

Upaya Meningkatkan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli dengan Metode Drill

Izlan Fazikrilah*, Andi T. B. D. Alsaudi, Suyatno

Pendidikan Olahraga, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

*izlanfazikrilah@gmail.com

Abstrak.

Latar belakang penelitian ini adalah proses pembelajaran di sekolah yaitu kegiatan yang perlu direncanakan dengan matang. Perencanaan tersebut meliputi kegiatan belajar mengajar, pengelolaan kelas maupun hasil belajar di kelas. Berhasil tidaknya pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dapat diketahui setelah dilakukan kegiatan evaluasi. Di samping itu, hasil evaluasi bisa juga digunakan sebagai masukan dalam penyusunan dan pelaksanaan. Metode yang di gunakan adalah Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan dalam siklus I sampai siklus ke-2. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan refleksi dari siklus sebelumnya. Prosedur pelaksanaan dalam tahap ini meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata siswa belum mencapai nilai indikator keberhasilan penelitian yaitu 70%. Hasil ini juga menyimpulkan bahwa kemampuan *passing* bawah siswa masih rendah. Terlebih lagi, sebuah strategi atau teknik baru dalam pengajaran dibutuhkan untuk diaplikasikan agar menciptakan sebuah proses belajar yang lebih baik dan untuk meningkatkan kualitas belajar *passing* bawah pada siswa. Penelitian ini berkesimpulan bahwa penerapan metode tutorial teman sebaya dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli dalam pembelajaran Penjaskes siswa kelas V SDN 07 Pancoran Jakarta Selatan.

Kata kunci: metode drill, *passing* bawah, permainan bola voli.

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran di sekolah merupakan suatu kegiatan yang perlu direncanakan dengan matang. Perencanaan tersebut meliputi kegiatan belajar mengajar, pengelolaan kelas maupun hasil belajar di kelas. Oleh karena itu, perencanaan pembelajaran yang kita kenal dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) menjadi suatu hal yang sangat penting. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran berguna untuk membantu dan memudahkan guru agar program pembelajaran yang dilaksanakan benar-benar terfokus pada kegiatan peserta didik, sehingga perlu disusun suatu perangkat rencana pelaksanaan pembelajaran, pengelolaan kelas, dan penilaian hasil belajar. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang disukai dan digemari setiap orang. Karena permainan bola voli termasuk olahraga yang menarik, menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya yang besar sehingga bisa dilakukan dengan mudah. Cukup membutuhkan beberapa teman, bola, net dan lahan kosong yang bisa dijadikan lapangan maka permainan bola voli bisa dilakukan. Inilah yang menjadi salah satu penyebab semakin populer dan semakin digemarinya permainan bola voli di kalangan masyarakat di seluruh Indonesia. Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*".

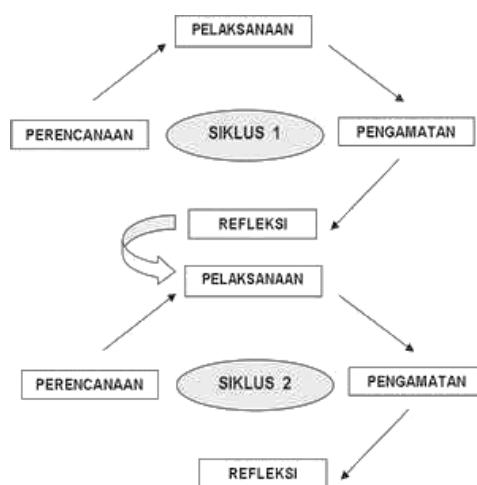
Dalam pembelajaran bola voli kelas V SDN Pancoran 07 Pagi, banyak siswa yang ketakutan akan cedera karena bolanya besar, keras dan terasa berat, selain itu siswa kelas V SDN Pancoran 07 Pagi kurang adanya tanggapan terhadap pembelajaran bola voli yang ada di sekolah. Faktor lain yang mempengaruhi yaitu metode pembelajaran yang monoton yang diajarkan oleh guru serta keterbatasan sarana dan prasarana sekolah. Dari gambaran tersebut sangatlah jelas bahwa proses pembelajaran bola voli menjadikan kurang maksimal. Pada kenyataannya tidak semua materi pelajaran dapat diajarkan pada siswa terhadap hasil sesuai dengan yang diharapkan, ini terjadi di sekolah SDN Pancoran 07 Pagi yang peneliti lakukan selama ini, di mana dalam pembelajaran bola voli mini khususnya *passing* bawah, masih banyak siswa yang belum bisa melakukan teknik *passing* bawah dengan benar. Kesulitan tersebut disebabkan karena bola yang digunakan bola voli standar, sehingga siswa merasa masih berat dan sakit di tangan dan siswa menjadi kurang termotivasi untuk belajar *passing* bawah. Kegagalan dalam pembelajaran memang tidak selayaknya terjadi, namun demikian ketika keadaan berbicara lain maka sudah menjadi kewajiban bagi seorang guru untuk mengadakan perbaikan atau tindakan sehingga materi yang diajarkan menjadi berhasil sesuai dengan harapan.

