

**UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH
PERMAINAN BOLA VOLI MINI MELALUI MEMODIFIKASI PADA
SISWA SISWI KELAS 5 SD NEGERI 58 PALEMBANG**

Muhammad Suhdy
Stkip Pgrl Lubuklinggau
msuhdy@stkippgri-lubuklinggau.ac.id
Hp.082381583383

Abstrak

Tinjauan penelitian ini adalah untuk memperbaiki pembelajaran servis bawah permainan bola voli mini melalui modifikasi pada SD Negeri 58 Palembang Kecamatan Ilir Timur II Kota Palembang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari 2 siklus dan tiap-tiap siklus terdiri dari satu kali pertemuan atau 2x40 menit yang meliputi kegiatan sebagai berikut yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan atau observasi serta refleksi. Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 58 Palembang Kecamatan Ilir Timur II Kota Palembang, semester dua Tahun Pelajaran 2013/2014. Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut : Skor rata-rata teknik servis bawah bola voli pada tes awal KKMnya meningkat mencapai 38%. Skor rata-rata teknik servis bawah pada siklus 1 KKMnya meningkat menjadi 59%. Skor rata-rata teknik servis bawah pada siklus 2 KKMnya meningkat menjadi 79%. Skor rata-rata nilai sikap siswa pada proses pembelajaran pada siklus 1 KKMnya mencapai 60%. Skor rata-rata pada pembelajaran siklus 2 KKMnya meningkat menjadi 85%. Dari hasil tes di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran servis bawah bola voli dapat diperbaiki.

Kata Kunci : Teknik Servis Bawah Permainan Bola Voli Mini.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) adalah kelompok mata pelajaran yang diajarkan dari jenjang pendidikan dasar hingga pendidikan menengah kejuruan melalui aktivitas fisik, ruang lingkup pendidikan jasmani yang digunakan sebagai media

pembelajaran antara lain, permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas ritmik, aktivitas luar kelas, dan pendidikan kesehatan. Ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes salah satunya adalah permainan dan olahraga yang meliputi, olahraga tradisional,

permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik dan beladiri.

Permainan bola besar terdiri dari : permainan bola kaki, permainan bola basket, dan permainan bola voli. Dalam penelitian ini, peneliti memilih permainan bola voli khususnya tentang servis bawah. Pada saat peneliti memberikan pembelajaran penjasorkes pada materi bola voli mini di kelas V SD Negeri 58 Palembang, tentang servis bawah siswa dan siswi mengalami hambatan dalam penerimaan pembelajaran yang diberikan, di mana peneliti melihat dalam melakukan servis bawah siswa dan siswi merasa takut dan tidak memahami tentang teknik servis bawah. Bola voli adalah olahraga tim dimana setiap tim memiliki 6 tim yang aktif setiap tim dipisahkan oleh net dan setiap tim mencoba untuk membuat poin dengan cara menjatuhkan bola ke lapangan lawan yang diselenggarakan dibawah aturan sedangkan, bola voli mini adalah modifikasi dari permainan bola voli standar yang mengembangkan peraturan-peraturan agar menarik dan lebih mudah dipahami serta ditujukan

untuk sekolah dasar. Bola voli mini menyajikan sejenis bola voli mini yang diselenggarakan dengan kebutuhan dan kapasitas anak-anak usia 9 sampai 12 tahun.

Penyelenggaraan proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga dilapangan oleh seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) diharapkan harus berjalan dengan efektif dan menyenangkan dalam kondisi bagaimanapun, sebab pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga menurut sebagian siswa dan siswi sebagai kompensasi atau imbalan dari pelajaran didalam kelas yang serba terbatas baik gerak maupun pandangan mata yang dibatasi dinding. Oleh karena itu dalam kondisi yang kurang menguntungkan pun guru penjasorkes, harus mampu menciptakan suasana yang kondusif.

Kondisi yang kurang menguntungkan yang dimaksud, misalnya karena kondisi alam atau cuaca hujan, maka seorang guru penjasorkes harus cepat mengatasinya, sehingga psikologis yang jenuh dan kurang bersemangat

atau kurang menyenangkan materi olahraga tertentu yang disuguhkan, maka guru penjasorkes harus member materi yang bervariasi. Kemudian keterbatasan dan minimnya peralatan olahraga yang dimiliki sekolah atau masalah yang terkait dengan rendahnya kemampuan siswa dan siswi terhadap materi tertentu, yang semua kondisi dan masalah tersebut harus disikapi oleh seorang guru penjasorkes dengan arif dan bijak, sehingga tidak menimbulkan gejala pada siswa dan siswi.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berupaya untuk memperbaiki proses pembelajaran dengan cara memodifikasi bola dengan menggunakan bola plastik sehingga diharapkan dapat mendorong siswa dan siswi untuk dapat melakukan servis bawah. Servis bawah merupakan servis yang paling mudah dikuasai, servis ini cocok untuk siswa dan siswi sekolah dasar atau atlet pemula. Salah satu masalah yang ingin peneliti ungkap adalah rendahnya kemampuan siswa dan siswi terhadap materi tertentu, misalnya kurangnya kemampuan

siswa dan siswi dalam melakukan servis bawah dalam permainan bola voli, hal tersebut terutama terjadi pada siswa dan siswi ketika servis bola tidak melewati net.

