



## MENINGKATKAN HASIL BELAJAR BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI PERATURAN PERMAINAN DAN MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO DI SMK NEGERI 1 SEDAN TAHUN AJARAN 2013/2014

Agung Tri Nugroho

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima Oktober 2014

Disetujui November

2015

Dipublikasikan Desember

2015

*Keywords:*

*Learning Outcomes; Modify*

*Game; Volleyball*

### Abstrak

Tujuan penelitian oleh peneliti adalah untuk mengetahui apakah memodifikasi peraturan dan menggunakan media video dapat meningkatkan hasil belajar bola voli pada siswa di SMK Negeri 1 Sedan Kabupaten Rembang tahun 2013/2014. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang didalamnya terdapat dua siklus. Hasil penelitian menunjukkan sebelum menerapkan pembelajaran reflektif atau data awal siswa yang tuntas hanya 19,35% (4 orang). Setelah diterapkan pembelajaran reflektif dalam pembelajaran bola voli pada siklus pertama siswa yang tuntas sebesar 51,61% (17 orang), sehingga ada peningkatan dari data awal dengan persentase sebesar 32,26%. Pada siklus kedua jumlah siswa yang tuntas dengan persentase sebesar 87,09% (27 orang), dan mengalami peningkatan dari siklus pertama sebesar 35,48%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Modifikasi peraturan permainan pada pembelajaran bola voli dapat meningkatkan hasil belajar bola voli siswa di SMK Negeri 1 Sedan, Dengan demikian penelitian ini dikatakan berhasil.

### Abstract

*Researchers is to determine whether to modify the rules and using video media can improve learning outcomes of students in volleyball at SMK Negeri 1 Sedan Regency Rembang year 2013/2014. This study is an examination of class action (PTK) in which there are two siklus. The results showed that before applying the reflective learning or students who complete the initial data is only 19.35% (4). Once applied reflective learning in learning volleyball on students who complete the first cycle of 51.61% (17 people), so there is an increase from the initial data with the percentage of 32.26%. In the second cycle the number of students who complete a percentage of 87.09% (27 people), and has increased from the first cycle of 35.48%. Based on our results it can be concluded that the modification rules of the game in the volleyball learning can improve student learning outcomes volleyball at SMK Negeri 1 Sedan, Thus said the study results.*

© 2015 Universitas Negeri Semarang

Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: yusufalamsyah2000@yahoo.co.id

ISSN 2252-6773

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Sumbangan yang diberikan dari pendidikan jasmani adalah memberikan perkembangan secara menyeluruh, karena yang dikembangkan bukan hanya aspek ketrampilan gerak dan kebugaran jasmani (ranah jasmani dan psikomotorik), tetapi kognitif juga dikembangkan melalui pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat bahwa pendidikan jasmani merupakan media untuk membina anak agar kelak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani hidup sehat di sepanjang hayatnya. Tujuan ini akan tercapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani itu dapat berupa permainan atau olahraga yang terpilih. Penjasorkes merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional (Abdul Kadir Ateng dan Adang Suherman, 1992: 4).

Pendidikan jasmani merupakan media yang tepat untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, dan sosial) serta pembiasaan hidup sehat antara pertumbuhan dan perkembangan seimbang. Permainan dalam konteks pendidikan dapat dimanfaatkan sebagai pembekalan pentingnya aktivitas fisik untuk meningkatkan kondisi sehat, kebugaran fisik, hubungan sosial, pengendalian emosi dan moral. Untuk itu guru perlu memahami konsep dasar dan strategi pembelajarannya. Permainan atau bermain merupakan fenomena masyarakat dari mulai kanak-kanak hingga orang tua. Bagi anak-anak bermain menjadi suatu kebutuhan sampai kadang pada saat bermain mereka lupa

waktu. Pada saat kita sebagai guru memberikan materi tentang namanya permainan anak-anak sangat senang dan puas saat melakukannya, dari permainan ini anak akan membuat dampak positif lebih cerdas lagi dan cermat dalam tindakannya.

Pengembangan permainan sepakbola perlu dilakukan karena aktivitas jasmani merupakan proses belajar yang tidak tergantikan untuk perkembangan kognitif, sosial, dan psikomotorik, letak dasar hidup sehat aktif, sepanjang hayat, letak dasar dalam kehidupan sosial dan masyarakat. Aneka kegiatan jasmani yang mendorong siswa untuk berlatih dan mengeksplorasi karena itu aktivitas jasmani perlu disajikan secara sistematis, melibatkan semua, dan menggembirakan (Rusli Lutan dan Rusli Ibrahim, 2001 :7).

