

Peningkatan Ketepatan Smash Bola Voli Dengan Metode Target Games Pada Siswa Kelas XI SMA Darul Hikmah Tahunpelajaran 2017/2018

Hermansyah, Andi Gilang Permadi

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FPOK IKIP Mataram

e-mail: *muhfajrie97@gmail.com*

Abstract; The problem revealed in this study is "Improving the Accuracy of Smash in Volleyball with The Games Target Methods at The Second Grade Students of Darul Hikmah in Academic Year 2017/2018" This research was motivated by the still low ability of smash accuracy at the second-grade students of Darul Hikmah. This research is Classroom Action Research (Classroom Action Research) which is carried out collaboratively and participative. The design of this study used Kurt Lewin's model in 2 cycles and in each cycle, there are 2 meetings consist of planning, implementation, observation, and reflection. The research subjects were 30 students of the second-grade students in Darul Hikmah. The results of this study indicate that increased the accuracy of smash in volleyball with the game target method for the second grade of Darul Hikmah. From the results of evaluation in cycle I, the total of students completed = 18 people (60%) and incomplete = 12 people (40%) with the less satisfied category (60%). In cycle II, there was an increase, the total of students completed = 27 people (90%) and incomplete = 3 people (10%). This shows that the results are 90% complete with very good categories.

Key Words: *smash accuracy, volleyball, games target*

Abstrak; Masalah yang di ungkapkan dalam penelitian ini adalah "Peningkatan Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli dengan Metode Target Games pada Siswa Kelas XI SMA Darul Hikmah Tahun Pelajaran 2018 "Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya kemampuan ketepatan *Smash* pada siswa kelas XI SMA Darul Hikmah. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif. Desain penelitian ini menggunakan model Kurt Lewin dalam 2 siklus dan disetiap siklus terdapat 2 pertemuan yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI SMA Darul Hikmah yang berjumlah 30 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan ketepatan smash dalam permainan bola voli dengan metode target games pada siswa kelas XI SMA Darul Hikmah. Dari hasil evaluasi pada siklus I yaitu jumlah siswa tuntas = 18 orang (60%) dan tidak tuntas 12 orang (40 %) dengan kategori (60 %) kurang puas. Pada siklus II mengalami peningkatan yaitu jumlah siswa tuntas = 27 orang (90%) dan tidak tuntas 3 orang (10%). Hal ini menunjukkan bahwa hasil tersebut yaitu 90% tuntas dengan kategori sangat baik.

Kata kunci : *ketepatan smash, bola voli, target games*

PENDAHULUAN

Menurut pranatahadi (2007:31) *smash* adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jarring dan mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikannya. *Smash* yang efektif selama permainan berlangsung ialah dengan cara memukul bola dari atas jarring yang disebut *spike*. *Smash* merupakan suatu teknik yang mempunyai suatu gerakan yang kompleks yang terdiri atas:

1). Langkah awal

2). Tolakan untuk meloncat

3). Memukul bola saat melayang di udara

4). Saat mendarat kembali setelah memukul bola

Menurut Pranatahadi (2007: 31) *smash* adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring atau net sehingga mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikan. Pukulan *smash* juga sering disebut juga *spike*, dimana merupakan bentuk

serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim.

Ketepatan smash

a. Pengertian Ketepatan

Menurut Suharno (1981: 32), “ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuannya”. Dengan kata lain bahwa ketepatan adalah kesesuaian antara kehendak (yang diinginkan) dan kenyataan (hasil) yang diperoleh terhadap sasaran (tujuan) tertentu. Ketepatan merupakan faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai target yang diinginkan. Ketepatan berhubungan dengan keinginan seseorang untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu.

Selain gerakan-gerakan yang dilakukan untuk mencapai sasaran, ketepatan juga diartikan sebagai ketepatan jalannya suatu gerakan atau rangkaian gerak untuk mencapai hasil yang dicapai. Suharno (1981: 32) menyatakan bahwa manfaat ketepatan dalam permainan bola voli antara lain meningkatkan prestasi atlet, gerakan anak latih dapat efektif dan efisien, mencegah terjadinya cedera, mempermudah menguasai teknik dan taktik.

b. Faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan dipengaruhi oleh berbagai factor baik internal maupun eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subyek sehingga dapat dikontrol oleh subyek. Faktor eksternal dipengaruhi dari luar subyek, dan tidak dapat dikontrol oleh dari subyek.

