuan *smash* kurang baik dan sebagian siswa lainnya memiliki kemampuan *smash* yang baik. Sering kali siswa dalam *smash* bola tidak mampu menyebrang dari net, dan bola tidak tepat sasaran pada daerah permainan bolavoli atau keluar dari lapangan permainan bolavoli. Hal tersebut di karenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target. Mengingat bahwa dalam pembelajaran bolavoli di SMA Negeri 3 Bantaeng hanya diberikan teknik dasar saja dan tidak ada program latihan komponen-komponen fisik, sehingga menyebabkan kurangnya keterampilan khususnya *smash* dalam bolavoli pada peserta didik di SMA Negeri 3 Bantaeng tersebut maka perlu ditelusuri faktor penyebabnya, apakah karena dipengaruhi oleh perkenaan tangan dengan bola belum tepat atau disebabkan faktor lainnya.

Dalam hal ini penulis tertarik untuk menerapkan salah satu jenis permainan, yaitu dengan menggunakan metode permainan target (*target game*). Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa permainan target (*target game*) adalah permainan di mana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin banyak pukulan mengenai sasaran semakin baik. Permainan target tersebut dianggap cocok untuk meningkatkan ketepatan dengan asumsi bahwa karakteristik permainan target (*target game*) dan ketepatan hampir sama yaitu mempunyai arah menuju sasaran dengan tepat. Namun permainan target tersebut dilakukan secara kontinu dan berulang-ulang pada saat proses pembelajaran berlangsung. Oleh sebab itu, penulis ingin menguji dan membuktikan dengan penelitian yang berjudul

“Peningkatan kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* pada siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng”.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* menggunakan dua siklus atau sama dengan empat kali pertemuan, dengan alasan karena materi yang ditingkatkan kemampuan dan keterampilan maka memerlukan waktu yang cukup untuk mencapai hasil yang optimal dan apabila dipandang masih kurang bisa dilanjutkan pada siklus berikutnya.

Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas atau luar kelas secara bersama (Suharsimi Arikunto, 2008: 3). Tindakan tersebut diberikan oleh guru (peneliti) secara berkolaborasi dengan guru penjas sekolahan yang lain dengan arahan dari guru (peneliti) permasalahan yang dilakukan siswa untuk memperoleh tindakan dalam upaya peningkatan kemampuan *smash* dengan metode *target game*

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Bantaeng, Kecamatan Nipa-nipa, Kabupaten Bantaeng, Provinsi Sulawesi Selatan. Adapun waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada saat kegiatan pembelajaran. Penelitian direncanakan pada bulan Agustus dan dilaksanakan 2x dalam sepekan, yang berlangsung selama 2 pekan, yaitu kurang lebih 3 jam dalam sekali pertemuannya, dilakukan di lapangan bolavoli SMA Negeri 3 Bantaeng. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPS 2 yang berjumlah 29 orang, di mana siswa laki-laki sebanyak 22 orang dan siswa perempuan sebanyak 7 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes pukulan *smash*, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan untuk mengolah data digunakan teknik analisis data dengan menggunakan penilaian kognitif dan psikomotor.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan di mana pada data sebelum yaitu dinyatakan bahwa persentase ketuntasan hasil tes kemampuan *smash* siswa adalah 29% tuntas dari jumlah frekuensi 8 dan 71% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 20. Sedangkan pada siklus I menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar *smash* melalui metode *target game* siswa pada siklus pertama adalah 39% yang tuntas dari jumlah frekuensi 11 dan 61% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 17, dan pada siklus II menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa pada siklus II 93% tuntas dari jumlah frekuensi 26 siswa dan 7% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 2 siswa.

a) Hasil Penelitian pada Siklus I

Kegiatan yang dilakukan pada siklus I adalah penyajian materi *smash* melalui metode *target game* sebanyak 1 kali pertemuan materi pembelajaran dan untuk pertemuan kedua yaitu penilaian, pengambilan hasil tes kognitif, dan psikomotor. Berdasarkan hasil penelitian siklus I, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

