

## **MENINGKATKAN PASING BOLAVOLI MELALUI PERMAINAN LEMPAR TANGKAP BOLA**

**(Studi pada Siswa Kelas VI SDN Sambikerep II/480 Tahun Pelajaran 2012/2013)**

**Suparni**

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

**Pardijono**

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

### **Abstrak**

Permainan bolavoli memerlukan koordinasi gerak dasar antara lain pasing bawah, pasing atas dan smes dengan demikian semakin baik tingkat penugasan koordinasi gerak dasar siswa akan semakin mudah dalam mempelajari kemampuan bermain bolavoli. Bermain lempar tangkap bola voli merupakan suatu metode atau pendekatan belajar yang dapat membantu kesulitan siswa dalam pembelajaran bolavoli khususnya koordinasi gerak dasar pasing bawah, pasing atas dan smes sehingga melalui bermain lempar tangkap bola voli diharapkan pula dapat membantu guru dalam pembelajarannya dan diharapkan dapat membantu guru dalam menemukan metode belajar yang tepat, benar dan menarik bagi siswa sehingga proses pembelajaran tercapai ketuntasan belajar.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan dan pengaruh permainan lempar tangkap bola terhadap peningkatan keterampilan pasing siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN Sambikerep II/480 Surabaya sebanyak 39 siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan secara kontinyu dan berkesinambungan dari siklus ke siklus. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan pengukuran hasil belajar siswa pada masing-masing siklus. Penilaian hasil belajar diukur meliputi: pengamatan pada siswa dan pengamatan pada guru.

Hasil penelitian yang didapat adalah permainan lempar tangkap bola voli dapat meningkatkan pengaruh yang sangat baik (signifikan) terhadap koordinasi gerak dasar dalam pembelajaran tangkap bola voli sebesar 75% sebanyak 25 siswa.

**Kata Kunci:** Pasing, Permainan, Lempar Tangkap.

### **Abstract**

Volleyball game requires coordination among other pasing basic motion down, up and smash pasing thus the better the level of basic motor coordination assignments students will more easily learn it the ability to play volleyball. Volleyball playing catch is a method or approach to learning that can assist students in learning difficulties, especially volleyball pasing basic motor coordination down, pasing up and smash that through playing catch volleyball is also expected to assist teachers in learning and are expected to assist teachers in finding the right method of learning, true and interesting for the students so that the learning process is achieved mastery learning.

The purpose of this study was to determine the effect of the increase and catching a ball toss game to increase students' skills pasing. This type of research is a classroom action research. The sample in this study were students of class VI SDN Sambikerep II / 480 Surabaya total of 39 students. Type of research is a classroom action research (CAR), which are continuous and continuously from cycle to cycle. Data was collected through observation and measurement of student learning outcomes in each cycle. Assessment of learning outcomes measured include: observation of the student and teacher observations.

The results obtained were caught throwing a game of volleyball can increase very good influence (significant) to the basic motor coordination in learning volleyball catch by 75% by 25 students.

**Keywords:** *Passing, Games, Throw Catch.*

### **PENDAHULUAN**

Pembelajaran yang berhasil adalah pembelajaran yang pada akhirnya dapat menghasilkan lulusan peserta didik yang siap menghadapi permasalahan yang ditemui pada jenjang kehidupan berikutnya. Terdapat tiga sudut pandang yang bisa digunakan untuk mengetahui

keberhasilan dalam pembelajaran yaitu *input*, *proses*, dan *output*. Mengingat ketiga sudut pandang tersebut saling berkaitan maka pembelajaran harus memperhatikannya secara cermat agar memperoleh hasil yang optimal.

Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dilakukan di sekolah dengan waktu 3 jam pelajaran atau 105 menit tatap muka, dengan sarana-prasarana yang terbatas, seperti alat-alat, lapangan, metode dan hambatan-hambatan lainnya.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah juga mempunyai peran yang penting agar anak mempunyai kesempatan beraktifitas atau gerak melalui pengalaman belajar gerak. Seorang teknokrat olahraga Indonesia mengatakan “pengalaman gerak dasar sangat penting sebagai proses tindak lanjut mencapai hasil pembelajaran”. Sehingga penguasaan gerak dasar merupakan faktor paling penting pada materi pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes).

