UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani,Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh:

EDI SANTOSO
NPM: 11.1.01.09.0542

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Skrpisi oleh :

EDI SANTOSO
NPM : 11.1.01.09.0542

Dengan Judul :

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : .....

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
Wasis Himawanto, M.Or.	**Drs. Setyo Harmono, M.Pd.**

SKRIPSI

Oleh:

EDI SANTOSO
NPM : 11.1.01.09.0542

DenganJudul:

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jerusan Penjaskesrek FKIP UNP Kediri
Pada Tanggal: _____

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

PanitiaPenguji		Tanda Tangan
1. Ketua	: Wasis Himawanto, M.Or.	.....
2. Penguji I	: Ruruh Andayani Bekti, M.Pd	.....
3. Penguji II	: Drs. Setyo Harmono, M.Pd	.....

Mengetahui:
Dekan FKIP.,

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN MODIFIKASI BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI TAHUN PELAJARAN 2014/2015

EDI SANTOSO
NPM: 11.1.01.09.0542

FKIP – PENJASKESREK
Dosen Pembimbing I : Wasis Himawanto, M.Or.
Dosen Pembimbing II : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh penggunaan modifikasi bola plastik terhadap hasil belajar servis atas bola voli pada siswa kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015. Tujuan penelitian untuk mendapatkan gambaran yang nyata tentang ada tidaknya pengaruh penggunaan modifikasi bola plastik terhadap hasil belajar servis atas bola voli pada siswa kelas X SMA Negeri Plosiklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen pada pembelajaran dengan teknik tes dan pengukuran. Sedangkan desain yang digunakan adalah desain korelasional atau *Correlational Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2014/2015 yang berjumlah 30 siswa. Teknik sampling yang digunakan yaitu cluster total sampling. Dikatakan sampel total sampling karena semua anggota populasi diambil satu kelas yaitu kelas X sebagai sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan tes servis atas dan pembelajaran servis atas bola voli dengan modifikasi bola plastik. Analisis data yang digunakan adalah *t-test*,dimana penggunaan media bola plastik(X) sebagai variabel bebas dan hasil belajar servis atas(Y) sebagai variabel terikat.

Hasil penelitian menunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ 2,182650562 > 1,73. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada pengaruh penggunaan modifikasi bola plastik terhadap hasil belajar servis atas pada siswa kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015 dapat diterima.

Saran yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah 1) Dapat menjadi sumbangan yang berarti bagi para pembina, guru olahraga maupun pelatih dalam pemilihan media pembelajaran yang tepat, efektif dan efisien dalam belajar servis atas. 2) Mengembangkan kompetensi guru dalam pembelajaran servis atas bola voli.

Kata kunci: Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Dengan Modifikasi Bola Plasitk

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diajarkan di sekolah sekolah di Indonesia, baik di sekolah tingkat dasar, tingkat menengah, maupun sekolah lanjutan tingkat atas. Pendidikan jasmani yang mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat sehari-hari berperan penting dalam pembinaan dan pengembangan baik individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan serta perkembangan jasmani maupun rohani. Dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tersebut salah satu cabang olahraga permainan bolavoli merupakan pendukung 'KD'. Olahraga ini merupakan olahraga beregu yang mempunyai banyak manfaat terhadap perkembangan dan pertumbuhan siswa. Dengan bermain bolavoli 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 sesuai dengan tuntutan masyarakat.

Penjasorkes dilaksanakan sebagai latihan, pengembangan diri, pendidikan dan kebudayaan, selain itu pendidikan penjasorkes harus mengacu pada sejumlah kopetensi minimal untuk setiap keterampilan yang wajib dimiliki siswa pada setiap akhir semester tertentu dan sejumlah kopetensi minimal yang dijabarkan dari standar kopensi tertentu. Seperti yang tertuang pada (Permendiknas no 22/2006). SK adalah sejumlah kompetensi minimal untuk setiap aspek atau ketrampilan yang wajib dimilki siswa pada setiap akhir semester atau kelas tertentu. Sedang KD adalah sejumlah kompetensi minimal yang dijabarkan dari standar kompetensi tertentu.

Kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) adalah kurikulum operasional yang disusun dan dilaksanakan oleh masing-masing satuan pendidikan. Dengan berlakunya Kurikulum pada Tingkat Suatu Pendidikan (KTSP), sekolah atau guru mempunyai kelulusan dalam melakukan operasionalisi SK dan KD, dengan memperhatikan standar, norma dan aturan yang telah ditentukan. Dengan demikian Penjasorkes mempunyai konsep dalam pembelajaran dengan mengacu pada SK dan KD yang sudah ada, dari hasil amatan terhadap kinerja guru dikjasorkes di lapangan, maupun hasil cermatan terhadap praktik pembelajaran yang dilakukan oleh guru di sekolah, diperoleh kesimpulan umum bahwa sebagian besar guru kurang memahami hakikat pendidikan jasmani secara benar.

