

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI DENGAN MENGGUNAKAN PERMAINAN 3 ON 3 PADA KELAS VII. 4 DI SMP NEGERI 21 KOTA BENGKULU

Arifto Juniardi, Rio Redno
FKIP PJKR Universitas Dehasen Bengkulu
email: ariftojuniardi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan passing atas pada permainan bola voli dengan menggunakan permainan 3 on 3. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas (classroom action research). Dalam penerapan permainannya memfokuskan peneliti dalam bentuk percobaan-percobaan untuk mengetahui hasil kegiatan yang dilakukan. Disamping itu permainan yang dilaksanakan secara sistematis, logis dan teliti dalam melakukannya terhadap kondisi subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII. 4 SMP Negeri 21 Kota Bengkulu yang berjumlah 27 orang. Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara mengumpulkan observasi dan tes keterampilan. Adapun teknik yang digunakan penulis untuk menguji kesesuaian tes dengan kriteria menggunakan hitungan keberhasilan belajar rata-rata kelas. Setelah penelitian selesai dilaksanakan maka dapat disimpulkan bahwa dari hasil tes awal hingga tes siklus dua menunjukkan peningkatan, dimana pada tes awal tingkat ketuntasan belajar siswa secara keseluruhan sebesar 31,25% pada tindakan siklus satu meningkat menjadi 63,76% dan pada siklus dua meningkat menjadi 81,03% dengan artian secara keseluruhan nilai siswa sudah mencapai KKM.

Kata kunci : passing atas bola voli, permainan 3 on 3

EFFORTS TO IMPROVE PASSING SKILLS ON VOLLEY BALLS USING GAME 3 ON 3 ON CLASS VII. 4 IN STATE 21st JUNIOR SCHOOL IN BENGKULU CITY

Abstract

This study aims to determine the improvement of over passing skills on volleyball by using game 3 on 3. This study uses classroom action research. The implementation of the game focuses to determine the results of activities undertaken. Besides, the game that is carried out in a systematic, logical and meticulous in doing so against the condition of the subject of this study is students at VII. 4 SMP Negeri 21 of Bengkulu city amounted to 27 people. The writer used data collection techniques by collecting observations and skill tests. The technique used by the writer to the suitability of the test with the criteria by using the average value in learning success of the class. After the completion of the study, it can be concluded that from the preliminary test results until the second cycle test showed an increase, whereas in the initial test the overall student learning completeness level of 31.25% in the action of one cycle increased to 63.76% and in cycle two increased to 81.03% with an overall sense of the value of students have reached the KKM.

Keywords: over passing volleyball, 3 on 3 games.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli dimainkan oleh dua regu, yang masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain. Dengan asas gotong royong, kesenangan, dan kemampuan fisik. Permainan bola voli merupakan suatu alat untuk meningkatkan kesegaran jasmani, kesehatan statis, dinamis, dan prestasi bagi para pemain. Dengan bermain bola voli ini akan berkembang unsur-unsur daya pikir, kemampuan, dan perasaan. Disamping itu kepribadian berkembang dengan baik termasuk self control, disiplin, rasa kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Pada pembelajaran bola voli ini terdapat teknik-teknik dasarnya yaitu, servis, passing bawah, passing atas, smash, dan block. Pada bahasan penelitian ini penulis mencoba untuk meningkatkan keterampilan passing atas

Berdasarkan hasil observasi penulis di lapangan, pada tanggal 16 Januari 2018. Keterampilan teknik dasar passing atas pada siswa kelas VII. 4 di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu masih sangat rendah. Banyak siswa belum tahu dan mampu melaksanakan keterampilan teknik dasar passing atas dengan benar. Serta kurang adanya gairah dalam melakukan materi pembelajaran passing atas sehingga banyak siswa yang kurang memahami dalam penjelasan teknik dasar passing atas ini. Dan pada pengambilan nilai passing atas, masih banyak siswa yang belum menguasai teknik passing atas ini, sehingga mendapatkan poin yang dibawah rata-rata KKM. Dari hasil tes pre-tes penulis pada observasi awal dalam melakukan tes keterampilan passing atas sebanyak 20 kali, hanya ada 10 siswa yang mendapatkan nilai tes passing atas kriteria baik. 5 siswa mendapatkan nilai kriteria cukup, dan 12 siswa yang mendapatkan nilai kriteria kurang. yang artinya sebagian besar siswa belum memahami dan menguasai teknik dasar passing atas dengan benar.