Bermain lempar-tangkap bolavoli merupakan suatu metode atau pendekatan belajar yang dapat membantu kesulitan siswa dalam pembelajaran bolavoli khususnya koordinasi gerak dasar pasing bawah, pasing atas dan smesh sehingga melalui bermain lempar tangkap bolavoli diharapkan pula dapat membantu guru dalam pembelajarannya.

Mengingat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) lebih banyak bermain, maka guru harus banyak menciptakan bentuk permainan yang sederhana, murah biayanya dan menarik bagi seluruh siswa. Salah satu bentuk permainan itu adalah bermain lempar tangkap bolavoli. Melalui bermain lempar tangkap bolavoli, diharapkan dapat membantu guru dalam menemukan metode belajar yang tepat, benar dan menarik tentunya bagi siswa, sehingga proses pembelajaran tercapai yaitu ketuntasan belajar.

Dari permasalahan tersebut di atas peneliti mengambil judul Meningkatkan Pasing Bolavoli Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola (Studi pada Siswa Kelas VI SDN Sambikerep II/480 Tahun Pelajaran 2012/2013).

Tujuan penelitian ini bertujuan ingin mengetahui peningkatan keterampilan siswa melakukan pasing dengan diterapkannya cara lempar tangkap bolavoli dan pengaruh cara lempar tangkap bolavoli terhadap peningkatan keterampilan pasing siswa.

#### **Pengertian Koordinasi dan Gerak Dasar**

Koordinasi adalah kemampuan otot dalam mengontrol gerak dengan tepat agar dapat mencapai suatu fungsi khusus (Grana dan Kalenak, 1991:253). Menurut Schmidt (1988:265) dalam Sukadiyanto, koordinasi adalah perpaduan gerak dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya saling berkaitan dalam menghasilkan satu keterampilan gerak. Koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot,

tulang, dan persendian dalam menghasilkan satu gerak yang efektif dan efisien.

Pengembangan gerak dasar adalah proses dimana anak-anak memperoleh gerak dasar yang senantiasa berkembang berdasarkan:

1. Proses pengembangan saraf dan otot yang juga dipengaruhi oleh keturunan.
2. Akibat dari pengalaman gerak sebelumnya.
3. Pengalaman gerak saat ini.
4. Gerak yang digambarkan dalam kaitannya dengan pola gerak tertentu.

Pola gerak dasar adalah bentuk gerakan-gerakan sederhana yang bisa dibagi ke dalam 3 bentuk sebagai berikut:

1. Gerak lokomotor
2. Gerak non-lokomotor
3. Manipulatif

Berikut ini akan diuraikan beberapa gerak dasar 1:

1. Berbaring
2. Berjalan

Berikut ini akan diuraikan beberapa gerak dasar 2:

1. Meloncat
2. Berjingkat
3. Lompat
4. Menyepak
5. Melempar
6. Menangkap
7. Memantul-mantulkan Bola
8. Memukul
9. Berenang
10. Koordinasi gerakan

#### **Pengertian Metode dan Pembelajaran**

Metode adalah prosedur atau cara yang ditempuh untuk mencapai tujuan tertentu. Kemudian ada satu istilah lain yang erat kaitannya dengan dua istilah ini, yakni teknik yaitu cara yang spesifik dalam memecahkan masalah tertentu yang ditemukan dalam melaksanakan prosedur.

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Darsono (2002: 24-25) secara umum menjelaskan pengertian pembelajaran sebagai “suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik”.

Teori Kognitif, menjelaskan pengertian pembelajaran sebagai cara guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk berfikir agar dapat mengenal dan memahami apa yang sedang dipelajari.

Teori Humanistik, menjelaskan bahwa pembelajaran adalah memberikan kebebasan kepada siswa untuk memilih bahan pelajaran dan cara mempelajarinya sesuai dengan minat dan kemampuannya.