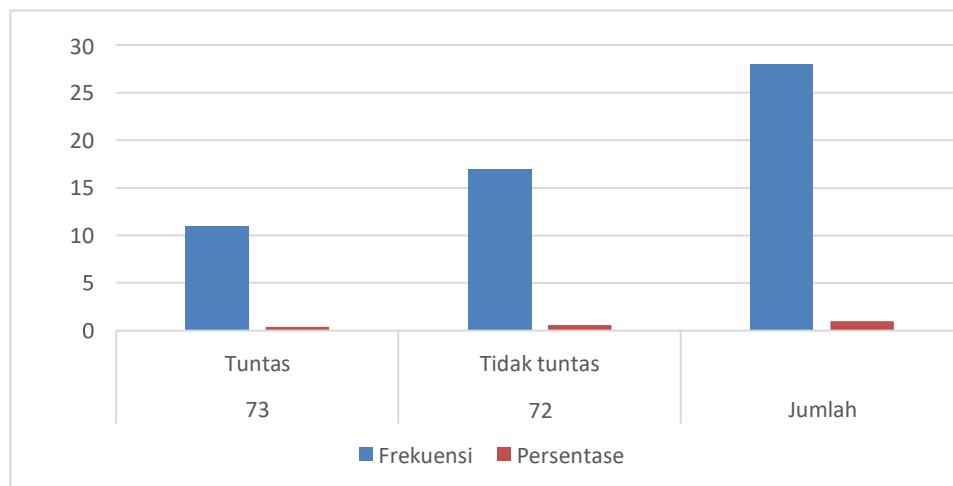
Tabel 4.2. Deskripsi ketuntasan hasil Tes kemampuan Siswa

| KKM | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|-----------|--------------|-----------|------------|
| ≥ 73 | Tuntas | 11 | 39% |
| ≤ 72 | Tidak tuntas | 17 | 61% |
| | Jumlah | 28 | 100% |

Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng.

Sumber: Analisis data hasil belajar siswa siklus I

Pada tabel di atas menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar *smash* melalui metode *target game* siswa pada siklus pertama adalah 39% yang tuntas dari jumlah frekuensi 11 dan 61% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 17. Jadi hasil belajar *smash* siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng dengan melalui Metode *target game* pada siswa mencapai persentase yang tuntas 39% dan yang tidak tuntas 61% dapat dilihat diagram batang skor nilai persentase pada siklus I berikut ini :



Gambar 4.2. Diagram batang skor nilai persentase siklus I

Berdasarkan diagram batang di atas skor nilai persentase pada siklus I, tampak bahwa 28 sampel penelitian, terdapat 61% siswa yang tidak tuntas dengan frekuensi 17 dan 39% siswa yang tuntas dengan frekuensi 11.

b) Hasil Penelitian pada Siklus II

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II adalah penyajian materi *smash* pada permainan bolavoli melalui metode *target game* sebanyak 2 kali pertemuan dan di pertemuan kedua pengambilan hasil tes yang dinilai mulai dari ranah kognitif, dan psikomotor. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus II dapat dilihat persentase ketuntasan hasil belajar kemampuan *smash* bolavoli siswa kelas XI IPS 2 SMA Negeri 3 Bantaeng di bawah ini.

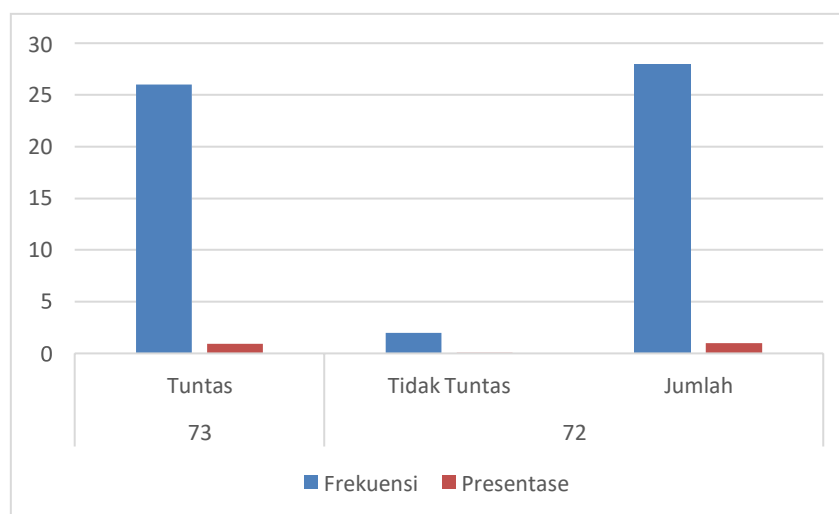
Tabel 4.3. Deskripsi ketuntasan hasil belajar siswa kelas XI IPS 2
SMA Negeri 3 Bantaeng

| KKM | Kriteria | Frekuensi | Persentase |
|-----------|--------------|-----------|------------|
| ≥ 73 | Tuntas | 26 | 93% |
| ≤ 72 | Tidak Tuntas | 2 | 7% |
| | Jumlah | 28 | 100% |

Sumber: Analisis data hasil belajar siswa siklus 2

Pada tabel di atas menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa pada siklus II 93% tuntas dari jumlah frekuensi 26 siswa dan 7% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 2 siswa.