Menurut Suharno (1981: 32), faktor-faktor penentu baik tidaknya ketepatan (*accuracy*) adalah:

- 1). Koordinasi tinggi
- 2). Besar kecilnya sasaran
- 3). Ketajaman indera dan pengaturan syaraf
- 4). Jauh dekatnya sasaran
- 5). Penguasaan teknik yang benar akan mempunyai sumbangan baik terhadap ketepatan mengarahkan gerakan
- 6). Cepat lambatnya gerakan
- 7). Feeling dan Ketelitian dan
- 8). Kuat lemahnya suatu gerakan.

Dari uraian diatas dapat digolongkan antara faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain koordinasi ketajaman indera, penguasaan teknik, cepat

lambatnya gerakan, *feeling* dan ketelitian, serta kuat lemahnya suatu gerakan. Faktor internal dipengaruhi oleh keadaan subyek. Sedangkan factor eksternal antara lain besar kecilnya sasaran dan jauh dekatnya jarak sasaran. Selanjutnya Sukadiyanto (2002: 102-104) mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan, antara lain: tingkat kesulitan, pengalaman, ketrampilan sebelumnya, jenis ketrampilan, perasaan, dan kemampuan mengantisipasi gerak. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menentukan ketepatan adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang (internal) dan faktor yang berasal dari luar diri seseorang (eksternal). Faktor internal antara lain ketrampilan (koordinasi, kuat lemah gerakan, cepat lambatnya gerakan, penguasaan teknik, kemampuan mengantisipasi gerak), dan perasaan (*feeling*, ketelitian, ketajaman indera). Sedangkan factor eksternal antara lain tingkat kesulitan (besar kecilnya sasaran, jarak), dan keadaan lingkungan.

Agar seseorang memiliki ketepatan (*accuracy*) yang baik maka perlu diberikan latihan-latihan tertentu. Suharno (1981: 32), menyatakan bahwa latihan ketepatan mempunyai ciri-ciri, antara lain harus ada target tertentu untuk sasaran gerak, kecermatan/ketelitian gerak sangat menonjol kelihatan dalam gerak (ketenangan), waktu dan frekuensi gerak tertentu sesuai dengan peraturan, adanya sesuatu penilaian dalam target dan latihan mengarahkan gerakan secara teratur dan terarah.

Suharno (1981: 33) memberikan contoh-contoh latihan ketepatan dalam permainan bola voli seperti berikut:

- 1). Latihan servis dengan mengarahkan bola ke sasaran 2 m x 9 m bagian belakang lapangan servis bola voli,
- 2). Latihan umpan dengan usaha untuk memasukan bola ke keranjang atau ring basket yang telah ditentukan jarak dan tingginya,
- 3). *Smash* bola ke arah sasaran tertentu dengan bentuk bujur sangkar panjang 2 m di daerah tepi belakang garis serang lapangan bola voli.

Dalam kaitannya dengan ketepatan ada masalah-masalah yang perlu diperhatikan, yaitu:

- 1). Faktor kecermatan dan ketelitian merupakan unsure dasar untuk peningkatan ketepatan,
- 2). Melatih koodinasi berarti meningkatkan sumbangannya terhadap mutu ketepatan.
- 3). Cara melatih suatu hasil teknik, unsur ketepatan perlu didahulukan daripada kecepatan dan kekuatan gerakan teknik itu.
- 4). Sikap ketenangan, kesabaran, dan konsentras merupakan modal mental untuk mencapai ketepatan tinggi.

Ketepatan merupakan kemampuan untuk mengarahkan sesuatu kepada obyek sesuai dengan kehendak atau keinginan dengan tujuan-tujuan tertentu. Mengenai tepat sasaran yang dimaksud adalah bagaimana seseorang *smasher* mampu memukul bola mengarah pada sasaran yang ditentukan dalam permainan bola voli. Jadi, ketepatan adalah gerakan lanjutan yang dilakukan seorang pemain bola voli dalam mengendalikan gerakan-gerakan atau teknik tertentu. Ketepatan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan (jumlah skor yang diperoleh) dalam melakukan *smash* sebanyak 6 kali setiap pemain yang dilakukan sesuai eraturan permainan. *Smash* dilakukan oleh *smasher* digaris serang dengan petugas sebagai pengumpan.