Arikunto (1993: 12) mengemukakan “pembelajaran adalah suatu kegiatan yang mengandung terjadinya proses penguasaan pengetahuan, keterampilan dan sikap oleh subjek yang sedang belajar”. Lebih lanjut Arikunto (1993: 4) mengemukakan bahwa “pembelajaran adalah bantuan pendidikan kepada anak didik agar mencapai kedewasaan di bidang pengetahuan, keterampilan dan sikap”.

Dari berbagai pendapat pengertian pembelajaran di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses kegiatan yang memungkinkan guru dapat mengajar dan siswa dapat menerima materi pelajaran yang diajarkan oleh guru secara sistematis dan saling mempengaruhi dalam kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan yang diinginkan pada suatu lingkungan belajar. Proses pembelajaran merupakan proses komunikasi, yaitu proses penyampaian pesan dari sumber pesan melalui saluran/media tertentu ke penerima pesan. Pesan, sumber pesan, saluran/ media dan penerima pesan adalah komponen-komponen proses komunikasi. Proses yang akan dikomunikasikan adalah isi ajaran ataupun didikan yang ada dalam kurikulum, sumber pesannya bisa guru, siswa, orang lain ataupun penulis buku dan media.

### Bermain Lempar Tangkap

Bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak. Menurut W.R. Smith (dalam [http://lib.unnes.ac.id/19486/1/610191\\_1109.pdf](http://lib.unnes.ac.id/19486/1/610191_1109.pdf)) bermain adalah dorongan langsung dari dalam diri setiap individu, yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan, sedang bagi orang dewasa lebih dirasakan sebagai kegembiraan. Soekintaka mengatakan bahwa bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang. Bermain adalah suatu bagian yang penting bagi setiap orang dan merupakan media yang memungkinkan untuk proses pembelajaran pendidikan jasmani. Tokoh pendidikan Friederich Wilhelm Froebel (dalam <http://lib.unnes.ac.id/19486/1/6101911109.pdf>) mendefinisikan; *Play is what we do when we do whatever we want to do*. Secara garis

besar dapat disimpulkan yang disebut bermain adalah Dorongan bergerak mengikuti pola kegiatan yang membantu anak berkembang menjadi manusia dan tidak untuk memenuhi tuntutan orang dewasa.

Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka. Sebelum melakukan kegiatan, maka guru pendidikan jasmani, sebaiknya memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswanya imajinasi tentang permainan yang akan dilakukannya. Keunikan dari kegiatan bermain terletak pada proses yaitu pemain memberikan keputusan untuk melakukan dan menerapkan suatu teknik secara tepat dalam situasi yang berubah-ubah. Oleh sebab itu, keputusan yang diambil secara tepat dalam situasi bermain merupakan faktor yang penting.

Melalui bermain dalam pembelajaran, diharapkan para peserta didik dapat:

1. Mengeksplorasi perasaannya.
2. Memperoleh wawasan tentang sikap, nilai, dan persepsinya.
3. Mengembangkan keterampilan dan sikap dalam memecahkan masalah yang dihadapi.
4. Mengeksplorasi inti permasalahan yang diperankan melalui berbagai macam cara.

Gerakan melempar diawali dengan menggenggam dengan dua tangan sebuah bola voli atau tenis, baik menggunakan tangan kanan dan kiri, kemudian tariklah tangan kebelakang, luruskan tangan yang tidak memegang bola kedepan, letakkan kaki sesuai dengan tangan apa yang ditarik kedepan. Condongkan badan kearah sesuai dengan tangan yang ditarik kebelakang atau yang memegang bola. Pandangan mata lurus, seakan-akan siap melempar sasaran, siap! Lemparkan bola sekuat tenaga. Demikian menangkap bola, arahkan kedua tangan menyatu kearah datangnya bola, begitu bola menyentuh, masuk ke tangan, maka tangan segera menutup dan tangan ditarik kearah bawah.