Pada penelitian ini untuk mengatasi proses pembelajaran *passing* bawah, utamanya untuk meningkatkan Afektif dan Psikomotor siswa dalam proses pembelajaran *passing* bawah bola voli, bagaimana agar siswa senang belajar *passing* bawah, siswa merasa lebih mudah dalam latihan *passing* bawah dan siswa tidak merasakan sakit di tangan ketika latihan *passing* bawah. Untuk mengatasi hal tersebut di atas maka peneliti menggunakan pendekatan bermain dengan alat bantu bola plastik. Pada dasarnya anak suka dengan bermain, karena dunia anak adalah dunia bermain. Alat bantu bola plastik diharapkan siswa akan lebih termotivasi dalam proses pembelajaran *passing* bawah, karena bola plastik merupakan bola yang cukup ringan dan terasa lebih lunak jika menyentuh lengan siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas mengatakan bahwa penelitian tindakan kelas yaitu penelitian yang dilakukan oleh pelatih di dalam kelas atau di sekolah tempat dia mengajar dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelasnya. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti melaksanakan melalui dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri atas empat tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Berkaitan dengan permasalahan tersebut di atas peneliti mencoba meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan bermain. Melalui pendekatan bermain dengan alat bantu bola plastik sebagai upaya tindakan peneliti, diharapkan dapat meningkatkan minat belajar siswa, dan selanjutnya akan meningkatkan hasil belajar siswa karena pada dasarnya siswa SD suka dengan bermain.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah pelaksanaan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), yaitu merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh siswa. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam siklus I sampai siklus II. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan refleksi dari siklus sebelumnya. Prosedur pelaksanaan dalam tahap ini

meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi. Adapun langkah-langkah Penelitian Tindakan Kelas sebagai berikut.



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Tahap perencanaan

Kegiatan perencanaan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Menganalisis kurikulum (Standar Kompetensi/Kompetensi Dasar) yang berkaitan dengan materi voli, Menyusun langkah-langkah pembelajaran dengan menerapkan metode drill, Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dengan penerapan metode drill pada materi voli, dan Membuat lembar pengamatan guru.

Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada Pembelajaran penjaskes dengan materi voli dilaksanakan selama 3 x 35 jam pembelajaran Penjaskes. Adapun langkah-langkah pada tahap pelaksanaan ini adalah sebagai berikut: (a)Pelatih memberi penjelasan singkat tentang konsep, prinsip, atau aturan yang menjadi dasar dalam melaksanakan gerakan passing bawah. (b)Pelatih mempertunjukkan bagaimana melakukan gerakan passing bawah dengan baik dan benar sesuai dengan konsep dan aturan tertentu. (c)Pelatih meminta salah seorang siswa untuk menirukan gerakan passing bawah, sementara siswa lain memperhatikan. (d)Pelatih membimbing siswa untuk latihan perseorangan dan berpasangan secara berulang-ulang sehingga dicapai hasil belajar sesuai dengan tujuan. (e)Siswa dengan bimbingan Pelatih menyimpulkan materi pembelajaran. (f)Pelatih melakukan tes melakukan passing bawah.

Tahap Observasi

Observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat. Kegiatan observasi ini dilakukan secara bersamaan dengan pelaksanaan tindakan dan dilakukan sejak awal hingga akhir penelitian guna mengumpulkan data yang diperlukan sehingga kekurangan atau kesalahan yang dilakukan sebelumnya dapat diperbaiki, sedangkan kelebihan dapat dipertahankan di siklus berikutnya. Observasi dilakukan oleh dua orang observer, yaitu teman sejawat.

Tahap Refleksi

Hasil yang diperoleh dari pengamatan dianalisis untuk melihat kelemahan dan kelebihan tindakan yang telah dilakukan. Hasil analisis ini digunakan sebagai bahan untuk melakukan refleksi, yaitu dapat diketahui ketercapaian indikator pada proses pembelajaran Penjaskes. Kelemahan yang timbul akan diperbaiki di siklus berikutnya.