Hasil Belajar

a. Penilaian Sikap (Afektif)

Ranah afektif adalah ranah yang berkaitan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai. Ciri-ciri hasil belajar afektif akan tampak pada peserta didik dalam berbagai tingkah laku. Seperti: perhatiannya terhadap guru.

b. Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Menurut Bloom, segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Ranah kognitif berhubungan dengan kemampuan berfikir, termasuk didalamnya kemampuan menghafal, memahami, mengaplikasi, menganalisis, mensintesis, dan kemampuan mengevaluasi Dalam ranah

kognitif itu terdapat enam aspek atau jenjang proses berfikir, mulai dari jenjang terendah sampai dengan jenjang yang paling tinggi.

c. Penilaian Keterampilan (Psikomotor)

Ranah psikomotor merupakan ranah yang berkaitan dengan keterampilan (*skill*) atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Ranah psikomotor adalah ranah yang berhubungan dengan aktivitas fisik. Dalam penelitian ini penilaian fisiknya meliputi; gerakan awalan dalam lompat jauh, lompatan dan gerakan pada saat pendaratan.

Kinerja Smash

Kinerja *Smash* menurut Basri dan Rivai (2005: 309) adalah kesediaan seseorang atau kelompok orang untuk melakukan suatu kegiatan dan menyempurnakannya sesuai dengan tanggung jawab dengan hasil seperti yang diharapkan. Kemudian menurut Ambar Teguh Sulistiyan dan Rosidah (2003: 223) "Kinerja seseorang merupakan kombinasi dari kemampuan, usaha, dan kesempatan yang dinilai dari hasil kerjanya". Kinerja merupakan suatu hasil kerja yang dicapai seseorang dalam melaksanakan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya yang didasarkan atas kecakapan, pengalaman, dan kesungguhan serta waktu.

Kinerja merupakan suatu kondisi yang harus diketahui dan dikonfirmasi kepada pihak tertentu untuk mengetahui tingkat pencapaian hasil tertentu. Berdasarkan pengertian kinerja diatas, maka kinerja *smash* dapat diartikan sebagai hasil pelaksanaan *smash* berdasarkan kualitas dan kuantitas yang dicapai oleh seorang atlet dalam melakukan *smash* yang dinilai sesuai dengan kombinasi dan kemampuan gerakannya.

Beutelstahl (1989: 23) membagi tahapan *smash* menjadi empat tahap, yaitu:

- a. Tahap pertama: *Run up* (lari menghampiri).
- b. Tahap kedua: *Take off* (lepas landas)
- c. Tahap ketiga: *Hit* (memukul saat melayang diudara)
- d. Tahap keempat: *Landing* (mendarat)

Dari tahap-tahap tersebut dapat diartikan bahwa dalam melakukan *smash* terdapat beberapa tahap yaitu awalan, saat melompat, saat memukul bola, dan saat mendarat. Uraian lebih jelas tahap-tahap tersebut ada dibawah ini (M. Yunus 1992: 11-15)

a. Tahap Awalan

Awalan tergantung dari lintasan bola umpan, kira-kira 2,5 sampai 4 meter dari jatuhnya bola. Langkah terakhir paling menentukan pada waktu mulai meloncat sehingga smash harus memperhatikan baik-baik posisi kaki yang akan meloncat dan berada di tanah lebih dahulu, kaki lain menyusul di sebelahnya. Arah yang diambil harus diatur sedemikian rupa, sehingga atlet akan berada di belakang bola pada saat akan meloncat. Tubuh saat itu berada pada posisi menghadap net. Kedua lengan yang menjulur ke depan diayunkan ke belakang dan ke atas sesudah langkah pertama, kemudian diayunkan ke depan sehingga pada saat meloncat kedua lengan itu tergantung ke bawah di depan tubuh atlet.

b. Tahap Meloncat

Untuk memukul *right hand* langkahkan kaki kiri ke depan dengan langkah biasa kemudian diikuti kaki kanan yang panjang, diikuti dengan segera oleh kaki kiri yang diletakkan samping kaki kanan (untuk pemukul *left hand* sebaliknya). Langkah pada waktu meloncat harus berlangsung dengan lancar tanpa terputus-putus. Pada waktu meloncat kedua lengan yang menjulur digerakkan ke atas. Tubuh diteruskan, kaki yang digunakan untuk meloncat yang memberikan kekuatan pada saat meloncat. Lengan yang dipakai untuk memukul serta sisi badan diputar sedikit sehingga menjauhi bola, punggung agak membungkuk dan lengan yang lain tetap dipertahankan setinggi kepala yang berguna untuk mengatur keseimbangan secara keseluruhan.