Salah satu solusinya adalah perlunya seorang guru penjasorkes memiliki kreativitas, sehingga ia dapat menyelesaikan segala permasalahan yang muncul dalam proses belajar mengajar. Salah satu contoh kreatifitas guru adalah dengan memodifikasi alat permainan bola voli tersebut, yaitu salah satunya mengubah bola voli menjadi bola plastik dari bola voli ukuran yang sebenarnya.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti terhadap siswa dan siswi kelas V Sekolah Dasar 58 Palembang hampir semua belum mampu melewati net ketika servis dari 40 orang hanya, 10 orang siswa dan siswi (25 %) yang mampu melewati net ketika servis, selebihnya 30 orang siswa dan siswi (75 %) belum mampu melewati net ketika servis. Kenyataan di atas memacu peneliti untuk menggali lebih dalam mengenai perbaikan pembelajaran dengan solusi

memodifikasi alat permainan atau mengganti bola voli menjadi bola plastik dari yang sebenarnya, dari bola voli standar yang ada.

Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran menurut Hamalik (1995:57) adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran. Manusia yang terlibat di dalamnya terdiri dari siswa, guru, dan tenaga lainnya. Material, seperti buku-buku, komputer, kapur, fotografi, slide, tape, dan lainnya. Fasilitas dan perlengkapan, seperti ruang kelas, meja, dan bangku serta papan tulis. Prosedur, meliputi jadwal dan metode penyampaian informasi, praktik, teori, ujian dan lain sebagainya.

Ciri-Ciri Pembelajaran

Ada tiga khas yang terkandung dalam sistem pembelajaran, yaitu :

- a. Rencana, ialah penataan ketenagaan, material, prosedur yang merupaka

unsur-unsur sistem pembelajaran dalam suatu rencana khusus.

- b. Saling ketergantungan, tiap unsur bersifat esensial, dan masing-masing Memberikan sumbangannya kepada sistem pembelajaran.
- c. Tujuan, tujuan utama sistem pembelajaran agar siswa dan siswi belajar, tugas guru sebagai seorang perancang sistem, yaitu mengorganisasi tenaga, material, dan agar siswa belajar secara efisien dan efektif. (Hamalik, 1995:58)

Hakikat Permainan Bolavoli Mini

Bola voli adalah suatu cabang olahraga yang dilakukan oleh orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Yang terdiri dari 6 orang per regunya dan dimainkan oleh 2 regu. Permainan ini dibatasi oleh jaring / net, untuk mencetak poin pemain harus menjatuhkan bola ke lapangan lawan. Menurut Subroto (2001:42), permainan bola voli adalah memantulkan bola agar jangan sampai bola menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak- banyaknya tiga

kali sentuhan dalam lapangannya sendiri dan mengusahakan hasil sentuhan terakhir itu disebrangkan ke lapangan lawan melalui jaringan dan masuk sesulit mungkin.

Sedangkan menurut Gilang (2007:13) permainan bola voli merupakan suatu cabang olahraga dengan memvoli bola di udara hilir mudik di atas net dengan maksud dapat menjatuhkan bola ke dalam petak atau lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain.

Jadi menurut kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli yang dilakukan dengan 6 orang setiap tim, setiap tim harus bisa menjatuhkan bola kedalam petak atau lapangan lawan untuk mencari suatu kemenangan dalam permainan. Sedangkan permainan bola voli mini sekarang sudah bertambah pesat dan merupakan olahraga yang populer, baik tingkat dunia maupun di Indonesia. Hal ini merupakan modal dasar PBVSI khususnya dan pembinaan bola voli pada umumnya untuk terus mengembangkan serta meningkatkan mutu perbolavolian di Indonesia. Tapi yang paling penting, ternyata banyak sekali anak-anak di

berbagai Negara tertarik akan permainan bola voli mini. Para remaja inilah yang akan meningkatkan jumlah pemain dan pribadi aktif dalam perbolavolian nantinya. Juga sangat penting untuk menyusun teknik dasar penguasaan control bola pada usia dini, sebagai seorang atlet muda yang lebih mempelajari keterampilan dasar tersebut. Untuk mengembangkan keterampilan tersebut, sangat penting arti kecintaan terhadap bola voli dari usia dini, mereka akan memainkan dengan gairah, kegembiraan dan permainan tingkat tinggi. Bolavoli mini merupakan olahraga yang dimainkan oleh 2 regu yang mana setiap regu terdiri dari 4 orang pemain. Permainan bolavoli mini dilakukan di sebuah lapangan yang berbentuk persegi.

