

JURNAL

**NAMA : HERI SUSANTO
SIREGAR**
NO REG : 6135101760
**JUDUL : UPAYA
PEMANFAATAN MEDIA BOLA
KARET UNTUK MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR *PASSING* ATAS
BOLA VOLI PADA SISWA KELAS VII
SMP NEGERI 99 JAKARTA TIMUR**

Proses belajar yang dialami oleh anak merupakan suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan ini sebagai hasil dari proses belajar dapat di tunjukkan dalam berbagai bentuk seperti berubah pengetahuan, pemahaman, sikap, dan tingkah laku.

Faktor yang mempengaruhi hasil belajar seseorang tentunya tidak akan sama. Banyak faktor yang memberikan kontribusi sehingga seorang individu terdorong untuk belajar sungguh-sungguh atau malas

belajar sama sekali. Faktor tersebut tidak terlepas dari dalam individu itu sendiri maupun faktor dari luar individu, sebab seorang individu adalah mahluk yang berkembang, mahluk yang aktif dalam kegiatan sehari-hari.

Penelitian ini, peneliti membatasi masalah yang ada. Dari berbagai macam jenis media, peneliti hanya menggunakan media bola karet untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli.

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengkaji Pemanfaatan media bola karet untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 99 Jakarta Timur.
2. Meningkatkan keterampilan siswa dan guru dalam mempraktikkan *passing* atas bola voli dengan baik dan benar.
3. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam memilih

dan menentukan media modifikasi dalam pembelajaran.

4. Memberikan kemudahan bagi siswa dan guru dalam menjalankan proses belajar mengajar *passing* atas bola voli.
5. Untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 99 Jakarta Timur dalam melakukan *passing* atas bola voli.

Belajar gerak dapat diartikan sebagai proses yang menghubungkan pikiran dan anggota tubuh untuk mengefisiensikan gerakan yang selaras dan seimbang sehingga menjadi harmonisasi gerakan. Dalam proses pembelajaran materi pembelajarannya adalah berbagai bentuk keterampilan gerak, baik yang dikemas dalam bentuk latihan ketangkasan dan permainan. Menurut Schmidt mengemukakan :

“Belajar gerak adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan permanen dalam perilaku terampil. Meskipun tekanan belajar motorik ialah penguasaan keterampilan tidaklah berarti aspek domain kognitif diabaikan.

Passing adalah upaya atau usaha seseorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya. Gerakan *passing atas* ini biasanya hanya dilakukan untuk mengoper bola kepada teman atau untuk memberikan bola dalam upaya satu regu melancarkan serangan mematikan. *Passing atas* kecepatan bola mudah diatur dan mudah di arahkan sesuai dengan keinginan atau kehendak pemain penyerang. Biasanya sebuah regu atau tim memiliki satu pemain

yang bertugas mengumpun disebut dengan Tosser, dimana keberadaan dan kemampuannya merupakan salah satu penentu kesuksesan regu dalam melakukan penyerangan.

Dalam penelitian ini tujuan yang akan dicapai adalah untuk mengetahui sejauh mana pembelajaran dengan menggunakan pemanfaatan media bola karet untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 99 Jakarta Timur.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan olahraga Sekolah Menengah Pertama Negeri 99 Jakarta Timur, selama kurang 1 bulan atau 8x pertemuan, waktu penelitian dilaksanakan pada:

Hari : Senin
Pukul : 08.00 – 09.20
WIB
Tanggal : 2 Maret 2015

Metode Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas atau *Classroom action research* dengan

teknik observasi dan pengamatan dengan menggunakan rancangan siklus yang dibuat berdasarkan empat langkah utama siklus.

Teknik observasi dan pengamatan dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan. Adapun yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemanfaatan media bola karet, sedangkan metode terikatnya adalah hasil *passing* atas bola voli.

Dalam penelitian ini adalah diperoleh melalui kemampuan siswa dalam melakukan pembelajaran resiprokal *passing* atas bola voli, yang diperoleh melalui kemampuan mengembangkan kosep pendidikan jasmani serta kemampuan mengelola kelas.