c. Tahap saat Memukul Bola

Dalam gerakan memukul dapat disesuaikan dengan jenis *smash* yang ada. Gerakan memukul hasilnya akan lebih baik hasilnya apabila menggunakan lecutan tangan, lengan, dan membungkukkan badan. Suharno (1982: 34) menyatakan setelah diudara dan lengan sudah terangkat keatas dilanjutkan gerakan memukul bola dan hasil pukulannya akan lebih sempurna apabila *smash* menggunakan lecutan tangan, lengan, dan membungkukkan badan merupakan kesatuan gerak yang harmonis

d. Tahap Mendarat

Cara mendarat dalam setiap *smash* sama yaitu pada saat tubuh bagian atas membungkuk ke depan, kaki diarahkan ke depan untuk mempertahankan keseimbangan. Atlet mendarat pada kedua kakinya dengan sedikit ditebuk.

Teknik *smash* digunakan sebagai senjata untuk menyerang dan mengumpulkan angka dalam permainan bola voli. Mengingat pentingnya hal tersebut maka pelaksanaan teknik *smash* dalam pertandingan harus efektif. Dalam melakukan smash terdapat beberapa tahap yaitu awalan, saat melompat, saat memukul bola, dan saat mendarat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* dengan dua siklus dengan empat kali pertemuan, dengan alasan karena materi yang ditingkatkan kemampuan dan keterampilan maka memerlukan waktu yang cukup untuk mencapai hasil yang optimal dan apabila dipandang masih kurang bisa dilanjutkan pada siklus berikutnya.

Penelitian tindakan kelas merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas atau luar kelas secara bersama (Suharsimi Arikunto, 2008: 3).

Setiap siklus dilakukan empat tahap yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa: 1. Penilaian Afektif, 2. Penilaian Kognitif, dan 3. Penilaian Psikomotorik:

Penilaian Sikap (Afektif)

a. Pedoman Penskoran

1) Penskoran

Skor 4, jika seluruh indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 3, jika tiga indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 2, jika dua indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 1, jika hanya satu indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 44

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik: SP/44 X 100

Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

Cakupan yang diukur dalam ranah Kognitif (Bloom, 1956) adalah:

- 1) Ingatan (C1) yaitu kemampuan seseorang untuk mengingat. Ditandai dengan kemampuan menyebutkan simbol, istilah, definisi, fakta, aturan, urutan, metode.
- 2) Pemahaman (C2) yaitu kemampuan seseorang untuk memahami tentang sesuatu hal. Ditandai dengan kemampuan menerjemahkan, menafsirkan, memperkirakan, menentukan, menginterpretasikan.
- 3) Penerapan (C3), yaitu kemampuan berpikir untuk menjangkau & menerapkan dengan tepat tentang teori, prinsip, simbol pada situasi baru/nyata. Ditandai dengan kemampuan menghubungkan, memilih, mengorganisasikan, memindahkan, menyusun, menggunakan, menerapkan, mengklasifikasikan, mengubah struktur.
- 4) Analisis (C4), Kemampuan berfikir secara logis dalam meninjau suatu fakta/ objek menjadi lebih rinci. Ditandai dengan kemampuan membandingkan, menganalisis, menemukan, mengalokasikan, membedakan, mengkategorikan.
- 5) Sintesis (C5), Kemampuan berpikir untuk memadukan konsep-konsep secara logis sehingga menjadi suatu pola yang baru. Ditandai dengan kemampuan mensintesis, menyimpulkan, menghasilkan mengembangkan, menghubungkan, menghususkan.
- 6) Evaluasi (C6), Kemampuan berpikir untuk dapat memberikan pertimbangan terhadap suatu situasi, sistem nilai, metoda, persoalan dan pemecahannya dengan menggunakan tolak ukur tertentu sebagai patokan. Ditandai dengan kemampuan menilai, menafsirkan, mempertimbangkan dan menentukan.

Bentuk tes kognitif diantaranya; (1) tes atau pertanyaan lisan dikelas, (2) pilihan ganda, (3) uraian obyektif, (4) uraian nonobyektif atau uraian bebas, (5) jawaban atau isian singkat, (6) menjodohkan, (7) portopolio dan (8) performans.

