

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada hakekatnya merupakan suatu kegiatan yang diberikan guru kepada siswa disekolah untuk memberikan pengalaman belajar gerak sebagai usaha mengembangkan potensi yang dimiliki siswa. Potensi yang dimiliki siswa, yaitu pengetahuan, sikap, serta keterampilan gerak yang dikembangkan kearah positif, serta seimbang selaras dan serasi. Bagi siswa dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan mengembangkan keterampilan gerak serta nilai dan sikap yang positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani disekolah, peranan pendidikan jasmani sangat penting adanya. Pendidikan jasmani dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Bermain berolahraga yang dilakukan secara sistematis, dapat membentuk siswa yang aktif, kreatif, inovatif dan memiliki gaya hidup sehat.

Dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, seorang guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan

strategi permainan dan olahraga. Guru harus bisa menanamkan kepada siswa nilai sportivitas, jujur dan kerjasama serta pembiasaan pola hidup sehat dalam kesehariannya, oleh karena itu seorang guru dituntut untuk memiliki kemampuan merencanakan, pengembangan tujuan materi, penggunaan metode mengajar, penggunaan alat-alat bantu dan penilaian serta alokasi waktu yang dibutuhkan untuk proses pembelajaran. Pendidikan jasmani disekolah-sekolah masih dirasa belum mendapatkan hasil yang optimal, oleh karena itu diperlukan upaya-upaya peningkatan kemampuan kreativitas guru dalam mengajar, sehingga dapat memilih dan menggunakan media pembelajaran atau alat bantu mengajar yang tepat.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan bisa merangsang perkembangan sikap mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Begitu pentingnya peranan pendidikan jasmani disekolah maka harus diajarkan secara baik dan benar, bentuk kegiatan jasmani yang termasuk dalam rangkaian proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan salah satunya adalah permainan bola voli. Permainan bola voli sudah tidak asing lagi didengar karena sudah menjamur dan di gemari oleh masyarakat Indonesia, akan tetapi pada siswa khususnya siswa Sekolah Menengah Pertama, permainan olahraga bola voli ini masih dirasa sulit memainkannya. Untuk dapat bermain permainan bola voli

memerlukan penguasaan teknik yang baik seperti *service*, *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan blok.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani di sekolah. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani, manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh kearah yang lebih baik.

Teknik dasar *Smash* merupakan salah satu rangkaian gerak dasar dalam permainan olahraga bola voli. *Smash* merupakan salah satu teknik harus dikuasai oleh siswa sehingga siswa dapat melakukan permainan ini, akan tetapi dalam pembelajaran *smash* bola voli disekolah, siswa seringkali mengalami kesulitan dalam belajar rangkaian gerak *smash*. Bagi guru pendidikan jasmani merupakan hal yang sulit mengawasi siswa pada saat melakukan demonstrasi, khususnya pada siswa SMPN 2 JONGGOL. Pada saat pembelajaran penjas siswa sering kali tidak fokus memperhatikan dan bahkan ada siswa yang bercanda pada saat pemberian materi atau dalam demonstrasi gerakan *smash*, sehingga pada saat tes keterampilan *smash* bola voli banyak siswa yang tidak mampu mencapai KKM yang telah ditentukan. Guru dituntut untuk melakukan suatu inovasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah SMPN 2 JONGGOL, dengan terus mencoba berbagai metode pembelajaran dan media pembelajaran atau alat bantu yang

selama ini belum digunakan atau dipakai oleh guru, agar kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah, dirasa menyenangkan oleh siswa sehingga penulis mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Dalam bidang pengetahuan terapan yang diharapkan semakin memberi sumbangan bagi perkembangan pendidikan di tanah air adalah bidang teknologi. Dunia pendidikan saat ini memerlukan kemampuan seorang pendidik untuk memanfaatkan teknologi modern dalam upaya peningkatan hasil belajar siswa. Media pembelajaran merupakan salah satu strategi pembelajaran yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa, salah satunya dengan menggunakan media *Audio visual*. *Audiovisual* salah satu media yang menarik dan dapat mudah diingat oleh siswa, dengan menonton sebuah video terutama yang berkaitan dengan pendidikan jasmani, siswa lebih mudah menyimpan dan memproses informasi secara linier, karena otak akan lebih mudah menyimpan sebuah informasi dalam bentuk gambar, warna-warni, simbol, bunyi, dan perasaan, dan semua unsur yang telah dikemukakan tersebut dapat di implementasikan dalam media *Audio visual* sebagai media belajar yang diperlukan, terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan pemikiran di atas, dalam penelitian ini penulis akan mencoba memberikan materi pembelajaran bola voli khususnya pada rangkaian gerak *smash* dengan menggunakan media *Audio visual* dalam pembelajaran *smash* yang direncanakan karena lebih menitik beratkan pada

rangkaian gerak bukan hasil gerak yang ditunjukkan oleh siswa, pada saat pembelajaran *smash*.

B. Fokus Penelitian

Agar dicapai hasil yang optimal, fokus penelitian ini adalah diarahkan pada pembelajaran rangkaian *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan media *Audio visual* dalam pembelajaran penjasorkes bagi siswa kelas IX SMP Negeri 2 Jonggol Bogor.

C. Perumusan Masalah

Atas dasar uraian latar belakang masalah dan fokus penelitian diatas maka masalah utama dalam penelitian ini adalah:

Apakah penggunaan media *Audio visual* pada pembelajaran rangkaian gerak *smash* dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas IX SMP Negeri 2 Jonggol Bogor?

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian tindakan ini diharapkan mempunyai manfaat secara teoritis dan praktis

1. Secara teoritis hasil penelitian ini penelitian ini diharapkan dapat menambah profesionalisme guru SMP dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran secara terprogram dan holistik sesuai dengan perkembangan siswa, khususnya dalam

meningkatkan hasil belajar *smash* dalam permainan bola voli dan pada siswa SMP Negeri 2 Jonggol Bogor.

2. Secara praktis manfaat dari penelitian ini adalah :

- a. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar *smash* bola voli pada siswa kelas IX SMP Negeri 2 Jonggol Bogor
- b. Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan suasana belajar yang baru dan menyenangkan bagi siswa kelas IX SMP Negeri 2 Jonggol Bogor.
- c. Penelitian ini dapat menambah pengalaman guru dalam penggunaan media pembelajaran dan juga dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran.
- d. Penelitian ini memotivasi peneliti untuk melakukan penelitian lainnya dalam upaya penyelesaian masalah pembelajaran penjasorkes yang ada di sekolah SMP Negeri 2 Jonggol.
- e. Adanya peningkatan kualitas pembelajaran dan pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa, guru, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan kualitas sekolah secara keseluruhan.
- f. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan masukan dalam upaya peningkatan mutu pendidikan dalam proses pembelajaran di kelas.

- g. Dengan penelitian menjadi inspirasi guru pendidikan jasmani untuk menemukan media modifikasi yang lainnya dalam cabang pendidikan jasmani yang lain.
- h. Penelitian diharapkan dapat meningkatkan minat guru melakukan penelitian-penelitian untuk pemecahan masalah lainnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Konsep Penelitian Tindakan

Dewasa ini penelitian Tindakan pada saat ini sudah menjadi trend dan dilakukan oleh kalangan profesional untuk memecahkan masalah sosial maupun dalam dalam kalangan dunia pendidikan. Telah banyak definisi atau pengertian yang diungkapkan oleh para ahli tentang penelitian tindakan atau *Action Research*, Menurut Nana Sudjana menjelaskan bahwa penelitian tindakan adalah: “kegiatan mengumpulkan, mengolah dan menyimpulkan data yang diperoleh dari suatu tindakan tertentu yang sengaja direncanakan dan dilaksanakan untuk melihat efektif tidaknya tindakan tersebut”¹.

Penelitian tindakan merupakan penelitian dalam bidang sosial dengan tujuan untuk sebuah peningkatan dalam berbagai aspek. Senada dengan yang dikemukakan IGAK Wardani, Kuswaya Wihardit dan Noehi Nasoetion mengatakan bahwa:” penelitian merupakan tindakan dalam bidang sosial, yang menggunakan refleksi diri sebagai metode utama, dilakukan oleh orang yang terlibat didalamnya, serta bertujuan untuk melakukan perbaikan dalam berbagai aspek”.²

¹ Nana Sudjana, *Menyusun Karya Tulis Ilmiah Berbasis Penelitian Tindakan*, (Bekasi: Binamtra-Publishing, 2011),h.5

² IGAK Wardani, Kuswaya Wihardit, Noeh Nasoetion, *Penelitian Tindakan Kelas*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2004),h. 1.4

Pada hakikatnya penelitian tindakan bertujuan untuk memecahkan masalah dengan mempelajari dari sebuah pengalaman pribadi atau orang lain, senada dengan definisi yang diungkapkan sukardi bahwa penelitian tindakan adalah: “cara suatu kelompok atau seseorang dalam mengorganisasi suatu kondisi sehingga mereka dapat mempelajari pengalaman mereka dapat diakses oleh orang lain.”³

Dikalangan dunia Pendidikan, penelitian tindakan lebih dikenal sebagai penelitian tindakan kelas,yang berasal dari bahasa Inggris, yaitu *classroom Action Research* yang artinya *Action Research* (penelitian dengan tindakan)”⁴. Penelitian Tindakan Kelas ini ternyata memiliki nama lain, seperti yang diungkapkan Wijaya Kusuma, Dedi Dwitagama, PTK dikenal dengan nama: “a) *Participatory Research*,b) *Collaborative research*, c)*Emancipatry*,d) *Ation Learning*, e) *Contextual Action Learnin*”.⁵

Penelitian tindakan kelas dapat mengarahkan para guru untuk melakukan refleksi dan tindakan dalam suatu kegiatan belajar mengajar di kelasnya secara sistematis sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa, hal ini senada dengan yang dikemukakan Prendergast yang dikutip Zainal Arifin mendefinisikan: “penelitian tindakan kelas merupakan wahana bagi

³ Sukardi, *Metodologi Penelitian Kompetensi dan Praktiknya*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011),h.210

⁴ Suyadi, *Buku Panduan Guru Profesional Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan Penelitian Tindakan Sekolah (PTS)*, (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2012),h.3

⁵ Wijaya Kusumah, Dedi Dwitagama, *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*, (Jakarta: Indeks, 2010),h.8-9

guru untuk melakukan refleksi dan tindakan secara sistematis dalam pengajarannya untuk memperbaiki proses dan hasil belajar peserta didik”.⁶ Sedangkan Zainal Arifin mendefinisikan:” PTK dapat diartikan sebagai suatu proses penyelidikan ilmiah dalam bentuk refleksi diri yang melibatkan guru dalam situasi pendidikan tertentu dengan tujuan memperbaiki pemahaman dan keadilan tentang situasi atau praktik pendidikan, memahami tentang praktik itu dilaksanakan”.⁷

Penelitian Tindakan Kelas atau *Classroom Action Research* merupakan penelitian yang dilakukan oleh guru yang bertujuan untuk menemukan jawaban-jawaban atas masalah yang timbul dalam proses pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa dan kinerja guru semakin meningkat, ini senada dengan yang definisi PTK yang dikemukakan IGAK Wardhani, Kuswaya Wihardit yang mengatakan bahwa: “Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat”.⁸ Dari apa yang di kemukakan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa PTK dapat meningkatkan kinerja guru dan dapat menjawab masalah yang dihadapi oleh guru itu sendiri.

