PENGARUH METODE RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI (STUDI PADA SISWA PUTRA SMK PGRI 4 KOTA KEDIRI) TAHUN 2015

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana
(S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh :

NAFIAN
NPM: 12.1.01.09.0474P

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

NAFIAN
NPM: 12.1.01.09.0474P

Dengan Judul :

PENGARUH METODE RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR
PASSING BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI
(STUDI PADA SISWA PUTRA SMK PGRI 4 KOTA KEDIRI)
TAHUN 2015

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tangggal: 18 Mei 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Setyo Harmono, M. Pd.	**Drs. Sugito, M. Pd.**
NIDN.0727095801	NIDN. 0022086508

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Oleh :

NAFIAN
NPM: 12.1.01.09.0474P

Dengan Judul :

PENGARUH METODE RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR
PASSING BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI
(STUDI PADA SISWA PUTRA SMK PGRI 4 KOTA KEDIRI)
TAHUN 2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi

Pada tanggal : 18 Mei 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji	:	Tanda Tangan
1. Ketua	:Drs. SetyaAdi Sacaya, M.Pd.	
2. Penguji I	:Drs. Sugito, M.Pd.	
3. Penguji II	:Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP,

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

PENGARUH METODE RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI (STUDI PADA SISWA PUTRA SMK PGRI 4 KOTA KEDIRI) TAHUN 2015

NAFIAN
NPM: 12.1.01.09.0474P

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Pembimbing I : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.
Pembimbing II : Drs. Sugito, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Nafi'an. NPM. 12.1.01.09.0474P. Pengaruh Metode Resiprokal Terhadap Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bolavoli (Studi Pada Siswa Putra SMK PGRI 4 Kota Kediri) Tahun 2015. Skripsi. Penjaskesrek, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PPGRI Kediri. 2015.

Tujuan pendidikan dapat dicapai salah satunya dengan mengajarkan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah, yang mencakup berbagai kompetensi dasar seperti permainan dan olahraga, aktifitas pengembangan, aktifitas senam, aktifitas ritmik, aktifitas air, pendidikan luar kelas dan pendidikan kesehatan. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku siswa yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor, sehingga melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswa dapat mengalami perkembangan baik dalam perilaku maupun keterampilannya.

Adapun tujuan penelitian yang diharapkan sesuai dengan rumusan masalah diatas maka penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh metode resiprokal terhadap hasil belajar pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. "Suatu penelitian eksperimen pada prinsipnya dapat didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (*causal-effect relationship*)". Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-test and post-test group*. Di dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen disebut *pre-test* dan observasi sesudah eksperimen disebut *post-test*. Perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau perlakuan eksperimen.

Berdasarkan pengujian data yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh metode resiprokal terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015.
2. Penggunaan metode resiprokal dalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015 mengalami peningkatan yang signifikan.

Dengan kesimpulan yang telah diambil, maka para guru disarankan melaksanakan hal-hal sebagai berikut: (1) Memberikan pembelajaran permainan bolavoli pada siswa dengan

menggunakan metode resiprokal. (2) Penelitian ini dilaksanakan secara hubungan statistik, maka dari itulah diajukan bagi siapa saja yang ingin melakukan penelitian serupa, tetapi dengan jumlah sampel lebih besar

Kata kunci: *Metose resiprokal, belajar passing bawah, permainan bolavoli*

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah memiliki peranan yang relatif besar dalam membantu dan mengembangkan kemampuan siswa yang mengacu pada keseimbangan gerak, penanaman sikap, watak, emosi dan kesehatan dilaksanakan guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang tinggi, serta dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan masyarakat. Segala usaha yang ditempuh untuk mewujudkan tujuan tersebut harus mampu diterapkan dalam setiap pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

> Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncana-kan secara sistematik yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, *neuro-muskuler*, perseptual, kognitif, dan emosional (Subroto, 2008:1.5).

Tujuan pendidikan dapat dicapai salah satunya dengan mengajarkan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah, yang mencakup berbagai kompetensi dasar seperti permainan dan olahraga, aktifitas pengembangan, aktifitas senam, aktifitas ritmik, aktifitas air, pendidikan luar kelas dan pendidikan kesehatan. Berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, permainan bolavoli tercantum sebagai salah satu permainan yang diajarkan pada seluruh anak di jenjang Sekolah Dasar (SD), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP) dan Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA). Pembinaan terhadap bolavoli juga diajarkan diluar jam pelajaran formal yaitu melalui ekstrakurikuler. Keberadaannya secara tidak langsung ikut serta dalam upaya mewujudkan cita-cita ataupun tujuan pembangunan nasional yaitu pembangunan manusia yang berkualitas baik fisik maupun mental.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku siswa yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor, sehingga melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan siswa dapat mengalami perkembangan baik dalam perilaku maupun keterampilannya. Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Harapan ini hanya dapat

