



Global Journal Sport Science

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

Volume 3, Nomor 2 April 2025

e-ISSN: 3031-396J

DOI.10.35458

Upaya Meningkatkan Kemampuan *Smash* Bolavoli dengan Menggunakan Metode *Target Game* pada Siswa SMP NEGERI 12 MAKASSAR

Hendar Cakra Adi Wangga¹, Nanang Ulfa Adriyati², Nukrawi Nawir³

¹ Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: ppq.hendarwangga01330@program.belajar.id

² PJOK, SMP Negeri 12 Makassar

Email: nanangulfaadryati@gmail.com

³ Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: nukhrawi.nawir@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* pada siswa SMP NEGERI 12 MAKASSAR. 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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR yang berjumlah 28 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* peserta didik SMP NEGERI 12 MAKASSAR 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*.

Abstract

This research is classroom action research which aims to determine the increase in volleyball smash ability using the target game method in students at SMP NEGERI 12 MAKASSAR. This research design uses the Kurt Lewin model in 2 cycles and in each cycle there are 2 meetings consisting of planning, implementation & observation, and reflection. The research subjects were 28 students of SMP NEGERI 12 MAKASSAR. The results of the research show that the volleyball smash ability using the target game method of students at SMP NEGERI 12 MAKASSAR has increased, namely from the first cycle test results, 11 students or 39% completed the category and 17 students or 61% did not complete the category. Meanwhile, in cycle II, the completeness results were obtained for students, namely the complete category was 26 students or 93%, while the incomplete category in cycle II was 2 students or 7%, so it can be concluded that the results of cycle II were an increase of 93% from cycle I.

Keywords: Smash Ability, Volleyball, 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 bisamenguasai 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 dikarenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target. Dari hasil pengamatan peneliti bahwa SMP NEGERI 12 MAKASSAR 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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR 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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR 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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR 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 “Upaya meningkatkan kemampuan *smash* bolavoli dengan metode *target game* pada siswa SMP NEGERI 12 MAKASSAR”.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* menggunakan dua siklus atau sama dengan empatkali 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 pencermatan 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 sekolah 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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR, kota makassar, 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 seksli pertemuannya, dilakukan di lapangan bolavoli SMP NEGERI 12 MAKASSAR. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 28 orang, di mana siswa laki-laki sebanyak 21 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 diliat pada tabel di bawah ini :

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

SMP NEGERI 12 MAKASSAR

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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR dengan melalui Metode *target game* pada siswa mencapai persentase yang tuntas 39% dan yang tidak tuntas 61%.

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 SMP NEGERI 12 MAKASSAR di bawah ini.

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%.

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 agar 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.

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.