### Bolavoli

Permainan bolavoli menjadi cabang olahraga permainan yang sangat menyenangkan karena dapat beradaptasi dengan berbagai kondisi yang mungkin timbul di dalamnya. Bolavoli dapat dimainkan dan dinikmati berbagai usia dan tingkat ketepatannya, misalnya dari muda sampai yang tua, anak-anak sampai dengan yang dewasa.

Bolavoli merupakan permainan di atas lapangan persegi empat yang panjangnya 18 m dan lebar 9 m, yang dibatasi oleh sebuah jala atau net yang lebarnya 9 m, tinggi tiang untuk putra 2.43 m, dan untuk putri 2.24 m. Dalam permainan bolavoli ada 6 orang pemain tiap masing-masing tim. Bola yang digunakan harus bulat, terbuat dari kulit yang lentur, terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis. Keliling bola 65-67 cm dan berat 260-280 g, tekanan di dalam bola harus 294.3-318.82 mbar atau hpa (PBVSI, 2005).

### Proses Belajar Mengajar

Dalam proses pendidikan terdapat dua kegiatan pokok yaitu kegiatan belajar dan kegiatan mengajar, dimana kegiatan belajar adalah kegiatan siswa dan kegiatan mengajar adalah kegiatan guru.

Menurut Gagus (1984), belajar dapat didefinisikan sebagai suatu proses dimana suatu organisasi berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman. Jadi dapat disimpulkan belajar adalah perubahan perilaku yang diakibatkan oleh pengalaman.

Menurut teori Gas Talf Sield, belajar merupakan suatu proses perolehan atau perubahan (*insights*), pandang pandangan (*out looks*), harapan-harapan atau pola perilaku. Mereka berpendapat, konsep-konsep orang, lingkungan psikologi dan interaksi memudahkan para guru dalam memberikan proses-proses belajar.

Mengajar adalah suatu usaha untuk membuat siswa belajar yaitu usaha untuk terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa dan perubahan tingkah laku itu dapat terjadi karena adanya interaksi antara siswa dengan lingkungannya (Mufi, 1990: 9).

Komponen-komponen yang berpengaruh dalam proses belajar mengajar saling mendukung dalam mencapai tujuan belajar. Komponen-komponen tersebut antara lain:

1. Siswa, faktor dari siswa yang berpengaruh terhadap keberhasilan belajar adalah bakat, minat, kemampuan dan motivasi belajar.
2. Kurikulum, kurikulum merupakan landasan program dan pengembangan KTSP yang berisi materi atau bahan kajian yang telah disesuaikan dengan tingkat kemampuan siswa.
3. Guru, guru berfungsi membimbing dan mengarahkan siswa dalam belajar agar mampu mencapai hasil yang optimal. Besar kecilnya peranan guru tergantung dan penguasaan materi, metodologi dan pendekatannya.
4. Metode, merupakan metode yang akan turun menentukan efektifitas dan efisiensi dari proses belajar mengajar. Sarana dan prasarana, yang dimaksud dengan sarana dan prasarana antara lain

bahan pelajaran, alat-alat praktek, laboratorium, dan perpustakaan dan lain-lain.

5. Lingkungan, lingkungan ini mencakup lingkungan sosial, lingkungan budaya dan lingkungan alam (Azhar, 1993: 57).

### Kerangka Berpikir

Pembelajaran kontekstual (*Contextual Teaching and Learning*) merupakan suatu konsepsi yang membantu guru mengaitkan isi mata pelajaran dengan situasi dunia nyata dan mendorong siswa membuat hubungan antara pengetahuan dan penerapannya dalam kehidupannya sebagai anggota keluarga, warga negara dan tenaga kerja (Nur, 2001). Lebih lanjut, Nur juga menyatakan bahwa CTL merupakan suatu reaksi terhadap teori yang pada dasarnya *behavioristik* yang telah mendominasi pendidikan selama puluhan tahun. Berdasarkan teori tersebut, belajar hanya terjadi jika siswa memproses informasi atau pengetahuan baru yang dirasakan masuk akal sesuai dengan kerangka berfikir yang dimilikinya.