diperoleh dengan bantuan dan bimbingan dari para pendidik, khususnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Salah satu cabang olahraga yang dapat diajarkan di sekolah adalah cabang olahraga permainan. Hal ini dimaksudkan supaya siswa bisa mengenal cabang olahraga, karena sekolah atau lembaga pendidikan merupakan salah satu tempat yang efektif untuk menyalurkan minat serta bakat siswa. Adanya minat atau kemampuan yang keras untuk berlatih serta didukung oleh bakat dan kemauan yang bagus pada siswa diharapkan siswa mampu mencapai hasil yang maksimal. permainan juga merupakan salah satu kompetensi dasar yang diajarkan pada siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA). Standar kompetensi pada penelitian ini adalah mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi dasarnya adalah mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

Permainan bolavoli merupakan cabang olahraga yang dipertandingkan dalam berbagai pesta olahraga. Permainan bolavoli semakin populer dan berkembang pesat. Bolavoli dapat dilaksanakan atau dimainkan di lapangan terbuka maupun dalam lapangan tertutup. Perkembangan terakhir olahraga bolavoli dapat dimainkan di pasir yang kemudian populer dan biasa disebut voli pantai. Perkembangan olahraga bolavoli bukan hanya pada aturan permainannya saja, tetapi juga teknik yang digunakan mengalami perkembangan yang pesat seperti diperbolehkannya menggunakan kaki dan kepala dalam memvoli bola.

Permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu dan masing-masing regu terdiri dari 6 orang. Permainan ini adalah kontak tidak langsung, sebab masing-masing regu bermain dalam lapangan sendiri dan dibatasi oleh jaring atau net. Prinsip bermain bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli dan berusaha menjatuhkannya kedalam lapangan permainan lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas net atau jaring dan mempertahankannya agar bola tidak jatuh dilapangan sendiri.

> Permainan bolavoli pada dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu. Untuk masing-masing regu, lapangan dibagi dua sama besar oleh net atau tali yang dibentangkan di atas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Prinsip permainan bolavoli adalah menjaga bola jangan sampai jatuh di lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan bola di lapangan lawan atau mematikan bola di pihak lawan (Subroto, dkk, 2008:2.5).

Prinsip bermain bolavoli adalah memainkan bola dengan memvoli (memukul dengan tangan) dan berusaha menjatuhkannya kedalam lapangan permainan lawan dengan menyeberangkan bola lewat atas net atau jaring dan mempertahankannya agar bola tidak jatuh dilapangan sendiri. Setiap Regu diperkenankan memainkan atau menyentuh bola tidak lebih dari tiga kali sebelum melewati net selama bola dalam permainan.

> Untuk dapat melaksanakan seluruh keterampilan dasar bermain bolavoli, minimal pemain memiliki enam keterampilan teknik, yaitu: a) sikap penjagaan dan cara bergerak ke arah bola, b) *passing* dan umpan, c) *spike*, d) bendungan, e) servis, f) penyelamatan bola (Subroto, dkk, 2008:3.1).

Permainan bolavoli merupakan kegiatan olahraga yang dilakukan secara beregu, aspek kerjasama masing-masing anggota tim sangatlah mutlak diperlukan. Hal ini dapat dicapai jika masing-masing anggota regu atau pemain menyadari tugas dan fungsinya. Dengan demikian melalui aktivitas olahraga bolavoli ini dapat dilatih seluruh fungsi tubuh dan kerja kelompok. Salah satu modal dasar untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam suatu cabang olahraga adalah memiliki bibit yang berbakat sesuai dengan tuntunan dan spesifikasi masing-masing cabang olahraga. Prestasi dalam cabang olahraga bolavoli dapat dicapai jika dibina sejak umur muda.

Melalui permainan bolavoli, seluruh potensi dari seluruh aspek tersebut diyakini berpotensi untuk dapat ditumbuhkembangkan. Dengan berlatih dan bermain bolavoli secara teratur selain dapat meningatkan keterampilan bolavoli itu sendiri, juga dapat meningkatkan ketahanan fisik, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir, interaksi sosial, bekerja sama dan mengembangkan sikap positif dan *fair play*. Permainan bolavoli menuntut para pelakunya untuk dapat bergerak secara kuat, cepat, tepat, terkoordinasi seimbang dan juga menuntut untuk melakukan gerakan yang lentur, halus dan lembut dengan penuh tipu muslihat.

Dalam penelitian yang saya lakukan pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015. Materi yang diajarkan adalah permainaan bola besar, teknik dasar *passing* bawah bolavoli sesuai standar kompetensi dan kompetensi dasar diatas. Diduga peran guru dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga masih terlalu dominan pada setiap bagian pembelajaran, dominasi guru sangat signifikan, artinya semua keputusan pembelajaran dilakukan oleh guru, dan siswa belum banyak di beri kesempatan untuk aktif dalam menjalankan pembelajaran. Sehingga pada saat jalannya proses pembelajaran siswa kurang mengetahui, menguasai dan memahami

materi *passing* bawah bolavoli yang diajarkan dalam pembelajaran tersebut.