Adapun alat yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Instrumen Alat
 - a) Bola voli
 - b) Alat tulis

c) Pluit

d) Lapangan Bola voli

Indikator keberhasilan penelitian ini ditentukan oleh:

1. Hasil belajar siswa meningkatkan dalam pembelajaran *passing* atas bola voli dengan menggunakan media bola karet.
2. Siswa menjadi termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran *passing* atas.
3. Guru mampu merencanakan dan menyajikan proses pembelajaran *passing* atas bola voli dengan media bola karet.
4. Terjadi interaksi yang kondusif antara siswa dengan siswa, maupun guru dengan siswa.
5. Suasana belajar mengajar menjadi lebih baik menyenangkan, kondusif, dan tidak menimbulkan rasa jenuh bagi siswa

Penelitian ini dikatakan berhasil apabila:

1. Sebagian besar siswa 80% merasa senang dan aktif dalam proses pembelajaran *passing* atas bola voli.
2. Hasil belajar siswa meningkat dalam pembelajaran *passing* atas bola voli dengan memanfaatkan media pembelajaran.
3. Siswa dapat bersosialisasi secara baik dengan siswa dan guru.
4. Siswa termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran *passing* atas bola voli.
5. Suasana belajar mengajar lebih kondusif dan menyenangkan siswa.
6. Siswa mampu melakukan proses pembelajaran *passing* atas bola voli dengan baik mulai dari tahap persiapan, tahap

perkenalan dengan bola, dan tahap akhiran.

Pada siklus satu kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan:

1. Pemanasan (perenggangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan permainan 10 menit).
2. Guru memberikan penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yang berkaitan dengan proses pembelajaran *passing* atas bola voli dengan baik dan benar. Kemudian guru memberikan penjelasan berupa media pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran (5 menit).
3. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat

bantu yaitu bola karet untuk melakukan gerakan *passing atas* secara individu. Proses pembelajaran *passing atas* memfokuskan pada tahap awal dengan menggunakan bola karet (10 menit).

4. Guru mengawasi siswa dan mengatur kondisi kelas jika siswa sudah mulai tidak teratur (5 menit).
5. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *passing atas* bola voli pada tahapan awalan (5 menit).
6. Proses pembelajaran kemudian dilanjutkan pada tahap awal dan tahap kontak dengan bola dengan menggunakan bola karet (10 menit).

7. Proses pembelajaran dihentikan sejenak guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *passing* atas pada tahap awalan dan akhir dan tahap kontak dan bola.
8. Kemudian proses pembelajaran dilanjutkan dengan mengkordinasikan semua gerakan awal dan akhiran (15 menit).
9. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *passing* atas bola voli pada tahap awalan, dan perkenaan dengan bola, tahap akhiran dengan menggunakan media pembelajaran bola karet (5 menit).

10. Guru menyimpulkan makna dari pemanfaatan media pembelajaran yang digunakan serta materi pembelajaran yang telah dilaksanakan (5 menit).

Pada siklus II kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan:

- a. Pemanasan (perenggangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan permainan 10 menit).
- b. Guru memberikan penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yang berkaitan dengan proses pembelajaran *passing* atas bola voli dengan baik dan benar. Kemudian guru memberikan penjelasan berupa media pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran (5 menit).
- c. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat bantu yaitu bola karet

- untuk melakukan gerakan *passing atas* secara individu. Proses pembelajaran *passing atas* memfokuskan pada tahap awal dengan menggunakan bola karet (10 menit).
- d. Guru mengawasi siswa dan mengatur kondisi kelas jika siswa sudah mulai tidak teratur (5 menit).
- e. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *passing atas* bola voli pada tahapan awalan (5 menit).
- f. Proses pembelajaran kemudian dilanjutkan pada tahap awal dan tahap kontak dengan bola dengan menggunakan bola karet (10 menit).
- g. Proses pembelajaran dihentikan sejenak guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *passing atas* pada tahap awalan dan akhir dan tahap kontak dan bola (10 menit).
- h. Kemudian proses pembelajaran dilanjutkan dengan mengkoordinasikan semua gerakan awal dan akhir (15 menit).
- i. Guru menyimpulkan makna dari pemanfaatan media pembelajaran yang digunakan serta materi pembelajaran yang telah dilaksanakan (5 menit).
- j. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, peneliti menjelaskan bahwa “menggunakan media bola karet sebagai modifikasi alat dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk melakukan *passing atas* bola voli daripada menggunakan bola voli sesungguhnya terhadap hasil belajar *passing atas* bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 99 Jakarta timur”
- k. Penelitian dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan

hasil pembelajaran, sebelum penelitian berlangsung dilakukan kegiatan prapenelitian atau uji coba penelitian untuk mengetahui kemampuan awal siswa dalam pembelajaran *passing* atas bola voli dan menemukan masalah pembelajaran yang akan diupayakan penanggulangannya. Penelitian ini menggunakan 2 siklus dan setiap siklus memiliki langkah-langkah yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

- I. Pada awal penelitian berlangsung peneliti melihat siswa sebagian besar belum, siswa belum bisa mengarahkan melakukan teknik dasar *passing* atas bola voli. Penelitian dimulai, peneliti mengambil data yang merupakan tes awal. Setelah tes awal dilakukan penelitian menggunakan media

bola karet. Selanjutnya dilaksanakan tindakan berikutnya dalam siklus I dan II yang telah direncanakan oleh peneliti dan kolaborator untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli siswa.

- m. Pemecahan masalah dari beberapa kekurangan siswa tersebut diantaranya, menggunakan media yang tepat, terus memberikan motivasi dan pengembangan rasa percaya diri akan pola pikir siswa terhadap gerakan pembelajaran *passing* atas bola voli.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Perlu adanya peningkatan kualitas guru-guru dalam penguasaan ragam teknik mengajar, atau teknik penyampaian materi de

depan kelas, dengan cara mengadakan pelatihan-pelatihan rutin sehingga informasi mengenai kependidikan yang berkaitan dengan peningkatan kualitas pembelajaran dapat cepat dimiliki oleh seluruh guru khususnya guru pendidikan jasmani.

2. Guru pendidikan jasmani harus dapat memanfaatkan media pembelajaran dalam memberikan materi pembelajaran yang lain, oleh karena itu dibutuhkan kreatifitas yang tinggi dari guru tersebut guna meningkatkan motivasi belajar peserta didik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.
3. Dalam modifikasi media pembelajaran dapat dilakukan di semua jenjang pendidikan baik SD, SLTP, maupun SLTA. Kemudian, dalam pemilihan media mengajar hendaknya disesuaikan dengan karakteristik materi dan

lingkungan siswa sehingga dapat dicerna dengan baik oleh peserta didik.

Perlu adanya peningkatan dan perawatan secara berkala dalam bidang sarana dan prasarana pendidikan, khususnya pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

Asep Jihad, *Evaluasi Pembelajaran* (Yogyakarta: Multi Pressindo, 2008),

[Http://onopirododo.wordpress.com/2012/10/07/belajar-gerak](http://onopirododo.wordpress.com/2012/10/07/belajar-gerak)

[Http://www.Sarjanaku.com/2011/03/Pengertian-Definisi-Hasil-belajar](http://www.Sarjanaku.com/2011/03/Pengertian-Definisi-Hasil-belajar)

Idris Shaffat, *Optimized Learning Strategy* (Jakarta: PrestasiPustaka, 2009),

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Bandung: Erlangga 2007),

Prof. Dr. Ratna Wilis Dahar, M. Sc. *Teori-teori Belajar dan Pembelajaran*, (Erlangga PT. Gelora Aksara Pratama 2011)

Roji, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SMP*. (Jakarta Airlangga 2009)

Samsudin, *Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* (Jakarta: litera, 2008)

Samsudin, *Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/MA* (Jakarta: Litera, 2008),

Samsudin, *Teori dan Peraktek Bolavoli*(Jakarta: Universitas Negeri Jakarta 2007)

Slameto, *belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya* (Jakarta;RINNEKA CIPTA, 2003)

Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (PT Bumi Aksara. Jakarta:2003)

Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain , *Starategi Belajar Mengajar*(Jakarta Rineka Cipta)

W.J.S. Poerwadarmita, *Kamus Bahasa Indonesia*. (Jakarta: BP Balai Pustaka, 2007)