Pembelajaran kontekstual (CTL) mempunyai enam unsur kunci, yaitu: pembelajaran bermakna, penerapan pengetahuan, berpikir tingkat lebih tinggi, kurikulum yang berhubungan dengan standar, responsif terhadap budaya dan penilaian autentik.

### METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*action research*) Karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai.

Menurut Richart Winter (dalam Aqib, 2006:17), ada 6 macam karakteristik Penelitian Tindakan kelas, yaitu : (1) Kritik refleksi, yaitu adanya refleksi yang bersifat evaluasi pelaksanaan pembelajaran; (2) Kritik dialektis, yaitu adanya pandangan kritis dan obyektif terhadap kelemahan atau hambatan dalam pelaksanaan; (3) Kolaboratif, yaitu adanya kerjasama dengan pihak lain untuk mengamati atau sumber data atas masalah yang dihadapi dalam pembelajaran; (4) Resiko, berarti peneliti atau guru sendiri harus berani mengambil resiko bahwa hipotesisnya meleset atau beresiko untuk melakukan perubahan yang bersifat perbaikan (5) Susunan jamak, yaitu bersifat reflektif, dialektis, partisipatif, dan kolaboratif; dan (6) Internalisasi teori dan praktik, artinya teori dan praktek bukanlah hal yang terpisah, tetapi hanya merupakan satu hal yang memiliki tahapan berbeda, yang saling bergantung satu sama lain, dengan demikian pengembangan teori akan berakibat

pada praktik demikian juga pengembangan praktik yang berdampak pada teori.

### Subyek Penelitian

Pelaksanaan pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) ini bersubyek pada siswa kelas VI SDN Sambikerep II/480 Surabaya Semester Genap Tahun Pelajaran 2012/2013, yang berjumlah 39 siswa terdiri dari laki-laki 17 anak dan perempuan 22 anak. Ke tiga puluh sembilan siswa tersebut ditetapkan sebagai subyek pembelajaran. Dalam rencana pelaksanaan pembelajaran kontekstual pada cabang olahraga bolavoli.

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru kelas atau guru bidang studi disekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktek pembelajaran.

Tahap-Tahap Pembelajaran :

#### 1. Perencanaan kegiatan siswa

Pendekatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dilakukan melalui pembelajaran model kontekstual. Pembelajaran ini menekankan keterkaitan antara materi pembelajaran dengan keterampilan para siswa secara nyata.

Strategi pengajaran yang diterapkan dalam pembelajaran bahasan permainan bolavoli. Para siswa diatur dalam kelompok-kelompok kecil yang memiliki tingkat kemampuan berbeda. Setiap anggota saling bekerjasama dan saling membantu dalam memahami teknik bermain lempar bolavoli yang dipelajari. Setiap kelompok mempunyai tugas membuat model permainan bolavoli dengan teknik yang telah ditentukan.

Salah satu metode pembelajaran model kontekstual merupakan salah satu metode pengajaran yang dianggap paling sesuai untuk diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Dalam penerapannya para siswa dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil yang memiliki tingkat kemampuan berbeda. Semua ketua kelompok berkumpul menjadi satu kelompok yang disebut kelompok pakar atau terampil untuk mempelajari materi pelajaran lempar bolavoli yang sama. Ketua kelompok tersebut kembali kepada kelompoknya masing-masing untuk memimpin teknik lempar bolavoli kelompok dalam mempelajari bermain bolavoli dengan teknik yang ditentukan seperti yang telah dipelajari dalam kelompok pakar yang meliputi passing bawah, passing atas dan *smash*.