Dari uraian permasalahan diatas seorang guru penjas harus mengubah metode pembelajaran. Metode pembelajaran adalah suatu cara pengajaran dalam proses pembelajaran yang cocok bagi siswa guna menciptakan suasana belajar yang menyenangkan bagi siswa, agar guru dan siswa termotivasi untuk melakukan tugasnya masing-masing, dan agar hasil pembelajaran bagi siswa dapat bermakna. Dengan demikian pemecahan permasalahan yang terletak pada proses pembelajaran adalah penggunaan metode pembelajaran yang kurang sesuai atau kurang cocok bagi siswa tersebut, mengakibatkan hasil belajar belum bermakna pada siswa.

Metode pembelajaran yang terbaik adalah yang sesuai dengan karakteristik siswa, tujuan, materi ajar, alat/media, waktu yang tersedia, situasi dan kondisi yang dihadapi. Metode pembelajaran harus diperhatikan oleh seorang guru penjas agar materi ajar yang disampaikan dapat mudah dikuasai dan dipahami peserta didik. Maka model metode pembelajaran yang cocok atau sesuai pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015 adalah metode pembelajaran kerjasama (*Reciprocal Teaching*). Dalam metode ini peran guru pada proses pembelajaran tidak terlalu dominan dalam setiap bagian pembelajaran, semua keputusan pembelajaran tidak seluruhnya dilakukan oleh guru, dan siswa banyak di beri kesempatan untuk aktif dan kreatif dalam menjalankan pembelajaran tersebut. Siswa dengan siswa lainnya saling mengoreksi yang menghasilkan umpam balik antar teman, kebenaran umpan balik berdasarkan kriteria oleh guru.

Menggaris bawahi dari permasalahan dalam latar belakang diatas, dimana peran guru pada proses pembelajaran terlalu dominan dalam setiap bagian-bagian pembelajaran dan siswa kurang banyak di beri kesempatan untuk aktif dalam menjalankan pembelajaran. Hal tersebut dikarekan penggunanan metode pembelajaran yang diberikan kepada siswa kurang sesuai atau kurang cocok terhadap siswa, sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Maka dari itu, penulis ingin membuktikan pengaruh metode Resiprokal terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015.

B. Pendekatan Penelitian

Rancangan penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat penelitian sebagai ancer-ancer kegiatan yang akan dilaksanakan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-test and post-test group*. Di dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum

eksperimen disebut *pre-test* dan observasi sesudah eksperimen disebut *post-test*. Perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* diasumsikan merupakan efek dari *treatment* atau perlakuan eksperimen.

Adapun tahap-tahap pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

Terlebih dahulu peneliti mempersiapkan faktor-faktor yang menunjang untuk memperoleh data dengan mengadakan observasi dan minta informasi mengenai jumlah siswa dan fasilitas olahraga yang ada.

b. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Secara keseluruhan pelaksaaan penelitian terbagi dalam 3 kegiatan, yaitu: tes awal *(pre-test)*, perlakuan (*treatment*), dan tes akhir (*post-test*).

C. Kesimpulan

Berdasarkan pengujian data yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh metode resiprokal terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015.
2. Penggunaan metode resiprokal dalam pembelajaran *passing* bawah bolavoli pada siswa SMK PGRI 4 Kota Kediri tahun 2015 mengalami peningkatan yang signifikan.

D. Daftar Pustaka

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Beutelstahl, Dieter. 2011. *Belajar Bermain Bolavolley*. Bandung: Pionir Jaya.

BSNP. 2006. *Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar Dan Menengah*. Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan.

Djamarah, Syaiful Bahri & Zain, Aswan. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.

Hamalik, Oemar. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.

Husdarta, Jaja Suharja & Maryani, Eli. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Jihad, Asep & Haris, Abdul. 2008. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.

Nurhasan. 2001. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Prinsip-Prinsip Dan Penerapannya*. Jakarta: Depdiknas.

Subroto, Toto. 2008. *Strategi Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.

Sudjana, Nana. 2010. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Sudjana, Nana & M.A. Ibrahim. 2009. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Sujarwadi & Sarjiyanto, Dwi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

Sukardi. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi Dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.

Supinah. 2008. *Penyusunan Silabus Dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Dalam Rangka Pengembangan KTSP*. Yogyakarta: Pusat Pengembangan Dan Pemberdayaan Pendidik Dan Tenaga Kependidikan.

Suyono & Hariyanto. 2011. *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset.

Viera, Barbara & Fergusson, Bonnie, Jill. 2004. *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Wahyuni, Sri (et al). 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.