

PENERAPAN METODE *DRILL* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING ATAS BOLA VOLI SISWA SMPN 4 TAPUNG HILIR

Nurul Khotimah
SMP Negeri 4 Tapung Hilir, Indonesia
Email: nkhotimah133@yahoo.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas bolavoli melalui metode *drill* pada siswa kelas VIII A SMPN 4 Tapung Hilir. Jenis penelitian yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Ada empat tahapan dalam penelitian tindakan, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi, sedangkan penelitian ini terdiri dari dua siklus dengan masing-masing siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Subjek penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas VIII A SMP N 4 Tapung Hilir dengan jumlah siswa yang diteliti sebanyak 20 siswa yang terdiri dari 10 siswa dan 10 siswi. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah metode *drill* dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas siswa kelas VIII A di SMPN 4 Tapung Hilir. Terjadi peningkatan kemampuan *passing* atas siswa dari siklus I dan siklus II. Hasil evaluasi siklus I dari 20 siswa yang berhasil mencapai KKM yaitu sebanyak 8 siswa (40%), dan hasil evaluasi nilai siklus II dari 20 siswa yang berhasil mencapai KKM yaitu sebanyak 16 siswa (80%).

Kata Kunci: Metode Drill ; *Passing* Atas; Bola Voli

APPLICATION OF THE DRILL METHOD TO IMPROVE PASSING SKILLS ON VOLLEYBALL STUDENTS OF SMPN 4 TAPUNG HILIR STUDENTS

ABSTRACT

The purpose of this study is to improve the passing skills of volleyball through drill methods in class VIII A students of SMPN 4 Tapung Hilir. The type of research determined in this study is classroom action research (CAR). There are four stages in action research, namely (1) planning, (2) implementation, (3) observation, and (4) reflection, while this study consists of two cycles with each cycle consisting of two meetings. The research subjects in this class action research were students of class VIII A SMP N 4 Tapung Hilir with the number of students studied as many as 20 students consisting of 10 students and 10 students. The conclusion in this study is the drill method can improve the passing ability of class VIII A students at SMPN 4 Tapung Hilir. An increase in passing ability on students from cycle I and cycle II. The results of the first cycle evaluation of 20 students who achieved KKM were 8 students (40%), and the evaluation results of the second cycle of 20 students who achieved KKM were 16 students (80%).

Keywords: Drill Method; Upper Passing; Volleyball

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas yang titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia merupakan hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya (Purnama, 2017). Pendidikan jasmani berorientasi untuk meningkatkan kesegaran dan kebugaran serta membentuk manusia yang berjiwa sportif, berani, disiplin, ceria dan pantang menyerah (Zulrafla, Turimin, & Muspita, 2016). Tujuan dari pendidikan jasmani ini adalah untuk meningkatkan kebugaran siswa, dimana siswa yang hampir dalam satu minggu harus berada di dalam kelas untuk belajar mata pelajaran teori (Sari, 2018). Ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek-aspek berikut: 1) permainan dan olahraga, 2) aktivitas pengembangan, 3) aktivitas senam, 4) aktivitas ritmik, 5) aktivitas air, 6) pendidikan luar kelas, 7) kesehatan.

Melalui ketujuh aktivitas tersebut penjas tidak mungkin dapat berfungsi seperti yang diharapkan, mengingat keterbatasan berbagai hal, sehingga tidak tercukupi volume latihan, frekuensi dan intensitas minimalnya untuk mencapai taraf yang digariskan. Akan tetapi penjas harus dilaksanakan sebagai upaya untuk menumbuh kembangkan kebiasaan hidup sehat melalui aktivitas-aktivitas yang menarik perhatian dan minat siswa, sehingga aktivitas jasmani dijadikan sebagai budaya dan kebutuhan (Depdiknas, 2006).