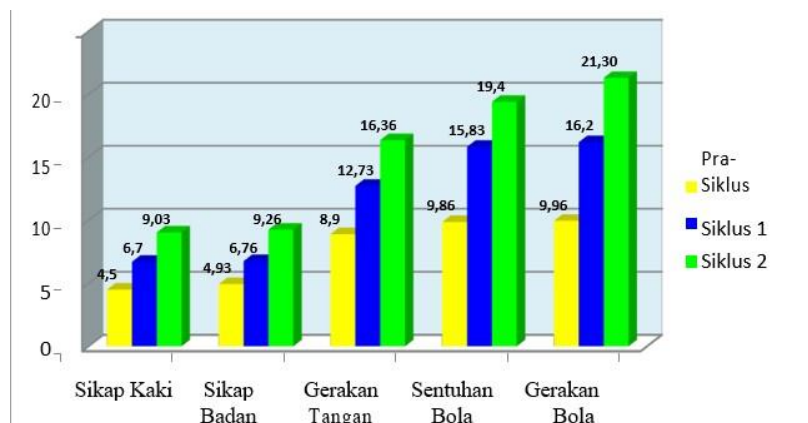
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Nilai pra-siklus dikumpulkan dari hasil tes kemampuan *passing* bawah kedinding siswa yang dilakukan pada pertemuan pertama. Nilai rata-rata dari hasil tes pra-siklus yaitu 56.67%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata siswa belum mencapai nilai indikator keberhasilan penelitian yaitu 70%. Hasil ini juga menyimpulkan bahwa kemampuan *passing* bawah siswa masih rendah. Terlebih lagi, sebuah strategi atau teknik baru dalam pengajaran dibutuhkan untuk diaplikasikan agar menciptakan sebuah proses belajar yang lebih baik dan untuk meningkatkan kualitas belajar *passing* bawah pada siswa. Oleh karena itu implementasi dari penggunaan metode tutorial teman sebaya diharapkan mampu menyelesaikan masalah tersebut dan meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siswa.

Tabel 1. Perbandingan Nilai Prasiklus, Siklus 1 dan Siklus 2

Aspek Penilaian	Pra-Siklus	Siklus 1	Siklus 2
Sikap Kaki	4,5%	6,7%	9,03%
Sikap Badan	4,93%	6,76%	9,26%
Gerakan Tangan	8,9%	12,73%	16,36%
Sentuhan Bola	9,86%	15,83%	19,4%
Gerakan Bola	9,91%	16,2%	21,30%

Peningkatan kemampuan *passing* bawah ini juga secara khusus dianalisis menggunakan 5 kriteria penilaian, yaitu; sikap kaki, sikap badan, gerakan tangan, sentuhan bola dan gerakan bola. Setiap aspek penilaian menunjukkan peningkatan yang lebih baik pada setiap siklus. Untuk lebih jelas, peningkatan pada setiap aspek akan dijelaskan apada diagram di bawah ini:



Gambar 2. Peningkatan Nilai Rata-Rata Siswa Per-Aspek Penilaian pada pra-Siklus, Siklus 1, dan Siklus 2

Berdasarkan hasil diagram di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada tiap-tiap aspek penilaian passing bawah.

KESIMPULAN

Setelah seluruh rangkaian kegiatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) di kelas V SDN 07 Pancoran Jakarta Selatan. selesai dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar passing bawah, terlihat jelas dari hasil pra siklus, siklus I, dan siklus II. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dari hasil kegiatan pembelajaran yang dilakukan selama dua siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan, yaitu Terdapat sebuah peningkatan yang signifikan antara pra-siklus mencapai 56,67%, untuk siklus 1 66,67% dan siklus 2 76,66%. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini bisa dihentikan pada siklus 2 karena hasil dari tes kemampuan passing bawah kedinding pada siklus 2 ini sudah memenuhi dan mencapai indikator keberhasilan.

REFERENSI

- Asmara, A. (2010). *Penjas Orkes*. Bandung: CV. Thursina.
- Beutelstahl, D. (2008). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bndung: CV Pionir Jaya.
- Djamarah, S. B. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Rineka Cipta.
- Anandita, F.P. (2010). *Mengenal Olahraga Voli*. Bogor: Quadra.
- Hamalik, O. (2002). *Pendidikan Guru*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lutan, R. (2001). *Pendidikan jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ma'amun, A., & Subroto. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli*. Jakarta: Diktorat Jendral Olahraga.
- Maulana, F. (2014). *Pengaruh Metode Pembelajaran Drill Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli*
- Mulyanto, R. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: UPI Kampus Sumedang.
- Setiawan. (2015). *Pengembangan dan Pembinaan Bahasa*. Kemendikbud (Pusat Bahasa)
- Subroto, T., & Yudiana, Y. (2010). *Permainan Bola Voli*. Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.