Jadi melalui metode *target game* dapat meningkatkan hasil belajar *smash* pada permainan bolavoli pada siklus II persentase ketuntasan mencapai 93% dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini :



Gambar 4.3. Diagram batang skor nilai persentase siklus 2

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus II di atas, tampak bahwa dari 28 sampel penelitian, terdapat 7% siswa yang tidak tuntas dan 93% siswa yang tuntas.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan kemampuan *smash* bolavoli. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran masih menggunakan metode yang monoton dan kurang mengarah pada karakteristik materi yang akan disampaikan.

Selain itu, guru harusnya mampu menjembatani tingkat kesulitan materi ajar dengan memberikan metode dan pengemasan materi yang mudah diterima dan dipraktikkan oleh siswa. Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan metode belajar yang baik akan memudahkan guru menyampaikan teknik dasar yang memiliki tingkat kesulitan tinggi. Teknik *smash* merupakan teknik dasar bermain bolavoli yang paling sulit dilakukan oleh siswa.

Sehingga perlu adanya kegiatan yang dikemas dengan metode yang disesuaikan dengan kebutuhan. Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa permainan target (*target game*) adalah permainan di mana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.

Pengemasan materi ajar *smash* pada bolavoli dapat dilakukan dengan menggunakan metode *target game*. Di mana metode tersebut secara tepat mampu melatih teknik *smash* dengan memiliki kemampuan *smash* yang baik. Situasi yang menyenangkan akan menumbuhkan motivasi belajar

siswa yang menambah semangat siswa untuk mengikuti pembelajaran dengan baik. Pemilihan metode yang tepat akan mampu memiliki kontribusi yang maksimal terhadap peningkatan kemampuan *smash* bolavoli. Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya siswa dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut.

Lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh kelengkapan sarana dan metode mengajar.

Secara khusus metode *target game* merupakan metode menyampaikan materi ajar dengan permainan yang dirancang dengan memberikan target sehingga metode ini bertujuan untuk melatih teknik *smash* yang memiliki yang baik.

Menurut M. Yunus (1992: 68) teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Sejalan dengan pendapat tersebut maka dapat dinyatakan bahwa dengan memberikan metode belajar yang tepat akan membantu siswa dalam menguasai teknik bermain yang baik. Dengan memiliki teknik bermain yang maka teknik tersebut dapat digunakan secara efektif dan efisien dalam permainan.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan kemampuan *smash* bolavoli sehingga penelitian ini tidak perlu dilanjutkan ke siklus berikutnya. Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh siswa agar peningkatan hasil belajar siswa dapat dimaksimalkan. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada kedua orang tua tercinta Ibu Masnia dan Bapak Usman, kakak dan kakak ipar serta para ponakan yang selalu mendukung dan menjadi support system, kemudian kepada pihak kampus Universitas Negeri Makassar, khususnya kepada Bapak Dr. Juhanis selaku pembimbing lapangan yang selalu mempermudah pengurusan selama menjalani perkuliahan profesi ini, tak lupa pula kepada kedua guru pamong Bapak Haeruddin dan Bapak Muhammad Ja'far yang telah membimbing saya di PPL 1 dan 2, serta seluruh orang-orang baik yang selalu mendoakan, mensupport, dan menyemangati selama menjalankan perkuliahan yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambar Teguh Sulistiyani & Rosidah. (2003). *Manajemen sumber Daya Manusia*. Graha Ilmu: Yogyakarta.
- Andun Sudijandoko. (2010). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif dan Berkualitas*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 8 No.1). Hlm 1-5.
- Bachtiar, dkk. (2004). *Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Barbara L.V & Bonnie J. Freguson. (1996). *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Basri, A.F.M & Rivai, V. (2005). *Performance Appraisal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dieter Beutelstahl. (1988). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: PT. Pioner Jaya.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2006). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.22 Jakarta. Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional. (1999). *Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli Usia 13 - 15 Tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Kesegaran.

- Engkos Kosasih. (1993). *Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Helmy Firmansyah. (2009). *Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani*. Jurnal JPJI (No.3 Volume 2) Hlm 28-31.
- Mitchell, Stephan A., Oslin, Judith L., Griffin, Linda L. (2003). *Teaching Sport Concept and Skills a Tactical Game Approach*. Illinois: Human kinetics.
- Monks. (2004). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nuril Ahmadi.(2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Pardjiono,dkk. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Lemlit UNY.
- Pranatahadi. (2007). *Pedoman Pelatihan Bolavoli Nasional*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Soni Nopembri. (2005). *Majalah Ilmiah Olahraga. Volume 11, April 2005, TH.XI, No.1*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, Suhardjono, Supardi. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Suharno HP. (1982). *Dasar-dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: Diktat.
- Suharno HP. (1984). *Dasar-dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: FPOK IKIPYogyakarta.
- Suharno HP. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (1991). *Teori Bermain Untuk PGSD Penjaskes*. Jakarta: DepdikbudDirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Yunus Muhammad. (1992). *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.