Penilaian Keterampilan (Psikomotor)

Untuk teknik non tes alat pengumpulan data berupa lembar observasi dilakukan untuk

mengetahui aktifitas siswa selama pembelajaran berlangsung yang meliputi:

1. Perhatian atau respon siswa padamateri
2. Keberanian siswa dalam melakukan gerakan
3. Semangat (Suasan) siswadalam mengikuti pembelajaran
4. Kemampuan (hasil belajar) siswa dalam melakukan gerakan
5. Partisipasi aktif dalam tim

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 24 Juli - 5 September 2018 pada siswa SMA kelas XI Darul Hikmah yang terdiri dari 30 siswa yang dilaksanakan dalam 2 siklus. Hasil penelitian untuk setiap siklus yang telah dilaksanakan dapat diuraikan sebagai berikut:

Siklus I

a. Perencanaan

Sebelum proses pembelajaran dimulai pada siklus I, peneliti telah mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari: Rencana Pelaksanaan Pembelajaran pertemuan I dan II, Lembar unjuk kerja aktivitas siswa siklus I terdiri dari 1 indikator yang diamati, adalah: (1) sikap awalan gerakan yang terdiri dari tahap, yaitu: (a) Tahap persiapan: Berdiri dengan siap mengambil posisi awalan, melakukan gerakan smash dengan mengenai sasaran yang di berikan, (b) sikap pelaksanaan gerakan : melakukan loncatan dengan sempurna. (c) smash: pada gerakan ini bagaimana perkenaan tangan dengan bola saat melakukan smash. (d) mendarat: gerakan terakhir saat melakukan pendaratan setelah melakukan smash. Lembar observasi aktivitas siswa siklus I yang terdiri dari 5 indikator yang diamati, yaitu: (1) Siswa baris di lapangan dengan tertib, (2) Seluruh siswa melakukan pemanasan, (3) Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam proses pembelajaran dan melakukan proses pembelajaran sesuai dengan instruksi guru, (4) Siswa dapat melakukan pembelajaran teknik dasar smash bola voli (5) Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran smash

bola voli yang diawali dengan suatu metode target games yang membuat siswa semakin semangat untuk belajar terutama pada mata pelajaran bola voli khususnya *smash* dalam permainan bola.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan siklus I terdiri dari dua kali pertemuan untuk pembelajaran yaitu pada tanggal 14 Februari – 21 Februari 2018 dan satu kali pertemuan untuk observasi yaitu pada tanggal 1 Januari 2018. Dengan materi pelajaran yaitu peningkatan ketepatan *smash* bola voli dengan metode *target games*. Yang bertindak sebagai observer adalah guru mata pelajaran penjas kes yang mengajar di kelas XI. Adapun pada pertemuan pertama peneliti menyampaikan ringkasan materi tentang pengertian, teknik *smash* bola voli kemudian peneliti memberikan contoh sederhana kepada siswa cara melakukan *smash* dalam permainan bola voli. Pada pertemuan kedua peneliti mempersiapkan siswa di lapangan untuk melakukan pemanasan kemudian melakukan latihan teknik *smash* bola voli dengan baik dan benar.

c. Hasil Pengamatan (Observasi)

Proses pengamatan (observasi) dilaksanakan selama proses belajar mengajar berlangsung dengan mengisi lembar observasi yang telah disiapkan. Observasi terhadap aktivitas siswa dan observasi unjuk kerja aktivitas siswa dilakukan dengan mengamati aktivitas belajar siswa dan unjuk kerja aktivitas siswa yang tampak selama proses pembelajaran.

Observasi dilaksanakan selama pengamatan tindakan sebagai upaya mengetahui jalannya pembelajaran. Dalam melakukan observasi, peneliti dibantu oleh satu orang pengamat lain yang ikut mengamati jalannya pembelajaran observasi yang telah disiapkan oleh peneliti.

Hasil observasi terhadap hasil belajar siswa dengan metode target games dalam meningkatkan ketepatan *smash* bola voli:

- a) Hasil belajar Afektif
- b) Hasil belajar Kognitif
- c) Hasil belajar Psikomotor
- d) Refleksi

Pada tahap ini peneliti mendiskusikan dengan guru mengenai hasil pengamatan yang

dilakukan, kekurangan maupun ketercapaian pembelajaran untuk menyimpulkan data informasi yang berhasil dikumpulkan sebagai pertimbangan perencanaan pembelajaran siklus selanjutnya.

Berdasarkan paparan di atas, dapat diambil jumlah evaluasi yaitu hasil belajarnya sikap, pengetahuan, dan keterampilan siswa tidak secara klasikal adalah 60% siswa tuntas dan 40% tidak tuntas.