Menurut Sulistyanta dalam Viera (2000) pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama terdiri dari permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional dan aktivitas luar kelas. Dalam pendidikan jasmani, permainan merupakan olahraga yang paling digemari siswa, salah satu di antaranya adalah permainan bolavoli. Permainan bolavoli adalah suatu permainan yang menggunakan bola untuk dipantulkan (divoli) di udara di atas net (jaring), dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak daerah lapangan lawan dalam rangka mencari kemenangan (Mukholid dalam Gazali, 2016)

Bolavoli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring. Permainan bolavoli merupakan aktivitas kelompok, kemampuan suatu regu bolavoli ditentukan oleh keterampilan teknik dasar yang dimiliki oleh setiap anggota regu dalam melakukan fungsinya masing-masing. Seperti dalam cabang olahraga lainnya, kunci keberhasilan untuk menjadi seorang pemain yang baik adalah dengan mempelajari teknik permainan yang benar sejak dini.

Dalam penulisan ini penulis akan meneliti mengenai *passing* atas, karena *passing* atas berguna untuk menerima servis, menerima operan teman, mengoper bola, mengumpan smash, atau bahkan mengembalikan bola pada permainan bolavoli. *Passing* atas harus banyak dilatih supaya arah bola terkendali dan tidak sampai menimbulkan cedera jari tangan. Dalam latihan *passing* atas posisi kaki harus kuat dengan di bantu oleh kuda-kuda juga tentunya dan diperlukan keseimbangan sehingga jari-jari bisa melakukan dorongan yang maksimal ketika melakukan *passing* atas. Dalam latihan maupun dalam permainan, perlu sangat ditonjolkan pentingnya *passing* atas yang tepat dan aman.

Berdasarkan pengamatan penulis pada saat pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas VIII A di SMPN 4 Tapung Hilir, siswa-siswa sangat menyukai materi pendidikan jasmani dalam bentuk permainan terutama permainan bolavoli, meskipun masih banyak siswa yang belum mampu melakukan *passing* atas dengan benar. Untuk

lebih memahami kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas dalam permainan bolavoli, maka penulis mengambil kelas sample di kelas VIII A SMPN 4 Tapung Hilir. Diharapkan setelah penelitian dengan metode pembelajaran drill ini berhasil, selanjutnya akan penulis terapkan ke semua kelas. Apabila pada saat kelas VIII A siswa-siswa sudah mempunyai tehnik dasar permainan bolavoli yang benar, diharapkan pada kelas berikutnya siswa-siswa dapat melanjutkan melakukan pendalaman, latihan secara rutin, dan meningkatkan kerjasama/kekompakan antar anggota kelompok.

Sebagai seorang guru, penulis merasa perlu menerapkan metode yang tepat dalam memberikan pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa, apabila guru masih menggunakan paradigma pembelajaran lama dalam arti komunikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani cenderung berlangsung satu arah, umumnya dari guru ke siswa, guru lebih mendominasi pembelajaran, maka pembelajaran cenderung monoton. Oleh karena itu dalam memberikan pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa, guru hendaknya lebih memilih berbagai variasi pendekatan, strategi, atau metode yang sesuai dengan situasi sehingga tujuan pembelajaran yang direncanakan akan tercapai. Dalam pemilihan metode pembelajaran kepada siswa, juga dipengaruhi oleh tujuan dari pembelajarannya, kesesuaian dengan materi pembelajaran, tingkat perkembangan siswa, kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran serta mengoptimalkan fasilitas yang ada. Setelah mereka diberikan permainan bolavoli tersebut, maka penulis mengamati bahwa masih banyak diantara mereka yang belum bisa melakukan *passing* atas tersebut. Padahal *passing* atas adalah salah satu teknik dasar yang harus dikuasai agar permainan dapat berjalan dengan baik dan asyik. Berdasarkan tes awal yang penulis berikan memang hanya beberapa orang yang tergolong baik dalam melakukan keterampilan *passing* atas tersebut, sebagaimana terlihat pada pre tes sebelum penelitian.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Ada empat tahapan dalam penelitian tindakan, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi, sedangkan penelitian ini terdiri dari dua siklus dengan masing-masing siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Subjek penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas VIII A SMP N 4 Tapung Hilir dengan jumlah siswa yang diteliti sebanyak 20 siswa yang terdiri dari 10 siswa dan 10 siswi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memaparkan data kemampuan persentase klasikal siswa dalam menguasai teknik *passing* atas melalui upaya metode drill pada siswa kelas VIII A SMPN 4 Tapung Hilir. Data hasil pembelajaran awal akan dipaparkan terlebih dahulu untuk melihat keefektifan metode yang digunakan.