Akibat kesalahan konsep tersebut, guru penjas dalam memberikan layanan akademik kepada siswa masih terlalu dominan, dominasi guru sangat signifikan, artinya semua keputusan pembelajaran dilakukan oleh guru, dan siswa belum banyak di beri kesempatan untuk aktif dan kreatif dalam menjalankan pembelajaran. Berdasarkan pengamatan siswa kelas X dengan jumlah siswa 30 siswa di SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten kediri dengan mengacu pada setandar kopetensi (SK) 1.mempraktekan ketampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai- nilai yang terkandung di dalamnya dan kopetensi dasar (KD) 1.1 mempraktekan ketrampilan bermain salah satu permaianan dan olahraga beregu bola besar (Bola Voli) serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri. Sehingga pada proses jalannya pembelajaran banyak ditemukan siswa kesulitan melakukan *servis atas* dalam permainan bola voli yang mengakibatkan siswa kurang aktif dan kreatif dalam melakukan pembelajaran.

Pembelajaran merupakan suatu proses yang dilakukan guna meningkatkan suatu kekamapuan atau ketrampilan. Dengan pembelajaran dapat membantu para siswa-siswi meningkatkan kemampuan dan ketrampilan jasmani, disamping itu tetap menjaga penyesuaian organisme tubuh untuk secara efektif pada kondisi fisiologis atlet, agar tujuan dari pembelajaran yang sedang dilakukan dapat dicapai dengan tepat, maka prinsip-prinsip yang berkaitan dengan pembelajaran harus diperhatikan dan dipahami dengan baik. Dalam suatu pembelajaran perlu adanya perencanaan dengan baik, tersusun dan terarah pada tujuan yang diharapkan. Sehingga adanya pencapaian suatu tujuan pembelajaran yang diinginkan.

Proses pembelajaran yang dimodifikasi merupakan cara kerja yang mempunyai sistem untuk memudahkan pelaksanaan proses mengajar dan memberikan perlakuan pembelajaran guna membantu dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pada umumya siswa yang mampu melakukan servis atas karena memiliki kekuatan yang memadai, tetapi belum memahami servis atas yang efektif. Namun bagi siswa yang kurang mampu melakukan servis atas disebabkan karena penguasaan teknik yang masih kurang, power yang kurang dan perkenaan bola yang masih salah. Untuk mengatasi permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran servis bisa diterapkan modifikasi pembelajaran servis atas bolavoli dengan modifikasi bola plastik.

Ditinjau dari gerakan servis atas yaitu, dari gerakan melambungkan bola, ayunan lengan, memukul bola dengan perkenaan bola yang tepat serta mengarahkan bola ke sasaran yang

diinginkan, dengan adanya modifikasi servis atas dengan bola plastik yang diterapkan dalam proses penbelajaran yang mampu dilakukan dengan baik, apakah siswa yang dalam proses pembelajaran servis atas dengan modifikasi bola plastik dalam melakukanya kurang baik akan berpengaruh juga terhadap hasil servis atas yang dilakukan? Untuk mengetahui hal tersebut maka perlu diadakan penelitian, karena kemampuan servis atas tidak hanya dipengaruhgi oleh satu macam pembelajaran.

Proses pembelajaran yang dilaksanan oleh guru penjas di SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri dilaksanakan secara global mengenalkan servis atas, dan siswa melakukan dan memperagakanya, disalah satu sisi siswa yang sudah terbiasa (yang sudah mampu dan mempunyai pengalaman) tidak mengalami kesulitan dalam melakukan servis atas, Tetapi sebaliknya siswa yang tidak memilki pengalaman tidak bisa melakukan servis sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan hal tersebut maka menciptakan suatu metode pembelajaran yang diterapkan dalam proses pembelajaran sangat penting agar diperoleh hasil belajar yang optimal, hal ini karena belajar ketrampilan bukan belajar pada umumnya, sehingga perlu strategi, cara mengajar, atau perlakuan (pembelajaran) yang baik dan tepat. Seorang guru dituntut berkreativitas dalam proses mengajar yang akan diberikan diantaranya pembelajaran yang dimodofikasi servis atas dengan bola plastik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Disamping itu juga, faktor-faktor yang mendukung kemampuan servis atas perlu dilatih dan ditingkatkan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di Kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri sewaktu melakukan Progam Pengalaman Lapangan, Siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan servis atas dalam bolavoli. Kebanyakan siswa terkendala pada kurangnya power, perkenaan bola dan ayunan lengan saat memukul bola. Berdasarkan hasil wawancara dari guru penjas dan hasil test yang peneliti lakukan saat ujian tengah semestar pada saat peneliti PPL, hasil belajar yang diperoleh kurang lebih 66% atau 23 siswa belum mencapai batas ketuntasan, dan 34% atau 12 siswa sudah mencapai batas ketuntasan. Siswa di kelas X belum mencapai batas ketuntasan menjadi bukti konkrit, dan terbukti juga oleh hasil pertandingan bolavoli antar kelas yang dilakukan setelah ujian tengah semester yang dimana hampir semua siswa melakukan servis menggunakan servis bawah, terutama siswa putri, adapun siswa yang melakukan servis menggunalan servis atas hasilnya