Teknik Dasar Permainan Bolavoli

Menurut Bachtiar (2005:29) teknik adalah proses melahirkan kegiatan jasmani yang ditampilkan dalam bentuk gerakan untuk mencapai sesuatu secara efisien dan efektif. Sedangkan teknik dasar menurut Suhendro (2007:3.57) adalah

penguasaan teknik tingkat awal yang terdiri dari komponen-komponen penting cabang olahraga tertentu dalam tarap yang paling sederhana. Teknik dasar mutlak harus diberikan kepada setiap atlet tidak dapat ditawar-tawar sebagai pondasi dan pondamen yang kokoh dalam mencapai prestasi dimasa mendatang. Menurut Suharno (dalam Bachtiar 2005:55) ada 7 tujuan mengapa latihan teknik dasar perlunya diberikan yaitu :

1. Menumbuhkan senang berolahraga,
2. Memberi pengayaan dan pengalaman gerak yang bermacam-macam,
3. Meningkatkan kondisi umum yang meliputi : kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan koordinasi,
4. Penguasaan teknik dasar yang benar,
5. Pengembangan daya piker/kecerdasan melalui latihan motorik,
6. Menanamkan sikap mental yang dapat mendukung prestasi puncak,

7. Menanamkan cara hidup sehat melalui latihan.

Menurut Bachtiar (2005:45) secara garis besar ada 4 teknik dasar permainan bola voli yaitu : *service, passing, smash dan block*. Namun dalam penelitian ini peneliti akan mengetengahkan teknik servis bawah.

Servis Bawah Permainan Bolavoli

Servis tangan bawah, merupakan servis yang paling mudah untuk dikuasai, servis ini cocok diajarkan kepada dan siswi sekolah dasar atau atlet pemula.

- a) Sikap permulaan :

Berdiri di belakang garis belakang dengan badan menghadap kelapangan, kaki kiri didepan tangan kiri memegang bola juga berada didepan, tangan kanan di belakang siap memukul dengan telapak tangan terbuka atau tertutup. Lutut agak dibengkokkan dengan berat badan berada ditengah.

- b) Gerakan pelaksanaan :

Bola dilambungkan kedepan bahu kanan, 10-20 cm dalam waktu yang bersamaan tangan

pemukul ditarik kebelakang kemudian diayunkan kedepan atas melalui samping badan, sehingga mengenai bagian belakang bola.

c) Gerak lanjutan :

Setelah memukul, langkah kaki yang dibelakang kedepan untuk menjaga keseimbangan dan segera masuk kelapangan permainan. Gerakan-gerakan servis tangan bawah diatas dapat dilakukan baik dengan tangan tertutup maupun dengan tangan terbuka.

Hakikat Modifikasi

Modifikasi asal kata, *modification* dalam bahasa inggris yang menurut Shadily (1986:406) berarti perubahan atau mengalami perubahan. Sedangkan jarak yang dimaksud dalam penelitian ini adalah jarak servis.

Hal ini selaras dengan ungkapan Lutan (2002 : 67) guru pendidikan jasmani memiliki kesempatan untuk memodifikasi kegiatan olahraga formal untuk dijabarkan dalam pengajarannya dengan memperhatikan karakteristik (misalnya, kematangan) dan inilah

yang dimaksud dengan *fleksibilitas* pengembangan materi. Jadi modifikasi adalah perubahan jarak servis dengan cara memperpendek ukuran servis yang sebenarnya, yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan kematangan servis bawah pada permainan bola voli mini.

Tujuan Modifikasi Dalam Penjasorkes

Tiga tujuan modifikasi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Sadirman, (1986:45) yaitu ;

1. Memberi kepuasan kepada siswa dan siswi dalam mengikuti proses belajar mengajar.
2. Meningkatkan kemampuan, keberhasilan dan berpartisipasi serta lebih efektif untuk menciptakan daya kreatif anak.
3. Siswa dan siswi dapat melaksanakan pola gerak modifikasi pembelajaran penjasorkes melalui pendekatan modifikasi alat.

Berdasarkan tiga tujuan modifikasi diatas diharapkan setiap guru penjasorkes mampu memodifikasi setiap cabang olahraga

yang menjadi materi ajar dalam proses pembelajaran. Kesimpulan modifikasi adalah : Merubah suatu peralatan olahraga yang sebenarnya menjadi bukan sebenarnya. Contohnya, bola voli di robah menjadi bola plastik

METODE

Metode yang paling tepat untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang sering ada pada penelitian ini, adalah Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau sering disebut *action research*. Dimana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan akan terjadi adanya peningkatan secara signifikan terhadap hasilnya.