#### 2. Langkah-langkah penerapan lempar tangkap bolavoli

Kegiatan pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam keterampilan bermain bolavoli, langkah ini dilakukan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

- a. Guru menyuruh siswa untuk berhitung secara urut hingga angka 8, dan selanjutnya diulang sampai merata seluruh siswa.
- b. Siswa yang mempunyai nomor sama diurut dari nomor satu mengangkat jari dan tersebut merupakan bagian.
- c. Setiap kelompok menentukan dan memilih salah satu dalam kelompoknya sebagai tim ahli, atau yang mewakili kelompok.
- d. Siswa mempelajari topik masalah keterampilan bermain tangkap bolavoli yang diberikan guru dan membahasnya dengan kelompok yang telah ditentukan.
- e. Guru melakukan pembinaan terhadap tim ahli pada materi lempar tangkap bolavoli di tempat atau ruang yang berbeda untuk diberikan arahan terhadap teknik permainan lempar tangkap bolavoli.
- f. Siswa dalam kelompok melakukan teknik permainan lempar tangkap bolavoli dan dibimbing guru jika mengalami kesulitan.
- g. Siswa mewakili kelompok melakukan teknik permainan lempar tangkap bolavoli di depan kelompok lain.
- h. Diadakan penilaian baik efektif, psikomotor.

#### 3. Refleksi

Peneliti selanjutnya menafsirkan semua data yang diperoleh melalui (1) Analisa kegiatan yang telah dilakukan, (2) Memaparkan dan mengulas perbedaan rencana dengan tindakan yang telah dilakukan, (3) Membahas kendala-kendala yang ditemukan selama tindakan dilakukan dan kemungkinan alternatif pemecahannya, (4) Melakukan pemmkanan terhadap data serta penyimpulan seluruh data yang diperoleh.

Setelah proses pembelajaran dilakukan refleksi atau pengkajian yang dilakukan terhadap seluruh data yang diperoleh akan menunjukkan apakah perlu atau tidak dilakukan perbaikan tindakan yang akan dilakukan dalam pembelajaran tersebut.

### Instrument Penelitian

#### 1. Untuk ketuntasan belajar

PTK ini berhasil jika ketuntasan kelulusan minimal dari seluruh siswa minimal 70% dari seluruh siswa yang mengikuti tes. Untuk menghitung persentase ketuntasan belajar digunakan rumus sebagai berikut:

$$X = \frac{\sum X}{n}$$

Dimana:

X = Rerata atau mean

$\sum x$  = Jumlah seluruh skor

N = Jumlah data (peserta didik)

(Mahardika, 2008:120)

## 2. Aspek yang diamati

### a. Pengamatan pada aktivitas guru

Lembar observasi tersebut diisi oleh pengamat : pengamat 1 yaitu guru kelas VI dan pengamat 2 yaitu teman sejawat. Data hasil pengamatan terhadap aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran dinyatakan dalam tabel.

### b. Pengamatan pada aktivitas siswa

Lembar observasi tersebut diisi oleh dua pengamat, pengamat 1 yaitu guru kelas VI dan pengamat 2 yaitu teman sejawat. Data hasil pengamatan terhadap aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran dinyatakan dalam tabel.

## Teknik Analisis Data

Analisis Deskriptif yang digunakan adalah persentase, adapun rumusnya adalah:

### 1. Rata-rata

$$Me = \frac{\sum x_i}{n}$$

Keterangan :

Me = Mean (Rata-rata)

$\Sigma$  = Jumlah nilai

$x_i$  = Jumlah Individu

n = Jumlah individu (Sugiyono, 2011:49)

### 2. Rumus persentase yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

f = Frekuensi atau jumlah kasus

N = Jumlah total (Maksum, 2009:9)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas guru dalam pembelajaran dengan menerapkan cara bermain tangkap sesuai dengan harapan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan aktivitas guru dalam penerapan cara bermain lempar tangkap. Dalam hal ini aktivitas guru mencapai 85%. Dengan demikian dapat membuktikan bahwa pembelajaran dengan menerapkan cara bermain tangkap bola dapat