⁶ Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011),h.96

⁷ *Ibid.*, h.98

⁸ IGAK Wardhani dan Kuswaya Wihardit, *Op,Cit.*, h.1.4

Menurut Wijaya Kusumah, dan Dedi Dwitagama mengungkapkan dan menjelaskan model-model penelitian tindakan kelas sebagai berikut; 1) Model Kurt Lewin, 2) Model Kemmis & McTaggart, 3) Model Dave Ebbut, 4) Model John Elliot, 5) Model Hopkins, 6). Model Mckernan dan masih banyak yang lainnya.⁹ Masing-masing model diatas mempunyai konsep dasar yang berbeda dalam pelaksanaany. Dari model-model penelitian tindakan kelas yang diungkapkan oleh Wijaya Kusuma dan Dedi Dwitagama akan dibahas satu per satu model tersebut dibawah ini;

1. Model Kurt Lewin :

Pada model ini merupakan acuan pokok atau dasar dari adanya berbagai model penelitian yang lain khususnya PTK, karena penelitian ini yang pertama kali memperkenalkan *Action research*. Konsep pokok dari model ini terdiri dari empat komponen, yaitu: a) Perencanaan (*planning*), b) Tindakan (*acting*), c) Pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*).

2. Model Kemmis & McTaggart

Pada model ini merupakan pengembangan dari konsep dasar yang diperkenalkan oleh Kurt Lewin, hanya saja komponen *acting* (tindakan) dengan *Observing* (pengamatan) dijadikan satu kesatuan. Konsep dari model ini terdiri dari perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi.

⁹ Wijaya Kusuma, *Op.Cit*, h.19

3. Model John Elliot

Model John Elliot dijelaskan bahwa didalam satu tindakan (*acting*) terdiri dari beberapa step atau langkah tindakan, yaitu langkah tindakan 1, langkah tindakan 2, dan langkah tindakan 3.

4. Model McKernan

Pada Model ini ada tujuh langkah yang harus dicermati dalam PTK, yaitu: 1) analisis situasi (*reconnaissance*) atau kenal medan, 2) perumusan dan klarifikasi permasalahan, 3) hipotesis tindakan, 4) perencanaan tindakan, 5) penerapan tindakan dengan monitoringnya, 6) evaluasi hasil tindakan, 7) refleksi dan pengambilan keputusan untuk pengembangan selanjutnya.¹⁰

Dalam dunia pendidikan adanya PTK sangat besar manfaatnya, adapun manfaat PTK menurut I Wayan Santyana yang dikutip Zainal Arifin yaitu: "PTK dapat memberikan manfaat sebagai inovasi pendidikan yang tumbuh dari bawah, karena guru adalah ujung tombak pelaksana lapangan"¹¹. Lebih khusus lagi Wijaya Kusumah. Dedi Dwitagama mengungkapkan berbagai manfaat PTK yang dilakukan disekolah yaitu: a) menumbuhkan kebiasaan menulis, b) berfikir analitis dan ilmiah, c) menambah khasanah ilmu pendidikan, d) Menambahkan semangat guru lain,

¹⁰ *Ibid.*, h.20-24

¹¹ . Zainal Arifin, *Op.Cit.*, h.100-101

e) mengembangkan pembelajaran, f) meningkatkan mutu sekolah secara keseluruhan.¹²

Dari pendapat para ahli yang telah mendefinisikan penelitian tindakan diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan merupakan suatu kegiatan pengumpulan data mengolah dan menganalisis dari proses pembelajaran sehingga dapat menemukan metode yang tepat dalam penyelesaian permasalahannya. Sedangkan penelitian tindakan kelas merupakan jenis penelitian yang dilakukan para guru agar mendapat jawaban atas permasalahan yang timbul dari suatu proses belajar mengajar dikelasnya sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat.

B. Konsep Model Tindakan Yang di Teliti

1. Definisi Belajar

Implementasi dari belajar adalah hasil belajar, sebelum mendeskripsikan tentang apa itu hasil belajar akan terlebih dahulu mengemukakan pengertian tentang belajar dari para pakar pendidikan. Menurut para ahli psikologi menerima pendapat bahwa belajar adalah suatu perubahan tingkah laku individu yang relatif permanen sebagai hasil dari praktek atau latihan.¹³

¹² Wijaya Kusumah. Dedi Dwitagama, *Op.Cit.*, h.16

¹³ Nana Sudjana, *Teori Belajar Untuk Pembelajaran*, (Bekasi: Binamitra Publising, 2010),h.18

Belajar merupakan suatu usaha untuk suatu tujuan perubahan dalam diri pembelajar baik perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, sikap dan tingkah laku belajar juga dipahami sebagai suatu perilaku. Pada saat seseorang belajar, maka responnya akan menjadi lebih baik. Sebaliknya jika seseorang tidak belajar, maka responnya akan menurun. Dengan demikian belajar dapat diartikan sebagai suatu perubahan dalam kemungkinan atau peluang terjadinya respon. Hal ini sejalan dengan pengertian belajar yang dikemukakan Menurut Rusmono bahwa: “belajar adalah perubahan perilaku individu yang meliputi ranah kognitif, afektif, dan psikomotor yang diperoleh setelah siswa menyelesaikan program pembelajarannya melalui interaksi dengan berbagai sumber belajar dan lingkungan belajar”.¹⁴

Menurut Gagne (1977) yang dikutip oleh Najib Sulhan mendefinisikan belajar adalah :

“Sebuah proses perubahan tingkah laku yang meliputi perubahan kecenderungan manusia, seperti sikap, minat atau nilai dan perubahan kemampuannya, yakni peningkatan kemampuan untuk melakukan berbagai jenis performance (kinerja). Perubahan tingkah laku tersebut harus dapat bertahan selama jangka waktu tertentu.”¹⁵

Belajar Menurut AD. Rooijackers, “proses belajar berarti menyampaikan bahan pelajaran melalui beberapa kegiatan, untuk mengerti sesuatu hal, dalam diri seseorang, terjadi suatu proses, yang disebut sebagai

¹⁴ Rusmono, *Strategi Pembelajaran dengan Problem Based Learning itu Perlu*, (Jakarta : Ghalia Indonesia,2012),h.10.

¹⁵ Najib Sulhan, *Pembangunan Karakter pada Anak*, (Surabaya: SIC,2010),h.5.

proses belajar”¹⁶. Sedangkan Muhibbin Syah mendefinisikan “belajar dapat di pahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif”.¹⁷ Dari pendapat dua ahli diatas tentang proses belajar dapat diambil kesimpulan bahwa apa yang definisi belajar adalah sebuah proses yang merubah tingkah laku dan pandangan seseorang kearah yang lebih baik.

Dari beberapa pendapat para ahli mengenai belajar diatas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu proses yang dilakukan seseorang secara sadar, dalam upaya mencapai sebuah tujuan atau perubahan dalam diri seseorang yang melakukan proses belajar itu sendiri, perubahan tersebut baik dalam pengetahuan, sikap maupun dalam keterampilanya.

2. Belajar Gerak

Belajar gerak sering diartikan sebagai proses pembelajaran yang dilakukan secara terencana, sistematis, dan saling berhubungan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah direncanakan. Dalam proses pembelajaran materinya adalah berbagai bentuk keterampilan gerak, baik yang dilakukan dalam bentuk permainan dan latihan ketangkasan. Banyak

¹⁶ AD. Rooijackers, *Mengajar dengan Sukses Petunjuk untuk Merencanakan dan Menyampaikan Pengajaran*,(Jakarta: Grasindo,2010),h.13.

¹⁷ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2003),h.2

para ahli atau ilmuan dalam bidang pendidikan yang telah mendefinisikan belajar gerak, Richard A. Magill mengungkapkan:

*Motor Learning the study of the acquisition of motor skill, the performance enhancement of learned or highly experienced motor skills, or the reacquisition of skills that are difficult to perform or cannot be performed because of injury, disease, and the like. of interest are the behavioral and/or neurological changes that occur as a person learns a motor skill and the variables that influence those changes.*¹⁸

Dari apa yang ungkapkan oleh Richard A. Magill diatas disimpulkan belajar gerak adalah pembelajaran tentang perolehan keterampilan gerak, peningkatan kinerja keterampilan gerak yang dipelajari, atau perolehan kembali keterampilan yang sulit untuk dilakukan atau tidak dapat dilakukan karena cedera, penyakit, dan sejenisnya. Senanda dengan apa yang dikemukakan cherly A. Coker yang mengatakan bahwa:”*motor learning is the study of the processes involved in acquiring and refining motor skills and of variables that promote or inhibit that acquisition*”¹⁹. Dari pendapat cherly A. Coker disimpulkan bahwa: belajar motorik adalah kajian tentang proses yang terlibat dalam mendapatkan dan motorik menyempurnakan keterampilan dan variabel yang meningkatkan atau yang menghambat.

Belajar gerak Menurut Singer yang dikutip oleh N.K omariah berpendapat, bahwa belajar gerak memiliki tujuan untuk mengembangkan

¹⁸ Richard A. Magill, *Motor Learning And Control*,(New York: McGraw-Hill, 2010),h.3

¹⁹ Cherly A. Coker, *Motor Learning And Control For Practitioners*, (New York: McGraw-Hill, 2004),h.3

berbagai keterampilan gerak secara efisien dan efektif. Berdasarkan pelaksanaan gerak dan interaksinya dengan lingkungan, keterampilan dapat diklasifikasikan menjadi: (1) keterampilan tertutup, yaitu dimana factor lingkungan dapat diprediksi karena tidak berubah-ubah, misalnya olahraga bowling, panahan, menembak dan lain-lain; (2) keterampilan terbuka, dimana lingkungan selalu berubah-ubah atau sukar diprediksi, sehingga pelaku tidak dapat merencanakan secara efektif respon yang tepat, misalnya dalam permainan bola voli dan basket.²⁰

Untuk mendapatkan keterampilan gerak yang baik siswa atau si-pembelajar harus melewati tahapan-tahapan yang harus dilakukan secara terus menerus dalam pembelajarannya, menurut Fitts dan Posner, belajar gerak memiliki tiga fase yang harus dilalui yaitu: 1) Fase kognitif, 2) fase asosiatif, 3) fase otomatisasi.²¹ Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa belajar gerak memiliki fase-fase yang harus dilalui untuk mendapatkan kemampuan gerak yang baik. Seorang pembelajar harus mengetahui apa, bagaimana cara melakukannya dan melakukannya berulang-ulang sehingga mendapat suatu otomatisasi gerak yang baik.

