



Peningkatan Kemampuan *Smash* Bolavoli dengan Metode *Target Game* pada Siswa Kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1

Herdin¹, Sufitriyono², Fajriani³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Jln Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar. Sulawesi Selatan 9022

¹dadangdayat621349@gmail.com, ²Sufitriyono@unm.ac.id, ³Fajrianibatara@gmail.com

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 V UPT SPF PANAİKANG II/1. 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 V UPT SPF PANAİKANG II/1 yang berjumlah 28 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* peserta didik kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1 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 individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan fisik dalam upaya meningkatkan kemampuan dan keterampilan fisik, perkembangan kecerdasan, dan pembentukan watak (Kosasih, 1993: 2). Olahraga adalah jenis kegiatan fisik seperti permainan, perlombaan, dan kegiatan fisik yang intensif yang dilakukan untuk memperoleh rekayasa (Kosasih, 1993: 2). paling ideal (Kosasih, 1993: 3). Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, permainan bolavoli adalah salah satu materi yang dipelajari. Sekarang, bola voli telah mengalami perkembangan yang sangat cepat. Ini ditunjukkan dengan banyaknya kejuaraan nasional dan internasional. Bola voli dimainkan di semua lapisan masyarakat, dari anak-anak hingga orang dewasa.

Studi sebelumnya telah membahas teknik *smash* dalam permainan bola voli secara khusus. Salah satu contohnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Prof. Budi Santoso (2017), yang berjudul "Variasi strategi dalam studi komparatif *smash* tim putra dan putri", yang membandingkan variasi strategi dalam melakukan *smash* antara tim putra dan putri. Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena mengutamakan perbandingan gender dalam konteks taktik serangan. Berbeda dengan penelitian Dr. Adi Nugroho (2020) membahas respons psikofisiologis saat melakukan *smash* bola voli dengan mengukur detak jantung dan karistol. dipisahkan oleh penekanan pada aspek fisik dan mental dari metode tersebut. Penelitian yang saya lakukan berfokus pada penggunaan metode *target game* untuk meningkatkan kemampuan *smash* bolavoli siswa. Penelitian tersebut membahas

bagaimana metode target game berdampak pada kemampuan smash siswa. Penelitian ini berfokus pada kemampuan dan teknik yang digunakan.

Karena kurangnya pemahaman dan intensitas tatap muka yang terbatas, banyak siswa masih gagal mempelajari teknik smash. Seringkali, siswa melakukan smash bola dengan tangan yang salah, sehingga bola tidak tepat sasaran pada area permainan bolavoli atau keluar dari lapangan. Hasil pengamatan peneliti menunjukkan bahwa UPT SPF PANAIKANG II/1 memiliki fasilitas olahraga yang memadai, terutama fasilitas untuk bermain bola voli. Siswa masih mengalami kesulitan dalam permainan bolavoli saat melakukan smash. Beberapa siswa gagal melakukan smash dengan baik, sementara sebagian lainnya melakukannya dengan baik. Seringkali, saat siswa melakukan smash bola, mereka tidak dapat menyebrang dari net dan bola tidak tepat sasaran pada area permainan bolavoli atau keluar dari lapangan bolavoli. Ini karena perkenaan bola dengan tangan masih salah, sehingga tidak tepat pada tujuan. Mengingat bahwa pembelajaran bolavoli di UPT SPF PANAIKANG II/1 tidak mencakup latihan fisik komponen-komponennya, peserta didik di UPT SPF PANAIKANG II/1 memiliki keterampilan yang kurang, khususnya dalam smash bola. Apakah ini karena perkenaan tangan yang salah dengan bola atau karena faktor lain.

Penulis ingin menerapkan salah satu jenis permainan, yaitu metode permainan target. Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003), permainan target adalah permainan di mana pemain 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. Dengan asumsi bahwa karakteristik permainan target dan ketepatan hampir sama, permainan target dianggap cocok untuk meningkatkan ketepatan. 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 V UPT SPF PANAIKANG II/1”.

METODE

Penelitian tindakan kelas (PTK), juga dikenal sebagai penelitian tindakan kelas, dilakukan dalam dua siklus atau sama dengan empat pertemuan. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa materi yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan memerlukan waktu yang cukup untuk mencapai hasil yang optimal, dan jika hasilnya tetap kurang, maka siklus berikutnya dapat dilanjutkan. Penelitian tentang kegiatan belajar yang berupa tindakan yang sengaja muncul dan terjadi baik di dalam kelas maupun di luar kelas disebut penelitian tindakan kelas (Suharsimi Arikunto, 2008: 3). Dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan smash siswa dengan metode target game, guru (peneliti) bekerja sama dengan guru penjas sekolah yang lain untuk melakukan tindakan ini.

Penelitian ini dilakukan di UPT SPF PANAIKANG II/1 di Kecamatan Turatea, Kabupaten Jeneponto, Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian dilakukan selama kegiatan pembelajaran. Penelitian dimulai pada bulan Agustus dan dilakukan dua kali setiap pekan. Penelitian berlangsung selama dua pekan, atau sekitar 3 jam per pertemuan. Penelitian dilakukan di lapangan bolavoli UPT SPF PANAIKANG II/1. Sampel penelitian ini terdiri dari seluruh 28 siswa kelas V, dengan 21 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Tes pukulan smash, wawancara, dan dokumentasi adalah alat yang digunakan dalam penelitian ini. Selain itu, data diproses melalui metode analisis data yang menggunakan evaluasi psikomotorik dan kognitif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Hasil Penelitian pada Siklus I

Siklus pertama melibatkan penyebaran materi smash melalui metode target game sebanyak satu kali pertemuan materi pembelajaran, dan pada pertemuan kedua, penilaian, pengambilan hasil tes