Melihat dari uraian di atas maka peneliti berencana mengupayakan meningkatkan keterampilan passing atas melalui permainan 3 on 3. Dengan permainan 3 on 3 di harapkan pembelajaran ini dapat meningkatkan teknik dasar passing atas dalam permainan bola voli dan untuk meningkatkan peran aktif siswa serta

partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dengan permainan 3 on 3 ini pada pembelajaran penjaskes yang dilakukan, dapat memecahkan atau memberi jalan keluar yang dihadapi guru dalam proses pembelajaran passing atas bola voli.

Tujuan penerapan permainan ini adalah agar siswa merasa senang dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran sehingga bisa meningkatkan teknik dasar passing atas. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti bermaksud mengadakan penelitian tindakan kelas pada siswa kelas VII. 4 di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu tentang upaya Meningkatkan keterampilan passing atas bola voli dengan menggunakan permainan 3 on 3 pada Kelas VII. 4 di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu.

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian tindakan kelas Classroom Action Research (CAR). Menurut Arikunto, (2015: 18) bahwa penelitian tindakan kelas adalah suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar yang berupa tindakan, yang disengaja dimunculkan dan terjadi dalam suatu kelas yang bersama. Kelas yang dimaksud disini adalah sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari seorang guru. Kelas bukan wujud ruangan tetapi sekelompok peserta didik yang sedang belajar

Oleh karena itu sekarang ini penelitian tindakan kelas juga hadir untuk memenuhi kebutuhan guru pendidikan jasmani atau pelatih olahraga akan metode penelitian yang sederhana, lentur dan untuk memecahkan masalah praktis. dalam penelitian ini peneliti memberikan tindakan terhadap siswa dalam satu kelas untuk memecahkan masalah yang ada di kelas tersebut. Data yang diperoleh akan dipersentasikan untuk diketahui seberapa persen kondisi siswa ketika proses pembelajaran berlangsung. Dan data kuantitatif akan dipersentasikan untuk diketahui seberapa besar siswa yang dapat menguasai teknik dasar passing atas dengan kategori yang baik. di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu dengan nilai KKM mata pelajaran penjaskes sebesar 75, untuk nilai ketuntasan tergantung dari berapa besaran nilai hasil tes yang didapat siswa apakah mencapai KKM di sekolah tersebut.

$$K_b = \frac{NS}{N} \times 100\%$$

K_b = persentase ketuntasan belajar.

NS = jumlah siswa yang mencapai KKM.

N = jumlah seluruh siswa.

Melalui penerapan permainan 3 on 3 pada pembelajaran passing atas dengan indikator meningkatkan keterampilan passing atas siswa kelas VII.4 SMP Negeri 21 Kota Bengkulu secara individu ≥ 75 dan secara klasikal 75% dalam pembelajaran passing atas permainan 3 on 3 di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu.

HASIL

Deskripsi Data Pra Siklus

Sebelum dilakukan tindakan kelas, penelitian terlebih dahulu melakukan tes awal. Tes awal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan serta keberhasilan siswa dalam melakukan keterampilan passing atas pada permainan bola voli, sebelum diberikan materi pembelajaran teknik melakukan passing atas dengan menggunakan permainan 3 on 3. Dari data tes awal yang dilaksanakan, menunjukkan bahwa siswa belum menguasai teknik dasar passing atas. Dari hasil tes awal hanya 10 siswa mencapai kriteria baik (37,03%), 5 siswa dengan kriteria cukup (18,51%), dan 12 siswa dengan kategori kurang (44,44%).

Berdasarkan hasil ketuntasan kategori kurang 44,44% dari tes awal diatas, kemampuan siswa akan keterampilan passing atas pada permainan bola voli perlu ditingkatkan. Hal yang menyebabkan tingkat keberhasilan siswa rendah dapat dikarenakan dalam memberikan pembelajaran guru hanya memberikan teori dan sedikit memberikan praktek mengenai passing atas. Guru hanya memberikan contoh, kemudian menyuruh anak melakukan sendiri tanpa memberikan pembelajaran yang dapat memotivasi siswa serta kurangnya kreasi guru dalam membuat permainan untuk membuat anak senang dalam teknik passing atas.