Pendidikan jasmani diarahkan guna membentuk jasmani yang sehat dan mental yang baik, agar dapat menghasilkan generasi muda yang baik, bertanggung jawab, berdisiplin, berkepribadian, kuat jiwa raga serta berkesadaran nasional. Dengan demikian akan lebih mampu mengisi dan mempertahankan kemerdekaan bangsa dan negara tercinta Indonesia.

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Para ahli sepakat, bahwa pendidikan jasmani merupakan media untuk membina anak agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya. Tujuan ini akan tercapai melalui penyediaan pengalaman langsung dan nyata berupa aktivitas jasmani. Aktivitas Jasmani itu dapat berupa permainan atau olahraga yang terpilih. Penjasorkes merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional (Abdul kadir Ateng dan Adang Suherman, 1992:4).

Dari latar belakang diatas peneliti dapat memberikan alasan mengapa

permasalahan tersebut perlu untuk diteliti, yaitu :

- 1) Paradigma pembelajaran penjas dahulu lebih menekankan anak harus bisa menguasai teknik yang diberikan dengan baik, namun paradigma pembelajaran penjas yang berkembang sekarang bahwa yang terpenting anak sudah mau bergerak dan gembira merupakan tujuan utama dari pendidikan jasmani yang baik.
- 2) Agar siswa mampu mengenal lebih dahulu arti penting olahraga pada umumnya dan penjas khususnya sehingga tujuan dari penjas dan olahraga dapat tercapai.
- 3) Pendidikan jasmani di Sekolah Dasar (SD) pada hakekatnya mempunyai arti, peran, dan fungsi yang penting dan strategis dalam upaya pengembangan keterampilan gerak siswa.
- 4) SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 mempunyai sarana dan prasarana penjas yang terbatas, terutama lapangan sepakbola sehingga guru yang tidak kreatif akan kesulitan dalam melakukan kegiatan pembelajaran sepakbola.
- 5) Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “meningkatkan hasil belajar bola voli melalui peraturan permainan dan menggunakan media video di SMK N 1 Sedan kabupaten rembang tahun ajaran 2013/2014”

Pendidikan jasmani merupakan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan (Abdul Kadir Ateng dan Adang Suherman, 1992: 4).

Pendidikan jasmani berarti program lewat gerak atau permainan dan olahraga. Didalamnya terkandung bahwa gerakan, permainan, atau cabang olahraga tertentu yang dipilih hanyalah alat untuk mendidik.

Hal ini dapat berupa ketrampilan fisik motorik, ketrampilan berpikir dan ketrampilan memecahkan masalah, dan bisa juga ketrampilan emosional dan sosial. Apabila ditanyakan kepada anggota masyarakat secara acak yang telah mengenyam pendidikan, tentang apa yang mereka pahami tentang “pendidikan jasmani” peneliti yakin jawaban yang keluar dan mereka tentunya cukup bervariasi tergantung pada pengalaman sewaktu mengajar disekolah mungkin ada yang mengatakan bahwa pendidikan jasmani itu sama artinya dengan pelajaran bermain, latihan senam, latihan atletik, olahraga dan lain-lain. Banyak sekali yang mengemukakan tentang pendidikan jasmani oleh para pakar

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses melalui aktifitas jasmani untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan ranah jasmani, psikomotor, kognitif maupun afektif yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani merupakan hal penting yang harus ditingkatkan untuk mencapai keselarasan dalam memperoleh pendidikan keseluruhan. Maka dari itu dalam pelaksanaan pendidikan jasmani perlu didukung oleh banyak pihak, baik keluarga, masyarakat dan juga pemerintah, agar dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Namun dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani masih mengalami hambatan-hambatan dan belum terselesaikan. Salah satu masalah utama dalam pendidikan jasmani adalah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ketersediaan sarana dan prasarana yang masih terbatas serta kualitas pendidik dalam mengefektifkan pembelajaran pendidikan jasmani. Kemampuan pendidik dalam membuat model dan modifikasi pembelajaran dalam pendidikan jasmani merupakan tuntutan yang harus dipenuhi oleh pendidik untuk menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan efisien, agar

siswa tidak bosan dan jenuh dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

Pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan. Model pembelajaran melalui permainan *rope games* diharapkan mampu membuat anak lebih aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan, ketika mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan yang biasanya disebut penelitian berbasis pengembangan (*research-based development*) merupakan jenis penelitian yang tujuan penggunaannya adalah menghasilkan produk berupa pembelajaran *soccer ball happy* bagi siswa SD.

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: mengatakan bahwa penelitian pengembangan atau penelitian *developmental* adalah penelitian yang mengadakan percobaan dan penyempurnaan.