²⁰ N.Komariah, *Pengaruh Gaya Mengajar dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli*. (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta. 2010).h.16

²¹ Ega Trisna Rahayu, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*, (Bandung: Alfabeta, 2013),h.171

Lebih lanjut Fitts dan Posner menjelaskan lebih dalam tentang fase-fase dalam pembelajaran, fase pertama dalam belajar gerak keterampilan gerak disebut fase kognitif, pada fase ini siswa sangat terfokus pada pemrosesan bagaimana suatu gerakan harus dilakukan. Pada fase ini siswa lebih berkonsentrasi pada suatu dinamika keterampilan, penugasan timing, keterampilan dan koordinasi gerakan dari bagian-bagian keterampilan untuk menghasilkan kelancaran dan kehalusan gerakan. Pada fase ini siswa berkonsentrasi pada suatu keterampilan. Pemrosesan telah berpindah ke pusat otak lebih bawah, dimana seseorang bebas berkonsentrasi pada sesuatu yang lain.²²

Dari beberapa pendapat diatas yang mendefinisikan belajar gerak dapat disimpulkan bahwa untuk mendapatkan keterampilan gerak yang sempurna dibutuhkan suatu pengulangan gerakan atau latihan melalui tahapan pembelajaran gerak, baik itu dalam keterampilan tertutup atau keterampilan terbuka untuk mencapai otomatisasi gerak.

3. Hasil Belajar

Perubahan yang terjadi dalam diri seseorang dari proses belajar, baik perubahan dalam ranah kognitif, afektif, maupun psikomotor, itu merupakan sebuah hasil belajar, hal ini senada dengan apa yang telah dikemukakan oleh Gagne yang dikutip oleh Rusmono yang mengemukakan bahwa: "hasil

²² *Ibid.*,h.171

belajar adalah hasil proses belajar mengajar yang dicapai pembelajar dalam menguasai materi yang telah diajarkan”.²³

Sedangkan Menurut Benyamin Bloom yang dikutip oleh nana Sudjana, telah mengklasifikasikan hasil belajar, mengatakan bahwa:

“Klasifikasi hasil belajar secara garis besar dibagi menjadi tiga ranah, yakni ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor. Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek, yakni pengetahuan atau ingaataan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Kedua aspek pertama disebut kognitif tingkat rendah dan keempat aspek berikutnya termasuk kognitif tingkat tinggi. Ranah afektif berkenanan dengan sikap yang terdiri lima aspek, yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilain, organisasi dan internalisasi, ranah psikomotorik berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemauan bertindak.”²⁴

Menurut Nana Sudjana hasil belajar psikomotoritis tampak dalam bentuk keterampilan (skill) dan kemampuan bertindak individu. Ada enam tingkatan keterampilan, yakni; a) Gerakan refleks (keterampilan pada gerakan yang tidak sadar); b) Keterampilan pada gerakan-gerakan dasar; c) Kemampuan perseptual, termasuk di dalamnya membedakan visual, membedakan auditif, motoris, dan lain-lain; d) Kemampuan di bidang fisik, misalnya kekuatan, keharmonisan, dan ketepatan.²⁵ Dan tingkatan selanjutnya dalah Gerakan-gerakan suatu keahlian dimulai dari keterampilan

²³ Rusmono, *Op.Cit*, h.10

²⁴ Evelin Siregar dan Hartini Nara, *Teori Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta : Universitas Negeri Jakarta, 2007), h.69.

²⁵ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: PT Remaja Rosda karya, 2006)h.31

yang paling dasar kepada keterampilan yang kompleks. Tingkatan keterampilan yang terakhir adalah Kemampuan yang berhubungan dengan komunikasi seperti gerakan ekspresif dan interpretatif.

Hasil belajar merupakan tujuan dalam suatu proses pembelajaran, menurut Nana Sudjana menyatakan bahwa: "hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya²⁶. Sedangkan menurut Howard Kingsley yang dikutip oleh Nana Sudjana membagi tiga macam hasil belajar yaitu : (a) keterampilan dan kebiasaan, (b) pengetahuan dan pengertian, (c) sikap dan cita-cita.²⁷ Dari kedua pendapat ahli diatas memiliki kesamaan penafsiran tentang hasil belajar yaitu hasil perubahan yang didapat setelah seseorang melakukan proses belajar, baik dalam kognitif, afektif maupun psikomotorik.

Dari pendapat para ahli pendidikan tentang pengertian hasil belajardapat ditarik kesimpulan bahwa hasil belajar merupakan hasil dari sebuah proses yang dialami oleh pelajar itu sendiri sebagai pengalaman belajarnya, hasil tersebut menyebabkan suatuperubahan yang terjadi dalam diri pelajar,baik perubahan pada intelektual atau ranah kognitif, ranah afektif atau sikapnya dan pada ranah psikomotorik atau keterampilan geraknya.

²⁶ *Ibid.*, h.31

²⁷ *Ibid.*,h.22

4. Permainan Bola Voli

Bola voli merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga Bola Voli dinaungi FIVB (*Federation Internationale de Volleyball*) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia di naungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

Sama halnya dengan permainan yang lain, permainan bolavoli ini juga merupakan salah satu jenis permainan yang sangat membutuhkan skill yang tinggi. Skill yang dimaksud disini adalah kualitas penguasaan teknik-teknik yang terdapat dalam bolavoli, baik teknik menyerang maupun teknik bertahan. Untuk menjadi tim bolavoli yang kompetitif, maka para pemain dalam sebuah tim bolavoli harus menguasai 6 macam teknik dasar pada permainan tersebut. Enam teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh seorang pemain bolavoli adalah teknik dalam melakukan servis, passing, umpan, *spike*, bendungan atau *block*, dan *receive*.²⁸

²⁸ Amung Ma'mun, Toto Subroto, *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan BolaVoli*,(Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas, 2001), h. 51.

Lebih lanjut Feri Kurniawan mendefinisikan tentang permainan bola voli dalam bukunya, menjelaskan bahwa:

permainan bola voli dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing terdiri dari 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu. Dalam sebuah tim, terdapat 4 peran penting, yaitu *tosser* (atau *setter*), *spiker* (*smash*), *libero*, dan *defender* (pemain bertahan). Dalam permainan ini terdapat beberapa teknik dasar yang dapat dipelajari, diantaranya servis, *passing*, *smash*, dan *blocking*. Tosser atau pengumpan adalah orang yang bertugas untuk mengumpankan bola kepada rekan-rekannya dan mengatur jalannya permainan. Spiker bertugas untuk memukul bola agar jatuh di daerah pertahanan lawan. Libero adalah pemain bertahan yang bisa bebas keluar masuk tetapi tidak boleh men-smash bola ke seberang net. Defender adalah pemain yang bertahan untuk menerima serangan dari lawan.²⁹

Dalam pendidikan jasmani termasuk dalam olahraga permainan bola besar, sebelum siswa bermain bola voli terlebih dahulu harus menguasai rangkaian gerak dasar yang terdapat dalam permainan ini seperti *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan *block*. *Smash* merupakan salah satu rangkaian gerak dasar yang bertujuan untuk menghentikan permainan dan mendapat angka atau poin.

Seiring dengan terus berkembangnya permainan bolavoli, maka standar-standar ukuran internasional dan sarana pendukung pada lapangan bola voli telah ditetapkan yaitu: bola dalam permainan bola voli memiliki ukuran keliling lingkaran yang mencapai 67 cm. Beratnya mencapai 280 gram. Sementara net yang digunakan memiliki ketinggian yang berbeda.

²⁹ Feri Kurniawan, *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*, (Jakarta: Laskar Aksara, 2012),h.119

Pada nomor putra, ketinggian net 2,44 meter dan nomor putri memiliki ketinggian 2,24.³⁰

Dari pandangan yang dikemukakan oleh para ahli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan bola voli merupakan proses pembelajaran salah satu bola besard alam mata pelajaran pendidikan jasmani diamana untuk memainkannya dibutuhkan 2 regu yang dipisahkan net dan setiap regu atau tim berisikan 6 orang, pemenangnya adalah regu atau tim yang berhasil memenangkan 3 babak terlebih dahulu dan untuk memenangkan setiap babakny setiap regu harus mendapatkan angka atau point sampai 25.

5. Teknik Smash Bola Voli

Smash merupakan teknik dasar yang biasa dilakukan untuk mematikan permainan lawan, ini senanda dengan apa yang telah dijabarkan oleh Mikanda Rahmani tentang *smash* bola voli, bahwa: '*Smash* merupakan teknik memukul bola dengan sangat keras dan terarah. Teknik ini biasanya untuk menyerang dan mematikan lawan dengan melesatkan bola hingga jatuh tepat diatas daerah lawan yang kosong. Pukulan yang dilakukan dengan sangat keras ini biasanya dilakukan bersamaan dengan gerakan loncatan yang cukup tinggi hingga tangan melebihi ketinggian net. Teknik ini

³⁰ Mikanda Rahmani, *Buku Super Lengkap Olahraga, Jakarta: Dunia Cerdas, 2014*),h.117

biasanya dilakukan pada saat akan mematikan lawan dan dilakukan di tahap akhir penyerangan”.³¹

Pukulan *Smash* merupakan salah satu teknik serangan, yang dilakukan untuk mendapatkan point dari lawan, senada dengan yang dikatakan Feri Kurniawan bahwa: “*spike* adalah merupakan bentuk serangan yang paling banyak digunakan untuk menyerang dalam upaya memperoleh nilai suatu tim dalam permainan voli”.³²

Menurut Sodikin Chandra dan Achmad Esnoe Sanoesi bahwa; *smash* adalah pukulan bola yang keras dan menukik kelapangan lawan. *Smash* atau *spike* dalam bola voli merupakan hal yang sangat digemari oleh setiap pemain, karena melalui smes dapat mematikan pergerakan lawan, sehingga banyak menghasilkan poin (angka)³³. Dalam permainan bola voli, *smash* merupakan salah satu teknik yang cukup sulit untuk dipelajari, dan pada pertandingan bola voli *smash* sangat ditunggu oleh penonton untuk dilakukan. Senada dengan apa yang diungkapkan Greg Bach bahwa *Smash*:

Not only is attacking the ball one of the most exciting skills in the sport of volleyball, but it's also the skill that draws the most oohs and aahs from spectators. Because of all the mechanics involved, attacking is one of the most complex skills to learn. Players have to learn footwork, body positioning, and rapid arm motion — all of which the player must coordinate for the shot

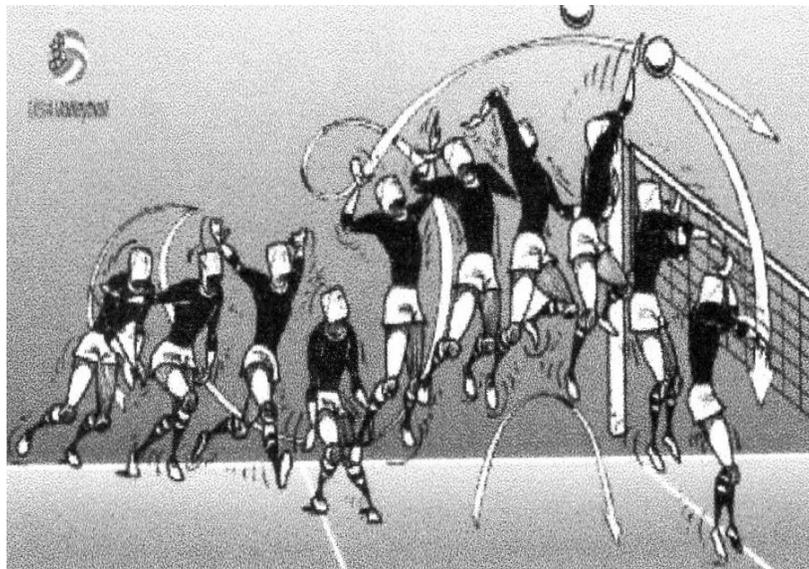
³¹ *Ibid.*, h.116

³² Feri Kurniawan, *Op.Cit.*,h.120

³³Sodikin Chandra dan Achmad Esnoe Sanoesi, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional, 2010),h.19

*to be successful. Like sets, attacks come in several different forms. We go over these different attacking styles and how to correct problems with them in the following sections.*³⁴

Dalam pelaksanaannya, *smash* mempunyai beberapa jenis. Setiap jenis memiliki kecepatan gerakan dan cara memukul yang berbeda dengan tujuan bola yang di-*smash* tidak dapat dibendung oleh *blocker*. Adapun jenis smash menurut Dieter Beutelstahl jenis *smash* yaitu: 1) *Frontal Smash* atau *smash* depan, 2) *Frontal smash* dengan *twist* atau *smash* depan dengan memutar, 3) *smash* dari pergelangan tangan 4) *Dump* atau *smash* tipuan.³⁵



Gambar 2.1. Rangkaian teknik Smash Bola Voli

Sumber: Jonathan C.Reeser, Roald Bahr, *Handbook of SportsMedicine and Science Volleyball*, (UK: Blackwell Publishing, 2003)h.161

³⁴Greg Bach, *Coaching Volleyball For Dummies*, (Canada: Wiley Publishing, Inc, 2009), h.148

³⁵ Beutelstahl Dieter, *Belajar Bermain Bola Voli*, (Bandung : Pioner Jaya, 2004).h.23.

Dalam teknik dasar *smash* terdapat berupa tahapan gerakan yang perlu diperhatikan oleh pelaku *smasher*. Menurut Dieter Beutelstahl menyebutkan bahwa ada empat tahap dalam melakukan *smash* yaitu:

Tahap pertama : *Run-up* : Lari menghampiri

Tahap kedua : *Take-off* : Melompat

Tahap ketiga : *Hit* : Memukul

Tahap keempat : *Landing* : Mendarat.³⁶

Kinda S. Lenberg mengungkapkan bahwa: "*There are six basic movements inherent in any good attack, including the approach, which encompasses the plant or step close; the jump; the arms wing; ball contact; the follow-through; and landing*"³⁷. Dari pendapat Kinda S. Lenberg dapat disimpulkan bahwa untuk dapat mendapatkan hasil *smash* baik terdapat enam tahapan yaitu, 1) tahap persiapan atau tahap mendekat dengan bola, 2) tahap melompat, 3) tahap membuka lengan untuk memukul, 4) tahap memukul atau tahap kontak dengan bola, 5) *follow-through* atau gerak lanjutan, 6) tahap mendarat.

Sedangkan menurut Barbara L.Viera dan Bonnie Ferguson, menerangkan bahwa teknik *smash* dibagi dalam tiga tahapan, yaitu:

1. Tahap Persiapan
2. Tahap Pelaksanaan
3. Tahap Lanjutan.³⁸

³⁶ *Ibid.*, h.23.

³⁷ Kinda S. Lenberg, *American Volleyball Coaches Association*, (United States : American Volleyball Coaches Association, 2006),h.54

³⁸ Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson, *BOLA VOLI*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2004),h.76

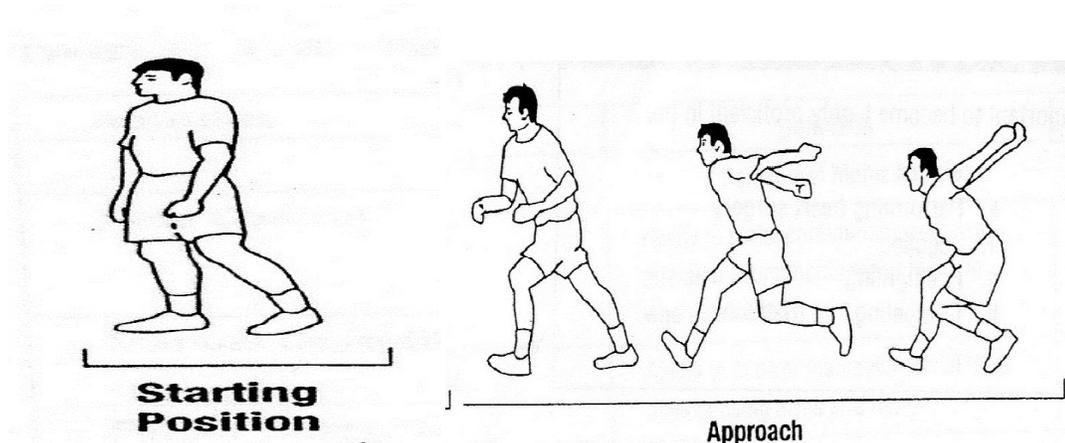
a. Tahap awalan/Persiapan

Menurut Dieter Beutelstahl pada tahap awalan *Run-up* (Lari Menghampiri). Pada tahap ini tergantung jenis dan jatuhnya bola. Kita mulai lari menghampiri kira-kira pada jarak 2,5 sampai 4 meter dari jatuhnya bola. Kedua langkah terakhirlah yang paling menentukan. Pada waktu kita *take-off* (mulai melompat), kita harus memperhatikan baik-baik kedudukan kaki. Kaki yang akan *take-off* harus berada ditanah terlebih dahulu, dan kaki yang lain menyusul disebelahnya. Karena itu kadangkala kita harus berubah lebih dahulu langkah kita sebelum melakukan dua langkah terakhir itu. Arah yang harus diambil harus diatur sedemikian rupa, sehingga pemain akan berada dibelakang bola pada saat ia akan *take-off*. Dengan kata lain, tubuh pada saat itu berada pada posisi menghadap net. Lengan-lengan menjulur kedepan diayunkan kebelakang dan keatas sesudah langkah pertama, kemudian diayunkan kedepan sedemikian rupa sehingga pada saat pemain *take-off* kedua lengan itu tergantung kebawah didepan tubuh pemain.³⁹

Sedangkan menurut Barbara L.Viera dan Bonnie Ferguson, menerangkan pada tahap awalan (persiapan) yaitu ; 1) mulai mendekat ketika bola telah mencapai setengah jari dari perjalanannya menuju anda, 2) dua langkah terakhir adalah langkah kanan dan langkah kiri pendek atau melangkah untuk meloncat, 3) ayunkan kedua lengan ke belakang sampai

³⁹ *Ibid.*, h.23.

setinggi pinggang, 4) bertumpu pada tumit, 5) pindahkan berat badan, ayunkan lengan kedepan dan ke atas.⁴⁰



Gambar 2.2. Tahap persiapan

Sumber: Cheryl A. Coker, *Motor Learning And Control For Practitioners*, (New York: McGraw-Hill, 2014), h.16

b. Tahap Tolakan/ Melompat

Pada tahap Take-off (melompat) menurut Dieter Beutelstahl pergerakan harus berlangsung dan kontinu, tanpa putus-putus, pada waktu *take-off* kedua lengan yang menjulur lurus digerakan keatas. Bersamaan dengan itu tubuh diluruskan, kaki yang dipakai untuk melompat inilah yang memberikan kekuatan pada *take-off* tersebut. Lengan yang dipakai untuk memukul, juga sisi tubuh bagian tersebut diputar sedikit sehingga menjauhi

⁴⁰ *Ibid.*, h.76

bola. Lengan tetap dipertahankan setinggi kepala, lengan inilah yang mengatur keseimbangan secara keseluruhan.⁴¹



Gambar 2.3. Tahap Tolakan

Sumber: Kinda S. Lenberg, *American Volleyball Coaches Association*, (United States : American Volleyball Coaches Association, 2006),h.56



Gambar 2.4. Tahap Tolakan Smash Bola Voli

Sumber: Jonathan C.Reeser, Roald Bahr, *Handbook of SportsMedicine and Science Volleyball*, (UK: Blackwell Publishing, 2003),h161

⁴¹ Beutelstahl Dieter, *loc.Cit.*

c. Hit (memukul)

Pada tahap memukul, tubuh sudah berada pada posisi membungkuk sedikit seperti yang dijelaskan sebelum ini. Otot perut, bahu dan lengan berkontraksi pada saat yang bersamaan. Kontraksinya kuat dan terulang beberapa kali berturut-turut. Kerjasama antara otot-otot ini lah menyebabkan lengan terjulur, menyentuh bola dan memukulnya, pergelangan tangan tidak boleh kaku dan jari-jari tangan terbuka sedikit. Bola dipukul bagian atasnya, sesudah mengadakan kontak dengan bola, lengan pemukul itu bergerak kedepan kebawah. Mengadakan *followthrough* yang sempurna.⁴²

Sedangkan menurut Barbara L. Viera dan Bonnie Ferguson, tahap pelaksanaan meliputi; 1) Pukul bola dengan tangan lurus menjangkau sepenuhnya, 2) Pukul bola tepat didepan bahu pemukul, 3) Pukul bola dengan tumit telapak tangan yang terbuka, 4) Pukul bola pada bagian belakang tengahnya.⁴³ Lebih lanjut dijelaskan setelah *spiker* memukul bola pada bagian belakang tengah kemudian *spiker* menekukkan pergelangan tangan dengan sepenuh tenaga, lalu tangan mengarahkan pada bagian atas bola.