pun kurang maksimal. Teknik servis atas permainan bolavoli belum dikuasai siswa disebabkan penguasaan proses pembelajaran yang belum melibatkan siswa secara aktif, guru masih menjadi pusat pembelajaran, kurangnya model pembelajaran, dan gaya mengajar yang masih kurang untuk mencapai tujuan pendidikan. Penyebab masalah belajar dapat bersumber dari faktor intern dan ekstern, faktor dari dalam individu sendiri atau intern, misalnya motivasi dan antusiasme siswa terhadap materi pembelajaran. Sedangkan faktor eksternal mencakup keluarga dan lingkungan sekitar yang dapat berupa guru, lingkungan, materi, media, dan metode yang digunakan guru. Selain itu kurangnya minat dan motifasi siswa terhadap pelajaran pendidikan jasmani. Masih tampak beberapa siswa yang ngobrol dengan temannya, mengantuk, malas-malasan dalam menerima materi yang diberikan guru. Kurangnya partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran akan menurunkan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar, oleh karena itu diperlukan suatu tindakan yang mampu melibatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut.

Mempertimbangkan tingkat kemampuan siswa dalam menerima materi pembelajaran berbeda antara siswa satu dengan yang lain, guru perlu mengembangkan metode pembelajaran yang diterapkan dalam pembelajaran yang dapat mempermudah siswa menerima pelajaran dengan baik. Sebuah metode yang tidak hanya dapat diterima oleh siswa yang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi, tetapi juga mempertimbangkan efektifitas bagi mereka yang memiliki tingkat pemahaman yang masih kurang.

Permasalahan yang telah dikemukakan diatas yang akan melatar belakangi judul penelitian**,** ”upaya meningkatkan hasil belajar servis atas permainan bolavoli dengan modifikasi bola plastik pada siswa kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015”

II. METODE PENELITIAN

Metodologi mempunyai arti penting dalam kaitanya dengan proses studi secara komprehensif. Metode yang digunakan oleh penelitian dalam mencari dan memecahkan masalah penelitian diuraikan secara jelas.tujuannya adalah agar dapat memberikan gambaran yang sistematis dan terencana tentang proses penelitian, sehingga dapat memberikan peluang kepada penelitian selanjutnya untuk dapat melakukan tracking (penjejakan) kembali jika diperlukan

Metode penelitian adalah suatu cara mencari hubungan sebab akibat (hubungan kasual) antara dua factor yang sengaja

ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan factor-faktor lain yang mengganggu Arikunto.(2006 : 3)

Dasar pengunaan metode penelitian adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan terhadap subjek dan diakhiri dengan tes untuk menguji seberapa jauh akibat dari perlakuan yang diberikan. Metode pemebelajaran ini mempergunakan pola *Macthing by Subject Desigi* yang sering disebut pola M-S. pengertian pola M-S dilakukan terhadap subjek demi subjek.

Subjek matching berarti juga sudah tentu group matching karena hakekatnya subjek matching sedemikian rupa sehingga pemisahan-pemisahan pasangan subjek (*pair of subject*) secara otomatis akan menyeimbangkan kedua subjek Hadi.(2004 : 484).

Rancangan penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat penelitian sebagai ancer-ancer kegiatan yang akan dilaksanakan. Penelitian ini menggunakan Subjek Random Desain *Pretest-Posttest Group* (*Randomized subject Pretest-Posttes Control Group Design*). Adapun Desain penelitian dapat

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, dapat diketahui bahwalatihan denga modifikasi bola plastikberpengaruh terhadap hasil belajar servis atas bolavoli pada siswa kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015. Setelah mendapat perlakuan berupa latihan dengan modifikasi bola plastik, hasil servis atas bolavoli antara tes awal dan tes akhir mengalami peningkatan yang signifikan seperti terlihat pada tabel 7. Sampel penelitian yang berjumlah 30 siswa semuanya diberikan perlakuan yang sama tanpa terkecuali.

Perlakuan yang diberikan berupa latihan dengan modifikasi bola plastik untuk memberikan pengaruh yang positif dalam rangka peningkatan hasil servis atas bolavoli. Latihan tersebut merupakan latihan yang bertujuan untuk mempermudah siswa yang merasa kesulitan dalam melakukan teknik servis atas. Kekuatan otot lengan mempunyai hubungan yang erat dengan hasil servis atas bolavoli. Semakin besar kekuatan otot lengan seorang pemain akan semakin keras dan cepat dalam melalukan pukulan servis, sehingga pemain dapat mengarahkan bola sesuai dengan keinginannya. Oleh karena itu, guna meningkatkan kekuatan otot lengan diperlukan latihan beban yang sesuai.