Siklus 1

Berdasarkan dari hasil tes siklus 1 sebanyak 17 siswa mencapai kriteria baik (62,96%), 6 siswa dengan kriteria cukup (22,22%), dan 4 siswa dengan kategori kurang (14,81%). Dari hasil data tersebut terlihat adanya peningkatan keberhasilan siswa dalam melakukan tes keterampilan passing atas pada permainan bola voli. Meskipun terdapat

peningkatan keberhasilan tetapi tingkat keberhasilan secara klasikal belum mencapai nilai tuntas, yaitu nilai 75. Setelah diamati peneliti bersama-sama guru penjaskes dan teman sejawat, aspek-aspek dalam melakukan teknik passing atas yang masih belum dikuasai antara lain : 1. Pada saat mendorong bola ke depan, masih ada juga bola yang menyentuh net, 2. Dan juga saat melakukan passing atas bola nya masih ada yang tidak mengenai petak sasaran, sehingga tidak mendapatkan nilai, meskipun bolanya lewat di atas net.

Siklus 2

Berdasarkan dari hasil tes siklus 2 sebanyak 22 siswa mencapai kriteria baik (81,48%), 3 siswa dengan kriteria cukup (11,11%), dan 2 siswa dengan kategori kurang (7,40%). Dari hasil data tersebut terlihat adanya peningkatan keberhasilan siswa dalam melakukan tes keterampilan passing atas pada pembelajaran bola voli. Pada siklus 2 ini peningkatan keberhasilan dengan nilai rata-rata secara klasikal sudah mencapai nilai tuntas yaitu nilai 81,48. Pada siklus 2 ini peneliti menganggap nilai keberhasilan siswa sudah mencapai yang diharapkan, jadi penelitian ini di akhiri pada siklus 2.

PEMBAHASAN

Pada awal penelitian, peneliti memberikan tes kepada para siswa dalam melakukan tes keterampilan passing atas pada permainan bola voli. Tes ini dilakukan tanpa peneliti memberikan pembelajaran tentang permainan 3 on 3 passing atas terlebih dahulu. Hasilnya adalah sebagian besar siswa belum menguasai teknik passing atas. Dari 27 siswa hanya 10 siswa (37,03%) yang mampu menguasai teknik passing atas dengan kategori baik, 5 siswa pada kategori cukup (18,51%) dan 12 siswa dengan kategori kurang (44,44%).

Pada siklus 1, peneliti bersama-sama guru penjaskes SMP Negeri 21 kota Bengkulu, menyusun rencana pembelajaran untuk peningkatan keterampilan passing atas siswa. Pada penelitian ini digunakan model permainan modifikasi 3 on 3 bola voli. Pada siklus 1 ini, terjadi peningkatan keberhasilan siswa dalam upaya meningkatkan teknik passing atas dalam permainan boila voli. 17 siswa (62,96%) mencapai kategori nilai baik, jadi terdapat

peningkatan dari tes awal yang hanya 10 siswa dengan kategori baik. Untuk kategori cukup sebanyak 6 siswa (22,22%), dan 4 siswa (14,81%) masuk kategori kurang.

Walaupun terjadi peningkatan keberhasilan belajar siswa, akan tetapi hasil tersebut belum mencapai apa yang diinginkan dan diharapkan, dikarenakan rata-rata nilai keseluruhan siswa belum mencapai KKM yaitu nilai 75. Hal ini menunjukkan masih terdapat kekurangan pada berbagai aspek dalam pembelajaran permainan 3 on 3 bola voli. Untuk itu penelitian dilanjutkan pada siklus 2.