⁴² Beutelstahl Dieter, *Op. Cit.*, h.23.

⁴³ Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson, *Op.cit*, h.76

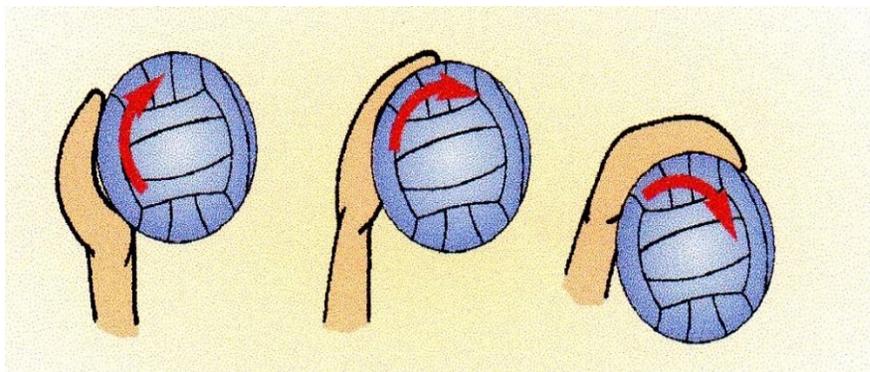
Kinda S. Lenberg mengungkapkan dalam melakukan *smash* rangkaian gerak yang perlu diperhatikan yaitu :

- *Hands are down, not up and not out, as you begin the approach.*
- *The swing begins on the second step of a four-step approach.*
- *Think bow and arrow.*
- *Contact the ball as high as you can in front of you.*
- *Use a fast armswing.*
- *Use a powerful wrist snap.*⁴⁴



Gambar 2.5. Tahap Memukul

Sumber: Jonathan C.Reeser, Roald Bahr, *Handbook of SportsMedicine and Science Volleyball*, (UK: Blackwell Publishing, 2003)h.161



Gambar 2.6. Perkenaan Bola

Sumber: Katrin Bart/ Antje Linkerhand, *Training Vollyball* , (New York: Meyer & Meyer Sport, 2006),h. 109

⁴⁴ Kinda S. Lenberg, *Op,Cit.*,h.60

d. *Landing* (mendarat)

Dalam tahapan teknik smash bola voli, tahap *landing* acap kali diabaikan oleh pelatih atau para guru pendidikan jasmani disekolah, padahal pada tahap ini *spiker* atau siswa rentan terhadap cedera apabila melakukan kesalahan pendaratan. Kinda S. Lenberg mengemukakan bahwa:

*“The most important thing to remember is to bend the knees slightly to absorb the shock of hitting the hard floor. The attacker should land with the body weight distributed uniformly on both feet and knees slightly flexed. When possible, avoid an awkward, one-foot landing”*⁴⁵.

Pada tahap ini adalah tahap lanjutan setelah melakukan pukulan *smash*, Menurut Dieter Beutelstahl ini cara mendarat sesudah melakukan *smash* atau *dump*, maka mulailah tahap mendarat ini, yaitu pada saat tubuh bagian atas membungkuk kedepan untuk mempertahankan keseimbangan. Pemain mendarat pada kedua kakinya. Lutut ditekukkan sesuai dengan kebutuhan pendaratan tersebut.⁴⁶

Sedangkan menurut Barbara L.Viera dan Bonnie Ferguson, tahap *Landing* meliputi :

- mata mengawasi bola ketika memukul
- kembali kelantai
- tekukkan lutut untuk meredam tenaga
- jatuhkan tangan dengan penuh tenaga ke pinggul.⁴⁷

⁴⁵ *Ibid.*,h.60

⁴⁶ Beutelstahl Dieter. *Op,Cit*, h.28.

⁴⁷ Barbara L. Viera & Bonnie Jill Ferguson, *Op.cit*, h.76

Tahap mendarat merupakan tahapan yang penting dalam setiap pukulan smash, karena pada tahap ini rentan terhadap cedera apabila terjadi kesalahan yang fatal, pada tahap ini seorang *smasher* seharusnya dapat mendarat dengan kedua kaki demi menjaga keseimbangan tubuhnya, ini senada dengan apa yang dikemukakan oleh Cecile Reynaud yang menjelaskan tahap mendarat sebagai berikut: *“After contact, the attacker should land in a balanced position on both feet. This shows that the attacker approached the ball correctly and was able to use her full power in hitting. It is also important for the health of the player’s knees”*⁴⁸. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa apabila seorang *smasher* melakukan tahap mendarat dengan benar, ini dapat menunjukkan penyerang mendekati bola dengan benar dan mampu menggunakan kekuatannya dalam memukul.



Gambar 2.7. Tahap Mendarat

Sumber: Cecile Reynaud : *Coaching Volleyball Technical and Tactical Skills*, (United States: Human Kinetics, Inc, 2011),h. 91.

⁴⁸ Reynaud : *Coaching Volleyball Technical and Tactical Skills*, (United States Human Kinetics, Inc, 2011),h. 91.

Teknik *smash* merupakan teknik dasar yang cukup sulit untuk dilakukan bagi para pemula atau siswa, pada pelaksanaannya para pemula sering kali melakukan kesalahan dalam melakukan rangkaian gerak *smash* yang mengakibatkan hasil *smash* menjadi kurang maksimal. Adapun kesalahan yang umum terjadi menurut Dieter Beutelstahl antara lain:

- pemain melakukan *take-off* tanpa kekuatan yang memadai. Akibatnya, bola akan terpukul pada ketinggian yang kurang tepat.
- Seluruh gerakan tak di sertai ritme yang baik, sehingga tenggang waktu antara *take-off* dan *jump* (mulai meloncat dan loncatanya sendiri) ditandai oleh keragu-raguan yang sangat mempengaruhi *smash* itu sendiri.
- Kurang dapat menaksir ketinggian bola, sehingga bola itu dipukul terlalu tinggi atau terlalu rendah.⁴⁹

Lebih lanjut Dieter Beutelstahl menjelaskan kesalahan teknik *smash* yang sering dilakukan yang dilakukan oleh seorang pemula dalam melakukan *smash* seperti pergerakan kaki kurang baik, Ayunan lengan kurang sempurna. Terjadi suatu putaran tubuh akibat ayunan lengan yang tidak pada tempatnya, dan yang terakhir pergelangan tangan tetap kaku pada saat memukul bola, lengan pemukul diteguk waktu melakukan *smash*.

Dari pendapat para ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa *smash* adalah pukulan keras dan menukik kedaerah bidang lapangan lawan dan merupakan teknik dasar dari permainan bola voli yang penting untuk dipelajari, teknik dasar *smash* dilakukan bertujuan untuk menyerang yang

⁴⁹ Beutelstahl Dieter, *Op.Cit.* h.23.

berguna untuk menghentikan permainan lawan dan pada akhirnya mendapatkan poin dari lawan. Melihat kegunaan dari teknik *smash* dalam permainan bola voli teknik ini penting untuk dipelajari, khususnya pada saat pembelajaran jasmani disekolah.

6. Pengertian Media

Pembaharuan dalam dunia pendidikan dan pengajaran pada saat ini banyak mengalami penyempurnaan baik dari segi kurikulum, metode maupun *media* pengajaran yang bertujuan membentuk anak didik berkualitas, kreatif dan dapat mengikuti perkembangan ICT. Kata media berasal dari bahasa latin dan merupakan bentuk jamak dari kata *medium* yang secara harafiah berarti perantara atau pengantar. *medium* adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan.⁵⁰

Seiring perkembangan zaman penggunaan teknologi dalam pendidikan sudah banyak diaplikasikan oleh para pendidik pengajar disekolah, baik ditingkat sekolah dasar hingga menengah pertama, namun penggunaan teknologi dalam pembelajaran tidak boleh lepas dari kaidah-kaidah yang ada. Nana Sudjana dan Ahmad Rivai mengemukakan, “teknologi pengajaran sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan dan pengajaran tidak bisa tidak bisa melepaskan diri dari kaidah dan hukum-hukum tentang terjadinya perubahan tingkah laku individu (teori belajar).

⁵⁰ Arief S.Sadiman.dkk, *Media Pendidikan*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2010),h.6.

Teknologi pembelajaran diciptakan dan diusahakan berdasarkan teori-teori belajar.”⁵¹

Zainal Aqib mengemukakan bahwa: “media pengajaran dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan, merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa sehingga dapat mendorong proses belajar”⁵². Dengan penggunaan media pengajaran dapat mempermudah guru dalam mengajarkan materi-materi yang bersifat abstrak dan membantu siswa dalam mempelajari materi tersebut. Ini senada dengan apa yang dikemukakan Slamet Suyanto menjelaskan, pada prinsipnya “media pembelajaran berguna untuk memudahkan siswa belajar memahami sesuatu yang mungkin sulit atau menyederhanakan sesuatu yang kompleks.”⁵³

Dalam proses pembelajaran, untuk memperjelas penyajian materi agar tidak hanya bersifat verbal (dalam bentuk kata-kata tertulis atau tulisan), seorang guru harus merencanakan kegiatan pengajarannya secara sistematis dengan memanfaatkan segala sesuatunya guna kepentingan pengajaran, fungsi media pendidikan dalam kegiatan pembelajaran tidak hanya sekedar alat peraga bagi guru, melainkan pembawa pesan-pesan

⁵¹ Nana Sudjana dan Ahmad Rivai, *Teknologi Pengajaran*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2007),h.40

⁵² Zainal Aqib, *Profesionalisme Guru dalam Pembelajaran*, (Surabaya: SIC, 2010), h.58

⁵³ Slamet Suyanto, *Strategi Pendidikan Anak*, (Yogyakarta: Hikayat Publising, 2008),h.40.

informasi dan pesan-pesan pembelajaran yang dibutuhkan peserta didik, seperti yang dikemukakan Nana Sudjana yang menjelaskan bahwa: “media merupakan wadah dari pesan yang oleh sumber pesan atau pun penyalurnya ingin diteruskan kepada sasaran atau penerima pesan tersebut.