Adapun langkah- langkah yang digunakan peneliti untuk modifikasi peraturan permainan sepakbola ini adalah sebagai berikut :

- 1) Melakukan penelitian dan pengumpulan informasi termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
- 2) Mengembangkan bentuk produk awal ( permainan *soccer ball happy*)
- 3) Evaluasi ahli pendidikan jasmani dan satu orang ahli pembelajaran, uji coba kelompok kecil dengan menggunakan kuesionar, konsultasi dan evaluasi yang kemudian dianalisis.
- 4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil. Revisi ini untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti

- 5) Uji lapangan.
- 6) Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan.
- 7) Hasil akhir pengembangan model permainan sepakbola untuk siswa SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan.

## HASIL PENELITIAN

### Hasil penelitian pengembangan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah peraturan permainan soccer ball happy ini dibutuhkan atau tidak. Pada tahap ini peneliti melakukan observasi di SD Negeri kalibanteng Kidul 02 tentang pelaksanaan modifikasi olahraga sepakbola dengan cara melakukan pengamatan lapangan tentang aktifitas fisik siswa. Adapun hasil pengamatan observasi dan wawancara sebagai berikut :

1. Tanpa adanya sarpras tetap bisa berjalan dengan baik sesuai aspek.
2. Minat belajar anak menjadi meningkat
3. Pengelolaan kelas menjadi baik anak bisa diatur sesuai aspek- aspek yang ada

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan produk model permainan soccer ball happy Dalam pembuatan produk dikembangkan, peneliti membuat produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 dengan jumlah subyek 10 siswa. Setiap penelitian yang diuji cobakan berulang kali, setiap uji coba skala kecil dilakukan sebanyak 2 kali dan skala besar diuji cobakan sebanyak 1 kali tapi prakteknya 2 kali yaitu perempuan dan perempuan bergantian, dan yang lain menjadi penonton. Dari misalnya uji coba skala kecil

1 dilakukan sebanyak 14 siswa dibagi 2 tim, untuk mengetahui dengan orang sebanyak itu ada kendala atau tidak, lalu uji coba skala kecil 2 dilakukan sebanyak 12 siswa dibagi 2 tim, setelah uji coba skala skala besar terakhir 10 siswa jadi setelah praktek uji coba skala kecil didapatkan permainan yang baku dan cocok untuk dipraktikkan sesuai aspek-aspek yang ada

Setelah uji coba produk, maka dilakukan revisi produk dari hasil evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang telah diujicobakan. Untuk uji coba ke 2 setelah dilakukan penelitian anak terlihat dalam semangat belajarnya

Uji coba kelompok kecil atau uji coba terbatas dilakukan terhadap kelompok kecil sebagai pengguna produk. Pada tahap ini dilakukan uji kelompok kecil terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa kelas V SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 Semarang dengan jumlah subyek sebanyak 10 siswa. Penelitian skala kecil dilakukan sebanyak 2 kali agar dalam pengembangan permainan sempurna. Dalam hal ini yang diukur dalam skala kecil adalah dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik berupa angket dan pengamatan

Di dalam revisi II hasil yang didapat berupa perbaikan dari pengembangan produk dalam kelompok kecil.

Beberapa revisi dari para ahli sebagai berikut :

Luas lapangan 18 x 9 meter. Anak setiap mendribble menjadi 3 x jadi terlihat teknik dan kerjasamanya. Setelah dilakukan perubahan saat bermain jadi anak tidak terlihat bergerombol lagi. Keamanannya lebih terjamin karena anak cenderung tidak bergerombol.

Pada tahap ini dilakukan uji lapangan terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa kelas V SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 dengan jumlah subyek sebanyak 34 siswa. penelitian skala besar dilakukan sebanyak 1 kali tetapi dalam prakteknya 2 kali yaitu laki- laki dan

perempuan agar bisa melihat perbedaan saat bermain.

Dalam hal ini yang diukur dalam skala kecil adalah dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik berupa angket dan pengamatan.

Di dalam revisi III hasil yang didapat berupa perbaikan dari pengembangan produk dalam kelompok besar. Setelah uji coba skala besar didapatkan pemain 10 siswa jadi semua aspek yang ada semuanya terpenuhi dengan baik

Hasil akhir produk pengembangan dari uji coba kelompok besar. Didapatkan permainan soccer ball happy

Data yang diperoleh dari kuesioner oleh para ahli, merupakan pedoman untuk menyatakan apakah produk model pengembangan permainan soccer ball happy dapat digunakan untuk uji coba skala kecil dan uji coba skala besar.