Kekuatan otot lengan merupakan daya dorong dari gerakan

lanjutan lengan yang membuat hasil pukulan terhadap bola lebih kuat. Dengan demikian jelaslah bahwa kekuatan otot lengan mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan servis atas permainan bola voli.Tanpa memiliki kekuatan otot lengan yang baik, jangan mengharapkan siswa dapat melakukan servis dengan baik. Kekuatan otot lengan yang baik memberikan dampak positif berkaitan dengan penggunaan daya dalam melakukan suatu pukulan. Dengan memiliki daya yang lebih besar, akan lebih menguntungkan pada saat akan memukul bola.

KESIMPULAN

Penelitian memang perlu dipersiapkan secara matang, baik mengenai persiapan maupun pelaksanaan dalam penelitian, agar apa yang diharapkan dapat diperoleh hasil yang baik. Berdasarkan data yang dianalisis maka, dapat diambil suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan analisis data dengan perhitungan statistik diperoleh t_{hitung} = 5,199 kemudian dibandingkan dengan $t_{(1-\frac{1}{2}\alpha)}$. Harga $t_{(1-\frac{1}{2}\alpha)}$ pada taraf signifikansi 5% dengan db = N – 1 = 30 – 1 = 29 adalah sebesar 2,04. Sehingga $t_{hitung} > t_{(0,975)}$ atau 5,199 >2,04. Karena t_{hitung} tidak jatuh di wilayah terima H_0, maka keputusan yang diambil adalah menolak H_0 dan menerima H_a.
2. Ada pengaruh antara latihan dengan modifikasi bola plastik terhadap hasil belajar *service* atas bolavoli pada siswa kelas X SMA Negeri Plosoklaten Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2014/2015.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*.Surakarta: Era Pustaka Utama.

Ambarkati, Arum. 2012. *Kemampuan Smash Terhadap Permainan.* (online),(http://olah-ragaindonesia.blogspot.com, di unduh 04 April 2015).

Arief, Zaenal. 2012. *Proposal Skripsi*. (online),(http://crepesrenld.blogspot.com/2012/05/proposal-skripsi.html). Diunduh 6 Mei 2015).

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Penerbit Rineka Cipta Jakarta.

Bahri, Saiful. 2013. *Cara Smash Dalam Bolavoli Yang Baik Dan Benar*.(online),(http://bollvoly.blogspot.com/2013_11_01_archive.html), diunduh 25 Juni 2015).

Beutelstahl, Dieter. 2005. *Belajar Bermain Bola Volley*. CV. Pionir Jaya Bandung

Dinudhin. 2012. *Teknik Smash Bolavoli*. Blogspot, (online), (http://dinudhin.blogspot.com/2012/10/teknik-smash-bolavoli.html, diunduh 5 April 2015).

Harsono, Drs. M.Sc. 1988. *Coaching Dan Aspek – Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta.

Kusmanto, agus. 2012. *Permainan Bolavoli*. *Blogspot*, (online), (http://aguskusmanto090983.blogspot.com, diunduh 7 April 2015).

Lutan, Rusli. dkk. 2000. *Dasar – Dasar Kepelatihan*: Departement Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian*. Unesa university press.

Martini. 2007. *Prosedur Dan Prinsip–prinsip Statistika.* Unesa University Press.

Noviansyah. 2013. *Tes Pengukuran Power*. (online),(http://underviruscheat.blogspot.com/2, diunduh 7 April 2015).

Rozi, Fakhrur. 2009. *Pengaruh Latihan Pliometric (lompat tali) Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Bolavoli Putra*. Skripsi. Tidak diterbitkan.

Suharno, HP. 1993. *Metodologi Penelitian*.Jakarta : (KONI Pusat) Pusat Pendidikan dan Penataran.

Tanpa nama. 2013. *Mengkombinasikan Latihan Plyometric. (*online),(http://galeripenjas.blogspot.com/2013/03/mengkombinasikan-latihan-plyometric.html, diunduh 7 April 2015).

Yunus. M. 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli.Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyeksi Pembinaan Tenaga Kependidikan*.

William dkk. 2006. *Exercise Physiology*. Human Kinetics.

Winarsih, Asih. 2014. *Pengaruh Latihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Daya Tahan Otot Tungkai. (online),* (http://www.scribd.com/doc/258460185/Pengaruh-Latihan-Rope-Jump-Dengan-Metode-Interval-Trainning-Terhadap-Daya-Tahan-Otot-Tungkai#scribd, diunduh 7 April 2015).