Menurut Nana sudjana dalam buku yang berbeda, mengungkapkan bahwa: “media pembelajaran adalah suatu alat yang dapat membantu siswa supaya terjadi proses belajar⁵⁴. Dari definsi tersebut dapat di simpulkan media dapat membantu siswa dalam menerima informasi yang diberikan guru dalam proses pembelajaran, yang pada akhirnya tercapainya tujuan pembelajaran yaitu meningkatnya hasil belajar siswa itu sendiri. Adapun peran media terutama dari kedudukan dan fungsinya yaitu:

1. Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalitas
2. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga, dan daya indra
3. Menimbulkan gairah belajar, interaksi lebih langsung antara murid dengan sumber belajar.
4. Memungkinkan anak belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, *auditori* & kinestetiknya.
5. Memberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman & menimbulkan persepsi yang sama.⁵⁵

⁵⁴ Nana Sudjana, *Teori Belajar Untuk Pembelajaran*, (Bekasi: Binamitra, 2010),h.153

⁵⁵ *Ibid.*,h.154

Media yang kini dipakai dalam pembelajaran disekolah bermacam-macam jenisnya, menurut Syaiful Bahri Djamarah, jenis media dibagi kedalam : 1) media auditif, 2) media visual, 3) media *audio-visual*.⁵⁶ Dijelaskan dalam pelaksanaannya setiap jenis media memiliki masing-masing kegunaanya yaitu: 1) Media auditif; yaitu media yang hanya mengandalkan kemampuan suara saja, seperti radio, *cassette recorder*, piringan audio. Media ini tidak cocok untuk orang tuli atau yang mempunyai kelainan dalam pendengaran, 2) Media visual; yaitu media yang hanya mengandalkan indra penglihatan. Media visual ini ada yang menampilkan gambar diam seperti film strip (film rangkai), slides (film bingkai), foto, gambar atau lukisan, cetakan. Ada pula media visual yang menampilkan gambar atau simbol yang bergerak seperti film bisu, film kartun dan, 3) Media *audio-visual*; yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik karena meliputi kedua jenis media yang pertama dan yang kedua.

Dari beberapa yang telah dikemukakan para ahli diatas tentang definisi media pembelajaran, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa media pembelajaran merupakan sebuah alat bantu dalam proses pembelajaran sebagai pembawa pesan kepada siswa, dalam usaha peningkatan hasil belajar secara optimal.

⁵⁶ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru & Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010),h.212.

a. Media Audio Visual

Media *audio visual* sudah sangat populer dikalangan pendidik sebagai penunjang proses kegiatan belajar mengajar disekolah. “Istilah ini bermakna sejumlah peralatan yang dipakai oleh para guru dalam menyampaikan konsep, gagasan, dan pengalaman yang ditangkap oleh indera pandang dan pendengaran. Penekanan utama dalam pengajaran *audio-visual* adalah pada nilai belajar yang diperoleh melalui pengalaman kongkret, tidak hanya didasarkan atas kata-kata belaka”⁵⁷. Hal tersebut sejalan dengan pengertian media *audio visual* yang dikemukakan oleh Sri Anitah yang mendefinisikan bahwa, ” media visual adalah media yang dilihat. Sedangkan media audio adalah media yang dapat didengar. Sedangkan media *audio visual* adalah media yang dapat dilihat sekaligus dapat di dengar sesuatu yang dapat divisualisasikan”.⁵⁸

Lebih lanjut menurut Sudirman, dkk, yang dikutip Syaiful Bahri Djamarah, menjelaskan media *audio visual* yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik karena meliputi kedua jenis media media auditif dan media visual. Media *audio visual* dibagi kedalam 2 jenis yaitu: 1) *Audio-visual* diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (*sound slides*), film rangkai suara, cetak suara. 2) *Audio-visual* gerak,

⁵⁷ Nana Sudjana dan Ahmad Rivai, *op.cit.*, h.58

⁵⁸ Sri Anitah, *Media Pembelajaran*, (Surakarta: Yuma Presindo, 2010), h.5.

yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar yang bergerak seperti film suara dan *video-cassette*.⁵⁹

Dalam penerimaan informasi, setiap indera memiliki perolehan hasil belajar yang berbeda-beda. Azhar Arsyad mengungkapkan perbandingan perolehan hasil belajar yang diperoleh dari masing-masing indera yaitu:

“Perbandingan pemerolehan hasil belajar melalui indera pandang dan indera dengar sangat menonjol perbedaannya. Kurang dari 90% hasil belajar seseorang diperoleh indera pandang, dan hanya sekitar 55 diperoleh melalui indera dengar dan 5% lagi dengan indera lainnya (baugh.1986). sementara itu dale memperkirakan bahwa pemerolehan hasil belajar melalui indera pandang berkisar 75%, melalui indera dengar 13% dan 12% melalui indera lainnya”.⁶⁰

Berdasarkan dari pendapat para ahli tentang diatas, dapat di tegaskan bahwa yang dimaksud media *audio-visual* adalah media yang dapat dilihat dan didengar. Media *audio visual* dalam dunia pendidikan sangat baik dipakai dalam pembelajaran karena dengan menggunakan media audio pesan yang ingin disampaikan dapat diterima oleh siswa dengan baik. Apabila siswa dapat menyerap pesan yang disampaikan oleh guru dengan baik maka secara otomatis akan terjadi peningkatan hasil belajar.

⁵⁹ Syaful Bahri Djamarah, Guru & Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010),h.212

⁶⁰ Azhar Arsyad,*Media Pembelajaran*,(Jakarta: Raja Grasindo,2006),h.15.

C. penelitian yang relevan

Penelitian ini memiliki bahan acuan sebagai bahan perbandingan dan menjadikan penelitian ini menjadi penelitian yang relevan. Adapun bahan acuan yang dijadikan landasan sehingga dipergunakan sebagai landasan dalam penelitian ini adalah penelitian yang diteliti oleh Hasan Ruhyat tentang “Pembelajaran Passing Bawah Dengan Menggunakan Media Bola Karet dan *Audio Visual* Pada Pembelajaran Permainan Bola Voli Bagi Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Pangkalan Karawang”. Dari hasil penelitiannya tersebut saudara Hasan Ruhyat menyimpulkan bahwa:

- 1). Secara Keseluruhan penggunaan media bola karet dalam pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
- 2). Secara keseluruhan penggunaan media audio visual dalam pembelajaran passing bawah bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa.⁶¹

D. Kerangka Konsep

Dalam rangka untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 2 Jonggol, guru dituntut untuk betul-betul merencanakan, memilih, mengorganisir, materi pendidikan jasmani didalam proses kegiatan

⁶¹ Hasan Ruhyat, *Pembelajaran Passing Bawah Dengan Menggunakan Media Bola Karet dan Audio Visual Pada Pembelajaran Permainan Bola Voli Bagi Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Pangkalan Karawang*, (Jakarta: Universitas Negeri Jakarta, 2013), h.105

belajar mengajar disekolah sesuai dengan psikologi dan perkembangan psikis siswa, sehingga hasil belajar yang menjadi tujuan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dapat tercapai.

Pembelajaran pendidikan jasmani disekolah saat ini, tidak sedikit guru mendapat kendala dalam proses pembelajarannya salah satunya seringkali siswa tidak fokus menyimak pada saat pemberian materi dikarenakan siswa merasa jenuh dan selalu ingin langsung melakukan tanpa mengetahui rangkaian gerak yang benar, sehingga proses pembelajaran menjadi tidak kondusif dan pada akhirnya hasil belajar yang tunjukan siswa tidak melampaui kriteria ketuntasan minimal. Oleh sebab itu dengan penggunaan media *audio visual* dalam pembelajaran teknik *smash* bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

E. Hipotesis Tindakan

Melalui kerangka pemikiran yang telah disusun sebelumnya maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian adalah sebagai berikut;

Pembelajaran teknik dasar *smash* melalui media *audio visual* dapat meningkatkan hasil belajar *smash* bola voli bagi siswa kelas IX di SMP Negeri 2 Jonggol Kabupaten Bogor.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian dengan menggunakan media audio visual untuk pembelajaran *smash* diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar bagi siswa SMPN 2 Jonggol Bogor, dan diharapkan dapat dijadikan bahan kajian bagi guru penjasorkes sehingga proses kegiatan belajar mengajar dapat mencapai tujuan pada setiap pembelajaran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Jonggol Kabupten Bogor dengan subjek penelitian siswa kelas IX H yang berjumlah 37 orang yang terdiri dari 17 siswa putra dan 20 siswa putri, waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2015.

C. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan (PT) dengan penerapan penerapan dan pengembangan media pembelajaran untuk pembelajaran *smash* bola voli di SMPN 2 Jonggol Bogor dengan melalui beberapa siklus penelitian.

Metode penelitian tindakan dipilih karena mengingat peneliti merupakan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN 2

Jonggol Bogor yang ingin menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan pembelajaran bola voli khususnya pada pembelajaran *smash*. Oleh karena itu peneliti melakukan penelitian tindakan bekerja sama dengan guru kolaborator, dan guru mata pelajaran yang lain untuk meningkatkan hasil belajar permainan bola voli pada siswa, dengan obyek penelitian adalah penerapan media pembelajaran dalam pembelajaran *smash* bola voli.

Dalam perkembangan riset tindakan sedikitnya dikenal empat model penelitian tindakan sesuai dengan nama pengembangnya, yakni model Kurt Lewin, model Kemmis & Taggart, model Ebbut, model Elliot dan model Mc Kernan. Model Kemmis & Taggart merupakan pengembangan dari model Kurt Lewin. Komponen tindakan dengan pengamatan dijadikan satu kesatuan, karena kedua komponen tersebut merupakan dua kegiatan yang tidak dapat dipisahkan. Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart tahun 1988 mengembangkan model Kurt Lewin dalam suatu sistem spiral dengan empat komponen utama, yakni perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Namun yang membedakan dengan Kurt Lewin adalah sesudah suatu siklus selesai, yakni sesudah refleksi kemudian diikuti dengan adanya perencanaan ulang yang dilaksanakan dalam bentuk siklus tersendiri, demikian seterusnya dengan beberapa kali siklus.

Desain penelitian tindakan yang di gunakan peneliti adalah model penelitian tindakan dari Kemmis dan Mc Taggart, yang berupa satu siklus atau putaran kegiatan yang meliputi tahap-tahap yaitu: (1) Perencanaan, (2)

Tindakan, (3) Pengamatan, (4) Observasi, dan apabila hasil belajar yang ditunjukkan siswa dirasa masih kurang memuaskan, maka akan diadakan revisi perencanaan pada siklus ulang.

D. Prosedur Penelitian Tindakan

Penelitian ini memiliki tahapan siklus sebagai berikut: observasi awal, perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi, tahapan siklus I merupakan landasan untuk menyusun atau merencanakan siklus berikutnya apabila hasil belajar yang ditunjukkan siswa belum memuaskan.

Perencanaan tindakan dari siklus I merupakan perencanaan pembelajaran dengan menggunakan media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran *smash* bola voli.