terlaksana dengan baik dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas siswa dalam pembelajaran dengan menerapkan cara tangkap bola sesuai dengan harapan penelitian. Peningkatan aktivitas siswa ini juga didukung oleh peningkatan aktivitas guru dengan peningkatan aktivitas guru maka kegiatan pembelajaran semakin lebih inovatif karena guru menyiapkan dan menciptakan pembelajaran yang kreatif sehingga dapat meningkatkan keaktifan siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan aktivitas siswa dalam penerapan cara bermain lempar tangkap. Dalam hal ini aktivitas siswa mencapai 85%. Dengan demikian dapat membuktikan bahwa pembelajaran dengan menerapkan cara bermain dapat terlaksana dengan baik dalam pembelajaran penjasokes khususnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa pembelajaran dengan cara bermain lempar tangkap sesuai dengan harapan penelitian. Peningkatan keterampilan proses sangat berpengaruh terhadap hasil belajar siswa dengan siswa menguasai keterampilan proses maka siswa akan paham dan mengerti tentang konsep cara bermain dari materi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar yang sangat maksimal. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa yaitu sebesar 85,29% siswa dapat mencapai nilai 70 atau lebih dengan menerapkan. Selain itu dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap siswa tidak lagi menganggap bahwa penjasokes adalah pelajaran yang sulit. Siswa merasa sangat senang dengan pelajaran penjasokes, karena siswa dapat belajar lebih aktif dengan menggunakan peralatan yang ada di sekitarnya. Siswa dapat menemukan sendiri pengetahuan dan pengalaman yang akan terekam lebih lama dan tidak mudah dilupakan sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Kenyataan tersebut sesuai dengan cara bermain lempar tangkap.

Pembahasan ini akan dipaparkan sejauh mana aktivitas guru, aktivitas siswa, dan hasil belajar siswa, setelah mengikuti pembelajaran dengan menerapkan cara lempar tangkap.

### 1. Aktivitas guru

Berdasarkan aktivitas siswa yang diperoleh dari siklus I dan siklus II maka hasil yang diperoleh semakin meningkat disetiap siklus. Pada pelaksanaan siklus I aktivitas guru mencapai nilai sebesar 55% sebenarnya hal tersebut sudah cukup baik dibandingkan sebelum pembelajaran dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap. Tetapi hasil tindakan di siklus I belum mencapai indikator keberhasilan yang harus dicapai adalah 80%. Pada pelaksanaan siklus II aktivitas guru mencapai nilai

sebesar 85% hasil tersebut sangat memuaskan dan melebihi indikator keberhasilan. Perbedaan hasil yang diperoleh pada siklus I dan siklus II disebabkan karena pada siklus I guru belum terbiasa dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap sehingga hasil yang diperoleh pada siklus I lebih rendah dibandingkan dengan siklus II. Pada siklus II guru sudah terbiasa dengan penerapan cara bermain sehingga guru lebih siap dan pada siklus II hasilnya sangat maksimal.

## 2. Aktivitas siswa

Berdasarkan aktivitas siswa yang diperoleh dari siklus I dan siklus II maka hasil yang diperoleh semakin meningkat di setiap siklus. Pada pelaksanaan siklus I aktivitas siswa mencapai nilai sebesar 55% sebenarnya hal tersebut sudah cukup baik dibandingkan sebelum pembelajaran dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap. Tetapi hasil tindakan di siklus I belum mencapai indikator keberhasilan yang harus dicapai adalah 80%. Pada pelaksanaan siklus II aktivitas siswa mencapai nilai sebesar 85%, hasil tersebut sangat memuaskan dan melebihi indikator keberhasilan. Perbedaan hasil yang diperoleh pada siklus I dan siklus II disebabkan karena pada siklus I siswa belum terbiasa pembelajaran dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap sehingga hasil yang diperoleh pada siklus I lebih rendah dibandingkan dengan siklus II.