1. Data Siklus I Upaya Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa SMPN 4 Tapung Hilir

Untuk memperoleh data pada siklus I dilakukan dalam satu kali pertemuan, dimana pertemuan pertama dengan menempuh langkah-langkah pembelajaran yang dimulai dari penjelasan materi hingga berupa tindakan *passing* atas. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian tiap-tiap siswa pada siklus I, untuk lebih jelas dapat dilihat pada penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus I yakni diperoleh nilai 33,33-37,33 dengan frekuensi 2 (10%), nilai 38,33-42,33 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 43,33-47,33 dengan frekuensi 2 (10%), nilai 48,33-52,33 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 53,33-57,33 dengan frekuensi 6 (30%), nilai 58,33-62,33 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 63,33-67,33 dengan frekuensi 2 (10%), nilai 68,33-72,33 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 73,33-77,33 dengan frekuensi 6 (30%), nilai 78,33-82,33 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 83,33-89,33 dengan frekuensi 2 (10%).

2. Data Siklus II Upaya Penerapan Metode *Drill* Untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Atas Bola Voli Siswa SMPN 4 Tapung Hilir.

Hasil data pelaksanaan perbaikan pembelajaran yang dilaksanakan dengan menempuh langkah-langkah pembelajaran yang dimulai dari persiapan sarana pendukung, dilakukan perencanaan siklus dan melakukan penilaian tes unjuk kerja. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian dengan perolehan nilai tiap-tiap siswa pada siklus II, untuk lebih jelas dapat dilihat dari penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus II yakni diperoleh nilai 66-67-70,67 dengan frekuensi 3 (15%), nilai 71,67-75-67 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 76,67-80,67 dengan frekuensi 2 (10%), nilai 81,67-85,67 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 86,67-90,67 dengan frekuensi 14 (70%), nilai 91,67-95,67 dengan frekuensi 0 (0%), nilai 96,67-100,00 dengan frekuensi 1 (5%).

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah metode *drill* dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas siswa kelas VIII A di SMPN 4 Tapung Hilir. Terjadi peningkatan kemampuan *passing* atas siswa dari siklus I dan siklus II. Hasil evaluasi siklus I dari 20 siswa yang berhasil mencapai KKM yaitu sebanyak 8 siswa (40%), dan hasil evaluasi nilai siklus II dari 20 siswa yang berhasil mencapai KKM yaitu sebanyak 16 siswa (80%).

DAFTAR PUSTAKA

- Gazali, N. (2016). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bolavoli. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 3(1), 1–6. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs>
- Purnama, S. (2017). Pengaruh Manajemen Fasilitas Olahraga dan Layanan Guru Terhadap Efektivitas Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Tasikmalaya). *Journal Sport Area*, 2(2), 105–114.
- Sari, M. (2018). Proses Pelaksanaan Penilaian Hasil Pembelajaran Pendidikan Jasmani Anak Tuna Rungu di SMALB Negeri Pembina Pekanbaru. *Journal Sport Area*, 3(1), 42. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(1\).1657](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(1).1657)

Viera, B. L. (2000). *Bola Voli (Tingkat Pemula)* diterjemahkan oleh Monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Zulraflı, Turimin, & Muspita. (2016). Kontribusi Tingkat Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2013 FKIP UIR Pekanbaru). *Journal Sport Area*, 1(2), 73–83.