1. Perencanaan tindakan

Perencanaan tindakan meliputi:

1. Siklus I

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru penjas menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari:

1. Peneliti dan kolaborator menelaah kurikulum untuk mengetahui kompetensi inti yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

2. Peneliti dan kolaborator merencanakan pembelajaran dengan mengacu pada tindakan yang diterapkan dalam Penelitian Tindakan (*action research*), yaitu pembelajaran teknik smash bola voli.
3. Menyusun instrument penilaian dalam siklus penelitian tindakan, yaitu instrument penilaian smash bola voli.
4. Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu proses pembelajaran.
5. Mengevaluasi proses pembelajaran.

b. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan, sebagai berikut :

- 1). Menjelaskan kegiatan belajar secara umum.
- 2). Siswa melihat tayangan video yang telah disiapkan oleh guru dan peneliti
- 3). Melakukan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- 4). Melakukan teknik dasar *smash*
 - a) melakukan tahap awalan, tolakan dan tahap mendarat teknik *smash* tanpa bola
 - b) melakukan tahap memukul bola kelantai tanpa meloncat.

- 5). Melakukan teknik dasar *smash* bola voli dengan media alat bantu *smash*.
- 6). Menarik kesimpulan dan memberikan penilaian selama proses pembelajaran berlangsung.
- 7). Melaksanakan pendinginan

c. Pengamatan tindakan

Pengamatan dilakukan terhadap: (1) hasil keterampilan *smash* bola voli; (2) kemampuan melakukan rangkaian gerak *smash* bola voli; (3) aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

d. Tahap Evaluasi (refleksi)

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi yang berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

2. Siklus 2

Perencanaan tindakan dari siklus II merupakan perencanaan pemecahan masalah yang timbul dari siklus I, dalam upaya untuk memperbaiki hasil belajar yang masih belum mencapai target.

Perencanaan tindakan meliputi:

Siklus II

a) Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru penjas menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari:

1. Peneliti dan kolaborator menelaah kekurangan atau kelemahan yang terjadi pada saat pembelajaran pada siklus I.
2. Peneliti dan kolaborator merencanakan pembelajaran sebagai pemecahan masalah yang timbul pada pembelajaran siklus I
3. Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu proses pembelajaran.
4. Mengevaluasi proses pembelajaran.

b. Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan, sebagai berikut :

- 1). Menjelaskan kegiatan belajar secara umum.

- 2). Siswa melihat tayangan video yang telah disiapkan oleh guru dan peneliti
- 3). Melakukan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- 4). Melakukan teknik dasar *smash* mulai dari tahap awalan, tolakan dan tahap mendarat teknik *smash* tanpa bola
- 6). Menarik kesimpulan dan memberikan penilaian selama proses pembelajaran berlangsung.
- 7). Melaksanakan pendinginan

c. Pengamatan tindakan

Pengamatan dilakukan terhadap: (1) hasil keterampilan *smash* bola voli; (2) kemampuan melakukan rangkaian gerak *smash* bola voli; (3) aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

d. Tahap Evaluasi (refleksi)

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi yang berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

2. Pelaksanaan Tindakan

Guru melakukan tindakan sesuai dengan skenario yang telah direncanakan, skenario proses pembelajarannya adalah sebagai berikut:

1. Pendahuluan

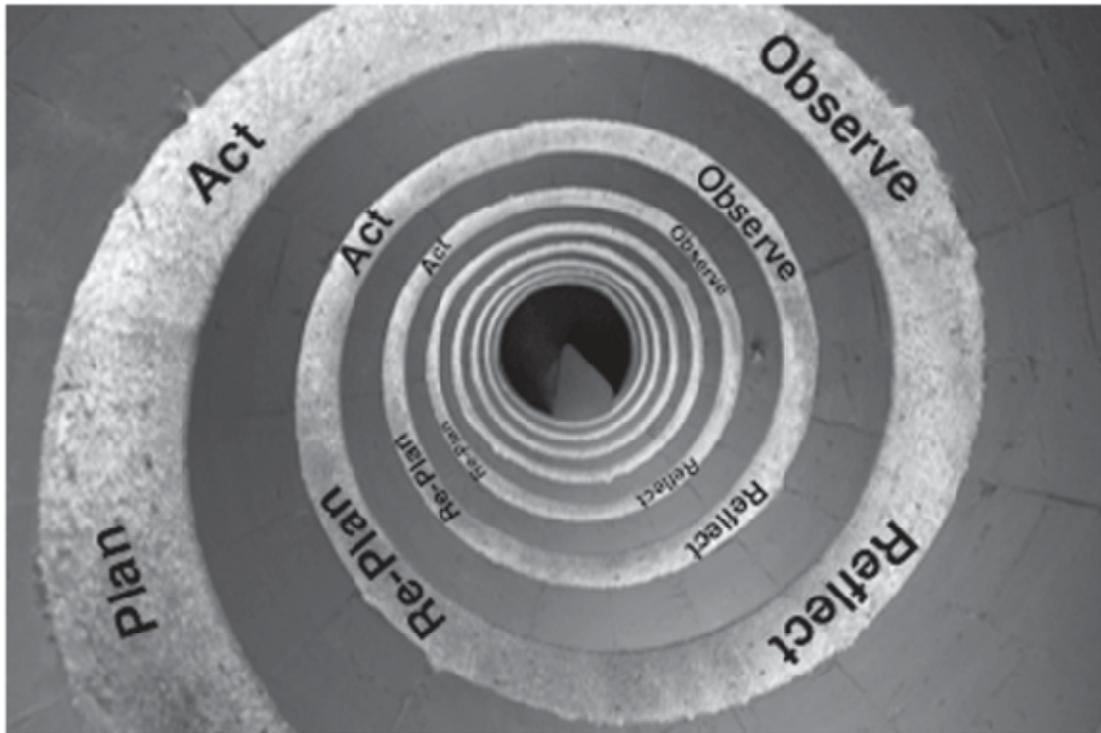
- Guru menggali pengetahuan siswa
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan inti

- Guru menyampaikan materi pelajaran dengan media *audio visual* yang berupa video pembelajaran teknik *smash* dalam ruangan kelas
- Guru menyampaikan materi pembelajaran teknik *smash* di lapangan.

3. Penutup

Guru memberikan tes tindakan yang dilakukan secara individu dimana hasil tes ini akan digunakan sebagai tolak ukur tingkat pemahaman dan kemampuan siswa terhadap peningkatan hasil belajar *smash* bola voli melalui media *audio visual*



Gambar 3.1. Siklus PTK menurut Kemmis & Taggart
 Sumber :Wijaya Kusumah. Dedi Dwitagama, *The Action Research Planner*,
 (New York: Springer, 2014),h. 9

E. Kriteria Keberhasilan Tindakan

Indikator keberhasilan penelitian :

1. Hasil belajar siswa dalam pembelajaran *smash* bola voli meningkat setelah penggunaan media *audio visual*.
2. Guru mampu merencanakan dan menyajikan proses pembelajaran *smash* bola voli dengan menggunakan media *audio visual*.
3. Suasana pembelajaran menjadi menyenangkan bagi siswa, sehingga siswa tidak merasa jenuh dalam mengikuti pembelajaran.

4. Terjadi interaksi antara guru dan siswa maupun antara siswa dengan siswa, sehingga kegiatan belajar mengajar menjadi kondusif.

F. SUMBER DATA

Data dalam penelitian ini adalah peningkatan hasil belajar *smash* bola voli yang ditunjukkan siswa, dan yang menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX H SMPN 2 Jonggol Kabupaten bogor.

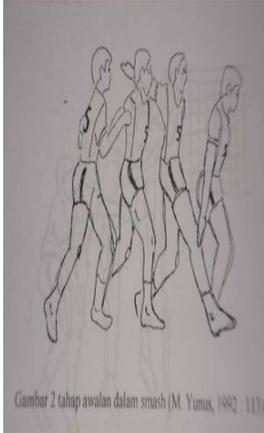
G. Teknik Pengumpulan Data

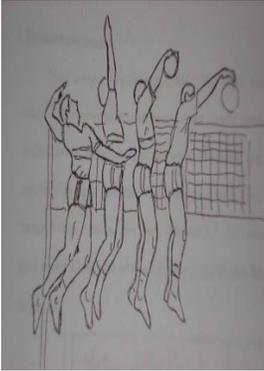
1. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini disusun berdasarkan kajian teoritik, yang merupakan tahapan keterampilan gerak *smash* dalam permainan bola voli, dan digunakan sebagai indikator dalam penyusunan instrumen penelitian.

Tabel 3.1.

Kisi-kisi penilaian *Smash Bola Voli*

No	Indikator Hasil Belajar <i>smash</i>	Gambar	Uraian gerakan
1	Tahap Awalan	 <p>Gambar 2 tahap awalan dalam smash (M. Yunus, 1992: 113)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badan condong kedepan 40 derajat 2. Berdiri 3 – 4 meter dari net 3. Pada 2 langkah terakhir kaki langkah kaki kanan panjang dan disusul kaki kiri 4. Ujung kaki kiri sedikit di depan kaki kanan 5. Lutut ditekuk rendah besiap untuk meloncat 6. Mengayunkan kedua lengan dari depan kebelakang
2.	Tahap tolakan		<ol style="list-style-type: none"> 7. Posisi badan menumpu merendahkan badan dan ditolak kebelakang bersamaan tolakan kaki 8. Lengan diayun dari belakang ke depan dan ke atas 9. Setelah diudara sisi badan diputar sedikit menjauhi bola 10. Lutut kaki sedikit menekuk kebelakang 11. tangan yang dipakai untuk memukul sedikit ditarik kebelakang kepala menjauhi bola.