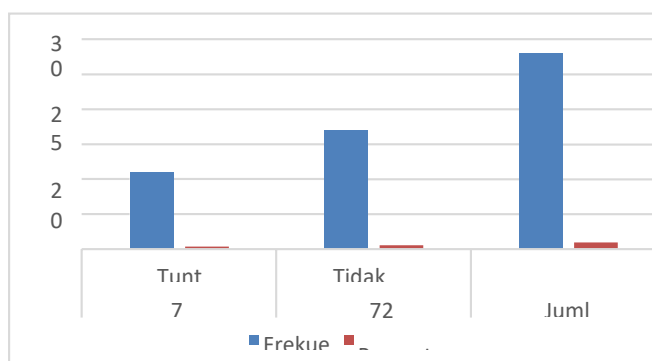
psikomotor dan kognitif. Berdasarkan hasil penelitian siklus I, persentase ketuntasan pendidikan siswa dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4.2. Deskripsi ketuntasan hasil Tes kemampuan Siswa Kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1.

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

Sumber: Analisis data hasil belajar siswa siklus I

Pada tabel di atas, persentase ketuntasan hasil belajar smash siswa kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1 dengan metode target game pada siklus pertama adalah 39% yang tuntas dari jumlah frekuensi 11 dan 61% yang tidak tuntas dari jumlah frekuensi 17. Hasil belajar smash siswa dengan metode target game pada siklus pertama dapat dilihat pada 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

Persentase ketuntasan hasil belajar kemampuan smash bolavoli siswa kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1 dapat dilihat di bawah ini. Pada siklus kedua, kegiatan yang dilakukan termasuk memberikan materi smash pada permainan bolavoli melalui metode target game dua kali pertemuan, dan mengumpulkan hasil tes dari aspek psikomotor dan kognitif

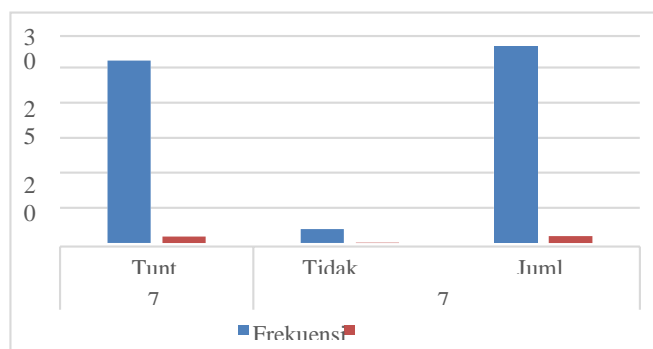
Tabel 4.3. Deskripsi ketuntasan hasil belajar siswa kelas V UPT SPF PANAİKANG II/1

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 harus memiliki kemampuan untuk menyesuaikan tingkat kesulitan materi ajar dengan menawarkan pendekatan dan pengemasan materi yang mudah diterima dan dipraktikkan oleh siswa. Pembelajaran yang dikemas sedemikian rupa sehingga memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengetahui seberapa jauh mereka menguasai teknik dasar dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang bagi siswa untuk memiliki teknik dasar yang lebih baik. Metode belajar yang efektif akan memudahkan guru menyampaikan teknik dasar yang sangat sulit. Teknik smash adalah teknik dasar bermain bola voli yang paling sulit dilakukan oleh siswa.

karena itu kegiatan harus dikemas dengan cara yang disesuaikan dengan kebutuhan. Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003), permainan target adalah permainan di mana pemain mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang serupa dilempar atau dipukul menuju sasaran yang telah ditentukan, dan jumlah pukulan yang dilakukan menuju sasaran semakin sedikit. Pengemasan materi ajar smash bolavoli dapat dilakukan dengan menggunakan metode target game. Metode ini mampu melatih teknik smash dan kemampuan smash yang baik. Siswa akan lebih termotivasi untuk belajar dan lebih bersemangat untuk mengikuti pelajaran. Memilih metode yang tepat untuk meningkatkan kemampuan smash bolavoli juga sangat penting. Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi seberapa cepat siswa menguasai teknik tersebut, sehingga guru harus dapat mengatasi masalah ini.

Bagaimana siswa menguasai pelajaran di sekolah juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah mereka. Hal ini terkait dengan kualitas fasilitas dan prasarana yang dimiliki sekolah. Dengan sarana yang lengkap, guru dapat dengan mudah memberikan materi pembelajaran untuk perubahan permainan, yang didukung oleh kelengkapan sarana dan pendekatan pembelajaran. Metode target game, secara khusus, adalah cara untuk menyampaikan materi ajar melalui permainan yang dirancang dengan memberikan target, sehingga metode ini bertujuan untuk melatih teknik smash yang baik. Teknik, menurut M. Yunus (1992: 68) adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien. Dengan mempertimbangkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa memberikan pendekatan belajar yang tepat akan membantu siswa mempelajari teknik bermain

yang baik, yang akan memungkinkan mereka untuk menggunakannya secara efektif dan efisien selama permainan.

SIMPULAN

Studi ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan dapat meningkatkan kemampuan smash bolavoli secara signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini tidak perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya. Untuk meningkatkan hasil belajar siswa, guru harus membuat proses pembelajaran menjadi mudah dimengerti, dipahami, dan dipraktikkan. Penelitian harus dilakukan dengan menggunakan pendekatan pembelajaran, perubahan media, dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam materi ajar agar pembelajaran berjalan dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini berisi ucapan terima kasih kepada sponsor pihak-pihak yang berperan penting dalam pelaksanaan penelitian.

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). Hlm1-5.
- Bachtiar,dkk. (2004). *Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Barbara L.V & Bonnie J.Ferguson. (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: Diklat.
- 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.