Dengan memperhatikan hasil evaluasi pada siklus I yaitu jumlah siswa tuntas = 18 orang (60%) dan tidak tuntas 12 orang (40%). Hal ini menunjukkan bahwa hasil tersebut yaitu 60% tuntas. Hal ini disebabkan karena ketika peneliti mengajar, masih beberapa siswa yang kurang serius dan kurang memperhatikan. Hal tersebut menjadi salah satu bahan evaluasi untuk siklus kedua. Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus pertama jumlah siswa yang tidak tuntas 40%. Oleh karena itu, maka peneliti harus melanjutkan tindakan pada siklus II agar mencapai ketuntasan klasikal yang menjadi target penelitian yaitu 85%.

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pada siklus I ini terdapat kekurangan, sehingga perlu adanya perbaikan untuk dilakukan pada siklus berikutnya.

1. Pada kognitif, siswa kurang mampu menjawab soal tentang pembelajaran voli yang dimana siswa tersebut tidak konsentrasi, selalu banyak bermain dan cepat-cepat menjawab soal, tidak bersemangat, oleh karena itu guru harus memberikan motivasi kepada siswa agar siswa tersebut berkonsentrasi dan bias menjawab soal yang diberikan guru. Pada afektif, tidak sportifitas, suka ngelamun pada saat guru menjelaskan materi tentang pembelajaran voli. Oleh karena itu melakukan gerakan *smash* bola voli, perlu pengulangan gerakan lebih banyak.
2. Guru harus memperbaiki cara pengelolaan kelas, sehingga semua siswa lebih banyak mendapat tugas pembelajaran voli. Agar siswa mengalami peningkatan hasil belajar sesuai yang diinginkan oleh guru dan siswa sendiri. Penggunaan penerapan pembelajaran yang efektif dan membuat siswa aktif sehingga siswa juga menjadi antusias dan ceria selama

pembelajaran berlangsung. Berdasarkan hasil evaluasi siklus 1 diatas, peneliti perlu memperbaiki lagi untuk siklus berikutnya. Maka dalam kegiatan beikutnya peneliti perlu memberikan bimbingan dan arahan yang jelas agar pembelajaran bola voli menggunakan target games dengan penerapan pembelajaran permainan. Berdasarkan temuan-temuan saat kegiatan pembelajaran perlu direncanakan tindakan lanjutan. Dalam tindakan ini perlu mempertimbangkan hal-hal yang berkaitan dengan tujuan pembelajaran yang telah direncanakan sebelumnya, rencana pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, pengondisian siswa. Pada saat siswa melakukan gerakan tehnik dasar smash bola voli ada siswa yang melakukannya tanpa teknik yang benar, ada juga siswa yang masih merasa takut melakukan gerakan, terutama siswa perempuan, sehingga guru harus memotivasi dan memberikan bantuan terhadap gerakannya.

Siklus II

a. Perencanaan

Proses belajar mengajar pada siklus II sama dengan proses belajar mengajar pada siklus I yaitu mempersiapkan segala perangkat pembelajaran yang dibutuhkan seperti: Rencana Pelaksanaan Pembelajaran pertemuan I dan II, Lembar unjuk kerja aktivitas siswa siklus II terdiri dari 1 indikator yang diamati, adalah (1) sikap awalan gerakan yang terdiri dari tahap, yaitu: (a) Tahap persiapan: Berdiri dengan sikap mengambil posisi awalan, melakukan gerakan lari dengan secepat-cepatnya, , (b) sikap pelaksanaan gerakan : melakukan tolakan pada papan tumpuan, menggunakan tumpuan dengan kaki terkuat, dan ketepatan kaki pada papan tumpuan. (c) pada gerakan ini hasil lompatan siswa di ukur seberapa jauh lompatan yang di dapat . Lembar observasi aktivitas siswa siklus I yang terdiri dari 5 indikator yang diamati, yaitu: (1) Siswa baris di lapangan dengan tertib, (2) Seluruh siswa melakukakn pemanasan, (3) Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam proses pembelajaran dan melakukan proses pembelajaran sesuai

dengan instruksi guru, (4) Siswa dapat melakukan pembelajaran lompat jauh gaya melenting dengan menyesuaikan diri tidak terpaksa, (5) Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran, dan tes pilihan ganda sebanyak 10 soal

b. Pelaksanaan

Kegiatan pembelajaran pada siklus II sama dengan kegiatan pembelajaran pada siklus I yaitu terdiri dari dua kali pertemuan untuk pembelajaran yaitu pada tanggal 26 Februari -17 Maret 2018 dan satu kali pertemuan untuk memberikan soal pilihan ganda yaitu pada tanggal 17 Maret 2018. Pada siklus II materi yang diajarkan adalah lompat jauh gaya melenting.

c. Hasil Pengamatan (Observasi).