Dengan berdiskusi kembali dengan guru penjaskes sekolah, membuat perencanaan siklus 2. Perencanaan berupa mengidentifikasi hasil data siklus 1, kemudian mencari solusi mengatasi kelemahan-kelemahan dari tindakan siklus 1. Pada siklus 2 ini, peneliti dan guru lebih berkonsentrasi pada permainan 3 on 3 bola voli, dengan melakukan lagi permainan 3 on 3 selama 1 siklus lagi yang terdapat 3 pertemuan. Dan membimbing siswa yang masih sulit dalam melakukan passing atas, serta menggabungkan siswa yang sudah bisa melakukan passing atas, dengan yang masih belum bisa. Dengan menggabungkan siswa-siswa ini membuat permainan lebih merata pada tiap-tiap kelompok yang bisa melakukan passing atas ini. Hasilnya permainan lebih berjalan dengan antusias. Dan membuat anak gembira dan senang dalam melakukan teknik passing atas ini sehingga anak jadi senang untuk melakukan teknik passing atas ini yang di muat dalam konsep bermain 3 on 3.

Dari model pembelajaran modifikasi 3 on 3 bola voli ini mendapatkan hasil yang memuaskan. Dari hasil tes keterampilan passing atas yang dilakukan mengalami peningkatan. Siswa yang berhasil menguasai keterampilan teknik passing atas meningkat menjadi 22 siswa (81,48%), siswa dalam kategori cukup sebanyak 3 siswa (11,11%) dan siswa dengan kategori kurang hanya tinggal 2 orang siswa (7,40%). Untuk kategori kurang dan cukup yang berjumlah 5 orang belum mencapai nilai KKM, untuk itu peneliti memberitahu kepada guru penjaskes bahwa jumlah yang 5 orang ini tidak cocok bila dilakukan permainan 3 on 3 pada peningkatan keterampilan passing atas.

Hasil dari siklus 2 dirasa peneliti sudah cukup meningkatkan keberhasilan belajar siswa.

Karena secara keseluruhan/klasikal nilai siswa telah mencapai KKM mata pelajaran penjaskes di SMP Negeri 21 kota Bengkulu sebesar 75. dengan ini peneliti merasa, penelitian tentang "Upaya meningkatkan keterampilan passing atas menggunakan permainan 3 on 3 pada anak kelas 7.4 di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu" sudah selesai dan peneliti akhiri sampai dengan siklus 2 saja.

KESIMPULAN

Seluruh rangkaian penelitian tindakan kelas (PTK) di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu telah selesai dilaksanakan, maka hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

Dengan penerapan pembelajaran 3 on 3 bola voli dapat meningkatkan keterampilan passing atas siswa pada permainan bola voli. Dari hasil tes awal hingga tes siklus 2 menunjukkan peningkatan, dimana pada tes awal tingkat ketuntasan belajar siswa secara keseluruhan sebesar 37,03%. Pada tindakan siklus 1 meningkat menjadi 62,96%, dan pada siklus 2 meningkat menjadi 81,48% dengan artian secara keseluruhan nilai siswa sudah mencapai KKM.

Dengan model pembelajaran permainan 3 on 3 bola voli. Selain juga dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan passing atas, tetapi juga dapat memperbaiki proses pembelajaran. Dengan permainan 3 on 3 ini membuat anak senang serta gembira dalam bermain, sehingga anak bisa juga meningkatkan keterampilannya dalam melakukan teknik passing atas. Dan nilai passing atas anak meningkat, dari sebelum di berikan permainan 3 on 3 ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin & Muhadi. 1991. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud
- Alan C Lacy, 2011. *Tes dan Pengukuran Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud
- Hidayat Witono, 2017. *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta : Anugra
- Machfud Irsyada. 2000. *Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud

- M. Mariyanto, Sunardi dan Agus Margono. 1994. *Permainan Besar II (Bola Voli)*. Jakarta: depdikbud
- Muhajir, 2004. *Pedoman cara-cara Pembinaan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud
- M Yunus, 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud
- Pranata Hadi. 2007. *Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional*. Yogyakarta: FIK UNY
- Perwasitan PP. PBVSI, Dewan & Bidang. 2005. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Indonesia
- Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud
- Sugiyanto, dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*, Jakarta : Depdikbud
- Suharno HP, 1982 *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta : IKIP yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto dkk, 2015 *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain D2 PGSD*. Jakarta: Depdikbud
- Syarifuddin, 2004. *Buku Ajar Bola Voli*. Padang: Sukabina press
- Wiarto Giri, 2015. *Inovasi Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: laksitas