Hasil Penelitian

Tes Awal

Pada data hasil servis bola voli mini tes awal di peroleh rata-rata kemampuan siswa dalam melakukan servis bola voli mini dengan skor 7,65. Terlihat pada data tersebut skor tertinggi yang di peroleh siswa adalah 11, yaitu nomor sampel 26. Kemudian jika di perhatikan dengan cermat data yang sama, skor terendah

adalah 5 yang di peroleh siswa nomor sampel 2.

Dari rekapitulasi data tes awal tersebut apabila ditelaah lebih dalam, maka terlihat siswa kelas V sekolah Dasar Negeri 58 Palembang telah memiliki kemampuan dasar dalam melakukan servis bola voli mini. Hal ini didasari oleh kemampuan servis rata-rata siswa sudah mencapai skor 7,65. Skor tersebut apabila dikonfirmasi dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM), maka skor tersebut adalah 38%.

Hasil Proses Pembelajaran **Siklus 1**

Setelah proses pembelajaran siklus 1 berakhir, maka pada akhir siklus 1 kembali diadakan tes lagi ternyata hasilnya mengalami peningkatan dari tes awal, yaitu skor tertinggi adalah 15 diperoleh oleh siswa nomor 26, sedangkan skor terendah adalah 9 diperoleh siswa dengan nomor sampel 2.

Dari rekapitulasi data tes pada akhir siklus 1 tersebut, maka terlihat adanya peningkatan rata-rata dari hasil tes awal, yaitu dengan skor

11,775. Skor tersebut apabila dikonfirmasi dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) telah mencapai 59%.

Hasil Proses Pembelajaran Siklus 2

Setelah proses pembelajaran siklus 2 berakhir, maka pada akhir siklus 2 kembali diadakan tes lagi untuk melihat peningkatan yang terjadi, ternyata hasilnya mengalami peningkatan dari tes awal, maupun tes akhir siklus 1 yaitu skor tertinggi mencapai 17 di peroleh 11 siswa, sedangkan skor terendah adalah 13 hanya 1 siswa yang mendapat skor tersebut yaitu siswa nomor sampel 2.

Dari rekapitulasi data tes pada akhir siklus 2 tersebut, maka terlihat adanya peningkatan rata-rata dari tes awal, yaitu dengan skor 15,9 skor tersebut apabila dikonfirmasi dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) telah mencapai 79%. Persentase ini telah melewati KKM sebesar 75%.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa proses perbaikan pembelajaran servis bawah bola voli

melalui penilaian unjuk kerja (psikomotor) di sekolah Dasar Negeri 58 Palembang melampaui ketuntasan minimal (KKM), yaitu dengan persentase 75%.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti tentang upaya meningkatkan teknik servis bawah bola voli melalui modifikasi lapangan pada siswa/siswi kelas V Sekolah Dasar Negeri 58 Palembang, maka di peroleh hasil teknik servis bawah bola voli para siswa dari siklus ke siklus terjadi peningkatan, siklus 1 (7,5), siklus 2 (11,775), siklus 3 (15,9), hal tersebut dengan dibuktikan adanya peningkatan pada penilaian teknik servis maupun peningkatan kriteria ketuntasan minimal (KKM). Sehingga dengan demikian berdasarkan data dapat disimpulkan bahwa teknik servis bawah bola voli dapat di tingkatkan melalui modifikasi lapangan pada siswa/siswi kelas V Sekolah Dasar Negeri 58 Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : P.T. Bumi Aksara.
- Arikunto, Arikunto. 2010. *Prosedur suatu penelitian praktik*. Jakarta : P.T Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharmi. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : P.T. Bumi Aksara.
- Bachtiar. 2005. *Permainan Besar II Bola voli dan Bola Tangan*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Daryanto. 1998. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya : Apollo.
- Depdiknas. 2004. *Dasar Permainan Bolavoli*. Jakarta : Depdiknas.
- Depdiknas. 2009. *Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM)*. Jakarta : Depdiknas.
- Gilang, Moh. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan*. Bandung : Ganesca Exach.
- Hadi, Sutrisno. 1980. *Statisik*. Yogyakarta. Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi. UGM.
- Heryana, Dadan. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan untuk siswa kelas V*.
- Pusat Perbukuan. Kementrian Pendidikan Nasional.
- Lutan, Rusli. 2002. *Supervisi Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdiknas.
- Shadily, Hasan. 1986. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta : P. T. Gramedia.
- Subroto. 2001. *Melatih Bola Voli Tingkat Pemula*, Bandung : Ganesca Exach.
- Suhendro. 2007. *Penguasaan Teknik Dasar*, Bandung : Ganesca Exach.
- Sumber(<http://puzpita12.file.wordpress.com/2008/11/lapanganVoli.png>)