Hasil observasi yang dilakukan oleh observer pada siklus II sama dengan pada siklus I, yaitu proses observasi dilaksanakan selama proses belajar mengajar berlangsung dengan mengisi lembar observasi yang telah disiapkan. Observasi terhadap aktivitas siswa dan observasi unjuk kerja aktivitas siswa dilakukan dengan mengamati aktivitas belajar siswa dan unjuk kerja aktivitas siswa yang tampak selama proses pembelajaran.

d. Observasi

Obsevasi dilaksanakan selama pengamatan tindakan sebagai upaya mengetahui jalannya pembelajaran. Dalam melakukan obsevasi, peneliti dibantu oleh satu orang pengamat lain yang ikut mengamati jalannya pembelajaran obsevasi yang telah disiapkan oleh peneliti.

e. Refleksi

Pada tahap ini peneliti mendiskusikan dengan guru mengenai hasil pengamatan yang dilakukan, kekurangan maupun ketercapain pembelajaran untuk menyimpulkan data informasi yang berhasil dikumpulkan sebagai pertimbangan perencanaan pembelajaran siklus selanjutnya.

Berdasarkan paparan diatas, dapat diambil jumlah evaluasi yaitu hasil belajar sikap, pengetahuan, dan keterampilan siswa tidak secra klasikal adalah 90% siswa tuntas dan 10% tidak tuntas. Jumlah siswa yang tuntas = 27 siswa (90%) Jumlah siswa yang tidak tuntas = 3 siswa (10%)

Dengan memperhatikan hasil evaluasi pada siklus II ini dilihat lebih dari

85% siswa tuntas, sehingga dapat dikatakan metode penerapan pembelajaran meningkatkan ketepatan smash bola voli dengan metode target games di katakan berhasil dengan di berikannya suatu permainan sebelum melakukan smash pada siklus II sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan kesiklus selanjutnya.

Berdasarkan hasil analisis siklus I, dapat diambil jumlah evaluasi yaitu hasil belajar sikap, pengetahuan, dan keterampilan siswa tidak secara klasikal adalah 60 % siswa tuntas dan 40 % tidak tuntas. Dengan memperhatikan hasil evaluasi pada siklus II yaitu jumlah siswa tuntas = 27 orang (90%) dan tidak tuntas 3 orang (10%). Hal ini menunjukkan bahwa hasil tersebut yaitu 90% tuntas

Berdasarkan analisis proses dan hasil pembelajaran dengan metode target games siswa pada siklus II cukup memuaskan, walaupun masih ada beberapa siswa yang nilainya masih kurang memuaskan, akan tetapi, berdasarkan kemampuan dan hasil tersebut secara umum sudah baik. Dari pelaksanaan tindakan yang ditempuh, diperoleh hasil cukup memuaskan, meskipun belum maksimal. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran bola voli dengan menggunakan metode target games untuk ketepatan smash mengalami peningkatan.

PEMBAHASAN

Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa tingkat kemampuan akurasi *smash* bola voli dengan metode *target games*. Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan metode *target games* pada siswa kelas XI SMA Darul Hikmah Pagutan.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan kategori ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil kemampuan akurasi *smash* bola voli.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan ketepatan *smash* bola voli. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran masih menggunakan metode yang monoton dan kurang mengarah pada karakteristik materi yang akan disampaikan. Selain itu, guru harusnya mampu menjembatani tingkat kesulitan materi ajar dengan memberikan metode dan pengemasan materi yang mudah diterima dan dipraktikkan oleh siswa.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan metode belajar yang baik akan memudahkan guru menyampaikan teknik dasar yang memiliki tingkat kesulitan tinggi. Teknik *smash* merupakan teknik dasar bermain bolavoli yang paling sulit dilakukan oleh siswa. Sehingga perlu adanya kegiatan yang dikemas dengan metode yang disesuaikan dengan kebutuhan. Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003) menjelaskan bahwa permainan target (*target games*) adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Pengemasan materi ajar akurasi *smash* pada bola voli dapat dilakukan dengan menggunakan metode target games. Di mana metode tersebut secara tepat mampu melatih teknik *smash* dengan memiliki akurasi yang baik. Situasi yang menyenangkan akan menumbuhkan motivasi belajar siswa yang menambah semangat siswa untuk mengikuti pembelajaran dengan baik. Pemilihan metode yang tepat akan mampu memiliki kontribusi yang maksimal terhadap peningkatan kemampuan akurasi *smash* bola voli.