3.	Tahap memukul		<p>12. posisi badan melecut berayun kedepan.</p> <p>13. Kedua kaki berayun kedepan</p> <p>14. Lengan lurus, jari-jari telapak tangan dibuka pada saat memukul</p> <p>15. Perkenaan bola mengenai telapak tangan penuh dan memukul bola pada bagian atas</p>
4.	Tahap mendarat		<p>16. Posisi badan sedikit membungkuk kedepan</p> <p>17. Kaki diarahkan sedikit kedepan dan setelah mendarat lutut sedikit ditebuk</p> <p>18. Lengan kembali ke bawah untuk menjaga keseimbangan</p>

Tabel 3.2.
Pedoman Penilaian

No	Tahapan	Posisi	Gerakan	Skor	Gambar
1.	Tahap Persiapan	Posisi Badan	Berdiri 3-4 meter dari net, badan condong kedepan ± 40 derajat	3	
			Berdiri 2-2,5 atau 4,5-5 meter dari net Badan condong $\pm 10 - 30$ kedepan	2	
			Berdiri 1-1,5 meter atau lebih dari 5,5 m , badan tidak condong kedepan	1	

		Posisi Lengan	Mengayunkan kedua lengan dari depan kebelakang	3	
			Mengayunkan kedua lengan kedepan tanpa mengayunkan kebelakang atau sebaliknya	2	
			Tidak mengayunkan kedua lengan	1	

		<p>Posisi Kaki</p>	<p>Pada 2 langkah terakhir kaki langkah kaki kanan panjang dan disusul kaki kiri sedikit didepan kaki kanan, dan lutut ditekuk</p>	3	
			<p>Pada 2 langkah terakhir kaki langkah kaki kanan pendek dan disusul kaki kiri sejajar dengan kaki kanan, dan lutut ditekuk</p>	2	
			<p>Pada 2 langkah terakhir kaki langkah kaki kanan pendek dan tidak disusul kaki kiri, dan lutut tidak ditekuk</p>	1	

2.	Tahap Tolakan	Posisi Badan	<p>Posisi merendahkan badan lalu ditolak kebelakang bersamaan tolakan kaki, dan setelah diudara sisi badan diputar sedikit menjauhi bola</p>	3	
			<p>Posisi merendahkan badan lalu ditolak keatas bersamaan tolakan kaki, namun setelah diudara sisi badan tidak diputar sedikit menjauhi bola</p>	2	
			<p>Posisi badan tidak direndahkan lalu ditolak keatas bersamaan tolakan kaki, dan setelah diudara sisi badan tidak diputar sedikit menjauhi bola</p>	1	

		<p>Posisi Lengan</p>	<p>Lengan diayun dari belakang ke depan dan ke atas, tangan yang dipakai untuk memukul sedikit ditarik kebelakang kepala menjauhi bola.</p>	3	
			<p>Lengan hanya diayun dari bawah ke depan dan ke atas, tangan yang dipakai untuk memukul tidak ditarik kebelakang kepala menjauhi bola.</p>	2	
			<p>Lengan tidak diayun dan langsung, tangan yang dipakai untuk memukul tidak ditarik kebelakang kepala menjauhi bola.</p>	1	

			Lutut kaki sedikit menekuk kebelakang	3	
	Tahap Tolakan	Posisi Kaki	Lutut kaki lurus kebawah	2	
			Kaki berada didepan	1	

3.	Tahap Memukul	Posisi Badan	Posisi badan melecut dari posisi sedikit melenting kebelakang kemudian berayun kedepan.	3	
			Badan berayun dari posisi lurus tanpa lentingan kebelakang ke depan	2	
			Posisi badan tidak berayun pada tahap memukul	1	

3.	Tahap Memukul	Posisi Lengan	<p>Lengan lurus, jari-jari telapak tangan dibuka , Perkenaan bola mengenai telapak tangan penuh memukul pada bola</p>	3	
			<p>Lengan lurus, jari-jari telapak tangan dibuka, Perkenaan bolat tidak mengenai telapak tangan penuh pada bola</p>	2	
			<p>Lengan tidak lurus, jari-jari tertutup, Perkenaan bola tidak mengenai telapak tangan penuh pada bola</p>	1	

3.	Tahap Memukul	Posisi Kaki	Kedua kaki berayun dari belakang lurus dan kedepan	3	
			Posisi kaki lurus tidak berayun	2	
			Kaki berada di belakang	1	
4.	Tahap Mendarat	Posisi Badan	Posisi badan sedikit membungkuk kedepan	3	

			Posisi badan lurus	2	
			Posisi badan Miring ke kanan atau kiri	1	
		Posisi Lengan	lengan kembali ke bawah untuk menjaga keseimbangan	3	
			Posisi lengan berada didepan	2	

			Lengan masih berada diatas	1	
12.	Tahap Mendarat	Posisi Kaki	Kaki diarahkan sedikit kedepan dan setelah mendarat lutut sedikit ditekuk	3	
			Kaki lurus, setelah mendarat lutut sedikit ditekuk dan setelah mendarat kaki melangkah kedepan.	2	
			Kaki lurus, setelah mendarat lutut tidak ditekuk dan melangkah kedepan.	1	

Tabel 3.3.

Format Penilaian Hasil Belajar Smash Bawah Bola Voli

Nama :

Kelas :

Hari/Tanggal :

Indikator	Sub Indikator	Gerakan	Skor		
			3	2	1
Tapap Awalan	1. Sikap Badan	1. Badan condong kedepan 40 derajat Berdiri 3 – 4 meter dari net			
	2. Sikap Lengan	2. Mengayunkan kedua lengan dari depan kebelakang			
	3. Sikap kaki	3.. Pada 2 langkah terakhir kaki langkah kaki kanan panjang dan disusul kaki kiri Ujung kaki kiri sedikit di depan kaki kanan Lutut ditekuk rendah besiap untuk meloncat			
Tahap Tolakan	4. Sikap Badan	4. Posisi badan menumpu merendahkan badan dan ditolak kebelakang bersamaan tolakan kaki			
	5. Sikap Lengan	5. Lengan diayun dari belakang ke depan dan ke atas tangan yang dipakai untuk memukul sedikit ditarik kebelakang kepala menjauhi bola.			

	6. Sikap kaki	6. Setelah diudara sisi badan diputar sedikit menjauhi bola Lutut kaki sedikit menekuk kebelakang	
Tapap Pukulan (smash)	7. Sikap Badan	7. posisi badan melecut berayun kedepan.	
	8. Sikap Lengan	8. Lengan lurus, jari-jari telapak tangan dibuka pada saat memukul Perkenaan bola mengenai telapak tangan penuh dan memukul bola pada bagian atas	
	9. Sikap kaki	9. Kedua kaki berayun kedepan	
Tahap Mendarat	10. Sikap Badan	10. Posisi badan sedikit membungkuk kedepan	
	11. Sikap Lengan	11. Kaki diarahkan sedikit kedepan dan setelah mendarat lutut sedikit ditekuk	
	12. Sikap kaki	12. Lengan kembali ke bawah untuk menjaga keseimbangan	

Tabel 3.4.**Kriteria Norma Penilaian Tes Keterampilan Passing Bawah Bola Voli**

Skor	Nilai	Kategori
10 – 12	90	Baik Sekali
8 – 9	80	Baik
6 – 7	70	Cukup
4 – 5	60	Kurang
1 – 3	50	Kurang Sekali

2. Jenis Instrumen

Jenis instrumen penelitian sebagai pengumpulan data adalah tes keterampilan *smash* bola voli, observasi, catatan lapangan.

a. Tes

Tes digunakan untuk mendapatkan data kuantitatif berupa penilaian yang menggambarkan pencapaian target kompetensi. Tes berupa praktek *smash* bola voli yang dilakukan setelah tindakan siklus I dan setelah tindakan siklus II.

b. Observasi

Observasi dilakukan terhadap proses penggunaan media pembelajaran *audio visual* dalam pembelajaran dan terhadap hasil pembelajaran permainan bola voli yang diperoleh siswa setelah

mengikuti pembelajaran. Data observasi terekam dalam catatan lapangan dan format-format pengamatan lainnya.

c. Catatan lapangan

Catatan lapangan merupakan deskripsi kejadian-kejadian selama proses kegiatan penelitian berlangsung.

3. Validasi Instrumen

Instrumen penelitian diujicobakan kepada siswa disekolah lain yang terdapat kesamaan karakter dengan subjek penelitian sebagai upaya validasi instrument yang disusun oleh peneliti dan kolaborator dan telah di validasi oleh para ahli dalam bidang olahraga bola voli.

H. Validasi Data

Dalam penyusunan tesis ini, penulis mengambil penelitian tiandakan di SMPN 2 Jombang. Konsep validitas dalam aplikasinya untuk penelitian tindakan mengacu kepada kredibilitas dan derajat keterpercayaan dari hasil penelitian. Penulis menggunakan data kualitatif yang diambil dari berbagai instrument penelitian.

Penulis melakukan beberapa tahap validasi data melalui empat tahapan yang terdiri dari:

a. Tahap Triangulasi

Istilah triangulasi dikemukakan oleh N. K Denzin, yang mana metode ini mulai dipakai dalam penelitian kualitatif sebagai cara untuk meningkatkan pengukuran validitas dan memperkuat kredibilitas temuan penelitian dengan cara membandingkannya dengan berbagai pendekatan yang berbeda. Metode ini memiliki sudut pandang yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan penulis dilapangan. Ketiga sudut pandang tersebut adalah:

1. Guru Pelaksana. Penulis meminta bantuan rekan guru yang mengajar penjas ditempat penelitian. Yakni tempat penelitian tersebut dilakukan di SMPN 2 Jonggol. Guru Mengakses intropeksi diri terhadap pembelajaran yang sedang dan telah di selenggarakan.
2. Siswa. Siswa merespon apa saja dan bagaimana proses pembelajaran yang diberikan oleh pengajar. Dalam penelitian ini, memilih siswa-siswi SMPN 2 Jonggol kelas IX H sebagai objek penelitian.
3. Observer. Dalam penelitian ini, penulis memosisikan diri sebagai observer dan memilih salah satu guru penjas di sekolah tempat penelitian sebagai mitra pengajar.

b. Member *check*

Member *check* yaitu mengecek kebenaran dan kesahihan data temuan penelitian atas hasil diskusi antara observer dan guru pelaksana pada setiap akhir tindakan pengajaran.

Dalam member *check* ini, penulis membuka diri untuk saran dan masukan dari berbagai pihak demi lancarnya penelitian. Pengecekan tidak hanya dilakukan sekali, hal ini dilakukan agar temuan dikatakan valid

c. *Audit trial*

Audit trial yaitu, mengecek kebenaran hasil penelitian dengan mengkonfirmasi pada bukti-bukti temuan yang telah diperiksa dan mengecek kesahihan pada sumber data hasil member *check*.

Dalam tahapan ini, penulis melakukan pengecekan ulang data temuan yang dihasilkan dari observasi awal hingga evaluasi akhir. Hingga didapatkan data yang akurat dan terbukti ke-validannya.

d. *Expert opinion*

Expert opinion adalah melakukan pengecekan terakhir terhadap kesahihan temuan penelitian. Dalam tahapan ini, peneliti melibatkan langsung pembimbing tesisnya. Bila mana pembimbing tesis merasa temuan-temuan tersebut ada kekurangan, maka peneliti mendiskusikan lebih dalam dengan pembimbingnya.

I. Teknik Analisis Data

Analisa data yang terkumpul dalam penelitian ini yaitu dengan mencari data penelitian dari sumber yaitu peserta didik yang merupakan subjek dari penelitian ini. Analisis data menggunakan analisis data refleksi dalam setiap siklusnya berdasarkan hasil observasi yang terekam dalam catatan lapangan, dokumentasi dan observasi yang dilakukan kolaborator sebelum dan sesudah dilakukan tindakan berupa proses pembelajaran *smash* dalam permainan bola voli melalui penggunaan media *audio visual*. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pencapaian dengan indikator keberhasilan.