Berdasarkan data hasil kuesioner ahli pada uji coba skala kecil, diperoleh persentase jawaban yang sesuai dengan aspek yang dinilai sebesar 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pembelajaran permainan soccer ball happy ini telah memenuhi kriteria “ Sangat Baik” sehingga dapat digunakan untuk pembelajaran siswa kelas V SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 Semarang

Setelah produk model permainan soccer ball happy divalidasi oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran serta dilakukan revisi, dilakukan uji coba produk kepada siswa kelas V SD Negeri Kalibanteng Kidul 02 Semarang yang berjumlah 10 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode sampel secara acak (*random sampling*).

Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan, ataupun keefektifan produk saat digunakan siswa. Data yang diperoleh dari uji coba ini digunakan sebagai dasar untuk melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba skala besar.

Uji coba skala kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui tanggapan awal dari

produk yang dikembangkan. Data uji coba skala kecil dihimpun dengan menggunakan pengamatan kuesioner.

Berikut ini disajikan persentase hasil pengamatan dan kuesioner pada uji coba skala kecil

**Tabel 1.** Hasil pengamatan dan Kuesioner Siswa (Uji Coba Skala Kecil)

No	Aspek	Persentase
1.	Kognitif	84%
2.	Psikomotor	93%
3.	Afektif	85%
	Rata-rata	87%

### Penyajian Data Uji coba Skala Besar

Beberapa revisi dari skala kecil ke skala besar adalah sebagai berikut :

1. Luas lapangan 18 x 9 meter
2. Anak setiap *mendribble* menjadi 3 x jadi terlihat teknik dan kerjasamanya
3. Setelah dilakukan perubahan saat bermain jadi anak tidak terlihat bergerombol lagi

Keamanannya lebih terjamin karena anak cenderung tidak bergerombol. Keamanannya lebih terjamin karena anak cenderung tidak bergerombol.

### SIMPULAN

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah model pengembangan permainan *soccer ball happy* yang merupakan produk baru dari pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani SD kelas V model pembelajaran ini dapat dikembangkan di berbagai SD, hal itu berdasarkan data hasil uji coba skala besar dan data hasil kuesioner yang meliputi aspek kognitif dan data hasil pengamatan yang meliputi aspek psikomotorik dan efektif bahwa secara keseluruhan pembelajaran ini memiliki kategori “**sangat baik**”.

Produk model permainan *soccer ball happy* sudah dapat dipraktikkan kepada subjek uji coba. Hal ini berdasarkan hasil analisis data dari evaluasi ahli penjas dan ahli pembelajaran. Berdasarkan kriteria penilaian uji ahli yang ada, maka produk pembelajaran *soccer ball happy* dapat digunakan untuk siswa kelas V SD.

Permainan *soccer ball happy* ini sangat efektif dan sesuai karakteristik siswa, karena permainan memiliki kelebihan yaitu alur permainan yang mudah dilakukan dan dipahami oleh siswa, peralatan yang digunakan untuk permainan mudah dibuat dan ditemukan dimana saja, peralatan yang digunakan lebih aman dan nyaman digunakan, sehingga siswa tidak merasa takut, permainan yang dimodifikasi menambah aspek kognitif siswa, permainan dapat dilakukan dimana saja bahkan pada prasarana sekolah yang terbatas sekalipun.

Dalam permainan *soccer ball happy* ini banyak siswa merasa antusias dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan. Siswa merasa senang karena pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan media bermain. Peralatan yang digunakan pada permainan *soccer ball happy* mudah diperoleh dan dibuat sehingga guru tidak merasa kesulitan jika akan memberikan permainan ini kepada siswa.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng. 1989. Pengantar Asas-asas dan Landasan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Adang Suherman. 2000. Dasar-dasar Penjaskes. Jakarta: Depdiknas.
- Amung Ma'mun dan Yudha Saputra. 2000. Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak. Jakarta : Depdikbud.
- Prof. Dr.S . Eko Putro Widoyoko, M.Pd. 2012. Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

- Rusli, L. 2001. Asas-asas Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK UPI.
- \_\_\_\_\_, dkk., 2000. Penelitian Penjaskes. Jakarta : Depdikbud
- Sucipto, dkk. 2000. Sepakbola. Jakarta: Depdikbud
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung : Penerbit Alfabet.
- Tim Pengembang Buku Panduan Penulisan Skripsi. 2013. Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Strata 1 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Semarang: FIK UNNES.
- Tri Suyati, dkk. 2010. Profesi Keguruan. Semarang: CV. IKIP PGRI Semarang Press
- Tri Rustiadi. 2011. Praktek Laboratorium Olahraga Dan Kesehatan. Semarang.
- Trianto. 2010. Model Pembelajaran Terpadu. Jakarta: Bumi Aksara.
- Yudha M Saputra. 2001. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Pendidikan dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D-III.
- Yoyo Bahagia dan A. Suherman. 2000. Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III. sitas Negeri Semarang.