Tingkat kesulitan materi yang ajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya siswa dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut. Disamping itu, lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh kelengkapan sarana dan metode mengajar.

Setelah melaksanakan perbaikan pada siklus II yang dilaksanakan diperoleh hasil yang lebih baik. Ini ditunjukkan dari hasil belajar, dari 30 siswa terdapat 27 siswa yang tuntas dan 3 siswa yang tidak tuntas, ini berarti persentase ketuntasan klasikal pada siklus II adalah 90% ini berarti indikator penelitian sudah mencapai standar ketuntasan klasikal. Hal ini dapat dilihat dari criteria ketuntasan individu (KKM) adalah 75% dan ketuntasan klasikal adalah $\geq 85\%$. Dari data tersebut diatas terdapat 3 siswa yang tidak tuntas disebabkan nilai psikomotor, nilai afektif dan nilai kognitif siswa masih kurang dari criteria ketuntasan, maka dengan menggunakan metode target games pada pembelajaran bola voli dapat meningkatkan ketepatan smash bola voli. Penggunaan target games untuk meningkatkan ketepatan smash dalam pembelajaran bola voli sangat berpengaruh untuk ketepatan smash.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran dengan metode target games dapat mengalami peningkatan ketepatan smash bola voli dengan metode *target* pada siswa kelas XI SMA Darul Hikmah tahun pelajaran 2017/2018”.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai peningkatan ketepatan *smash* bola voli dengan metode *target games* pada siswa kelas XI SMA Darul Hikmah tahun pelajaran 2017/2018”. Maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang

sekiranya dapat dijadikan masukan/pertimbangan:

1. Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh siswa agar peningkatan hasil belajar siswa dapat dimaksimalkan.
2. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- IKIP Mataram 2011. Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi IKIP Mataram. Mataram
- Yudistira, Dadang. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Grasindo.
- Ambar Teguh Sulistiyani & Rosidah. (2003). *Manajemen sumber Daya Manusia*. Graha Ilmu: Yogyakarta.
- Andun Sudijandoko. (2010). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif dan Berkualitas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Volume 8 No.1). Hlm1-5. Departemen Pendidikan Nasional. (2006). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.22 Jakarta. Depdiknas.
- Barbara L.V & dkk. (2004). *Permainan Besar II Bola Voli dan Bola Tangan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Basri, A.F.M & Rivai, V. (2005). *Performance Appraisal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Bonnie J.Ferguson. (1996). *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Concept and Skills a Tactical Games Approach. Illinois: Human kinetics.
- Dieter Beutelstahl. (1988). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: PT. Pioner Jaya.
- Engkos Kosasih. (1993). *Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Balai Pustaka. *Belajar Pendidikan Jasmani. Jurnal JPJI* (No.3 Volume 2) Hlm 28-31.
- Helmy Firmansyah. (2009). Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal JPJI* (No.3 Volume 2) Hlm 28-31. Suharsimi Arikunto, Suhardjono,

- Supardi. (2008). Penelitian Tindakan Kelas. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Mitchell, Stephan A., Oslin, Judith L., Griffin, Linda L. (2003). Teaching Sport
- Mitchell, Stephan A., Oslin, Judith L., Griffin, Linda L. (2003). Teaching Sport Concept and Skills a Tactical Games Approach. Illinois: Human kinetics.
- Nuril Ahmadi.(2007). Panduan Olahraga Bolavoli. Surakarta: Era PusatakaUtama.
- Pranatahadi. (2007). Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional. Yogyakarta: FIKUNY.
- Pardjiono,dkk. (2007). Panduan Penelitian Tindakan Kelas. Yogyakarta: Lemlit UNY.
- Soni Nopembri. (2005). Majalah Ilmiah Olahraga. Volume 11, April 2005, TH. XI, No.1. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Bachtiar,
- Suharno HP. (1982). Dasar-dasar Permainan Bola Voli. Yogyakarta: Diktat.
- _____. (1984). Dasar-dasar Permainan Bola Voli. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sukintaka. (1991). Teori Bermain Untuk PGSD Penjaskes. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Yunus Muhammad. (1992). Olahraga Pilihan Bola voli. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.