## 3. Hasil belajar

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari tes siklus I dan siklus II maka hasil yang diperoleh semakin meningkat di setiap siklus. Pada pelaksanaan siklus I hasil belajar siswa yang mencapai nilai 70 atau lebih besar 61,76% sebenarnya hasil tersebut sudah cukup baik dibanding sebelum pembelajaran dengan menerapkan cara bermain lempar tangkap, hasil belajar siswa rata-rata mendapat nilai di bawah 70. Tetapi hasil tindakan siklus I belum mencapai indikator keberhasilan karena indikator keberhasilan yang harus dicapai adalah 80% siswa mendapat nilai 70 atau lebih. Pada pelaksanaan tindakan siklus II hasil belajar siswa yang mencapai nilai 70 atau lebih sebesar 85,25%, hasil tersebut sangat memuaskan dan melebihi indikator keberhasilan. Keberhasilan yang diperoleh peneliti tersebut juga pernah dicapai oleh Kamsul (2007) yang telah menggunakan cara bermain lempar tangkap untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas SDN Sambikerep II/480 Surabaya, dan hasil yang diperoleh ada peningkatan sebesar 71% dibandingkan sebelum menggunakan cara bermain.

Dari hasil pembelajaran cabang bolavoli menggunakan teknik bermain lempar tangkap bola voli

yang mencakup aspek penilaian tindakan kelas yaitu pengamatan (observasi), uji kompetensi atau ketuntasan belajar serta kebakatan olahraga (*sport search*) sebagai berikut:

### 1. Hasil tes keterampilan

Hasil tes keterampilan bolavoli pada 39 siswa menunjukkan rentangan skor terendah dan tertinggi antara 45 sampai dengan 100, berarti skor rata-rata 86,50.

Dari perhitungan terlihat bahwa 25 siswa (75%) dari jumlah siswa hasil belajar keterampilan bolavoli berada di atas rata-rata, sisanya 14 siswa (35%) di bawah rata-rata, ini menunjukkan bermain lempar tangkap bola voli dapat meningkatkan pasing bolavoli melalui permainan lempar tangkap bola pada pembelajaran bolavoli 75% tuntas belajar.

### 2. Hasil tes kebakatan olahraga

Dari hasil tes kebakatan olahraga, maka bermain lempar tangkap bola voli menunjukkan 26 siswa (65%) berbakat olahraga lempar tangkap bola voli, 10 siswa (27,5%) berbakat baik dalam olahraga lempar tangkap bola voli, dan 3 siswa (7,5%) cukup berbakat dalam olahraga lempar tangkap bola voli.

Maka dengan demikian hasil bermain lempar tangkap bola voli dapat menunjukkan arah pengembangan menuju bakat olahraga dari siswa sebanyak 20 siswa (50%) diarahkan dan dibina dengan tindak lanjut ke prestasi cabang olahraga bolavoli.

## PENUTUP

### Simpulan

1. Peningkatan keterampilan siswa melakukan pasing dengan diterapkannya cara lempar tangkap bola voli dapat meningkatkan pengaruh yang sangat baik.
2. Pengaruh cara lempar tangkap bolavoli terhadap peningkatan keterampilan pasing siswa sangat baik (signifikan) terhadap keterampilan siswa melakukan pasing dalam pembelajaran lempar tangkap bola voli sebesar 75% sebanyak 25 siswa.

### Saran

1. Sebaiknya sekolah dapat memperhatikan sarana dan prasarana mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
2. Metode dan pendekatan bermain lempar tangkap cabang bolavoli dapat dimodifikasikan dalam bentuk bermain yang lain, maka hal ini guru dapat menindaklanjuti atau setidaknya mencoba memodifikasi yang diharapkan oleh penulis.
3. Perancang kurikulum tingkat satuan pendidikan hendaknya lebih menyederhanakan materi pokok mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terlebih sekolah-sekolah dapat menciptakan

suasana yang lebih kondusif terhadap mata pelajaran yang hampir 100% siswa gemar dan senang sekali dengan “olahraga”.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aqib, Zainal. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widya.
- Azhar. 1993. *Implementasi Pembelajaran*. Jakarta: Gramedia.
- Darsono. 2002. *Panduan Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Gagus. 1984. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Grana dan Kalenak, 1991. *Gerak Dasar Koordinasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Mahardika. 2008. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa.
- Maksum, A, 2009. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Mufi, Ali. 1990. *Upaya Meningkatkan Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nur. 2001. *Pendekatan Kontekstual : Contextual Teaching and Learning (CTL)*. Jakarta: DEPDIKNAS..
- Sugiyono. 2011. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

