

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK SMASH DALAM PERMAINAN
BOLA VOLI MENGGUNAKAN MEDIA BOLA GANTUNG DI SMP
NEGERI 1 UMBU RATU NGGAY**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



FRENGKI KALENDI WAWU

20320070

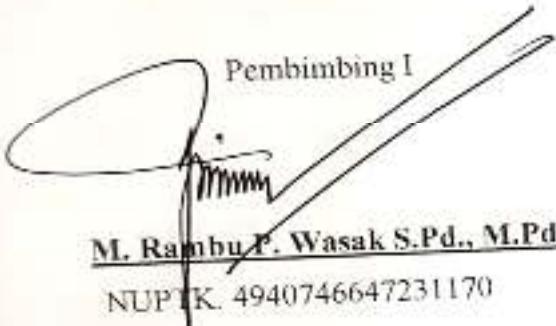
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Frengki Kalendi Wawu**, NIM. 20320070, dengan judul:
"Upaya Meningkatkan Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay
telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal, 5 bulan, april tahun 2025

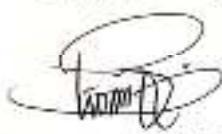
MENYETUJUI

Pembimbing I



M. Rambu P. Wasak S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 4940746647231170

Pembimbing II



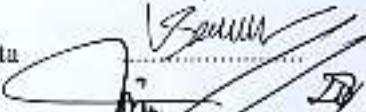
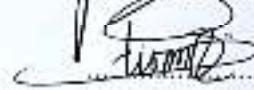
Pnratmo W.Masi, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 0535765666230223



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Frengki Kalendi Wawu**, NIM. 20320070, dengan judul:
"Upaya Meningkatkan Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay"
telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Pengaji** pada tanggal 5 bulan april tahun 2025 dan dinyatakan "**LULUS**" pada tanggal, 10 bulan april tahun 2025

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Yahya Jecson Palinata, S.Pd.,M.Or	Pengaji Utama	
Melvianus Selan, S.Pd., M.Or.	Pengaji Anggota	
M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd.	Pengaji Anggota/ Pembimbing I	
Pnatmo W.Masi, S.Pd., M.Pd.	Pengaji Anggota/ Pembimbing II	

MENGESAHKAN



Ketua Program Studi PJKR



Ramona Mathias Mac.S.Pd., M.Or
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Frengki Kalendi Wawu
NIM : 20320070
Semester : sepuluh (10)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiari**. Bila miana dikemudian hari dijumpai ke tidak sesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersejauh dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Kupang, 05 April 2025



Yang menyatakan

Frengki Kalendi Wawu

NIM. 20320070

MOTTO

**“Tetapi kamu ini, Kuatkanlah hatimu,
jangan lemah semangatmu, karena
ada upah bagi usahamu !”**

(3 Tawarikh 15:7)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus yang selalu menolong dan menuntunku dalam setiap proses selama mengerjakan skripsi sehingga peneliti dapat menyelesaikan dengan baik.
2. Kedua orang tua tercinta, Bapak Anton Praimalinga dan Mama Rambu Kahimina yang selalu mendukung peneliti dengan doa mereka sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Kaka Lukas Randja May,Anderias Dellu Pila.Adik-adik Tersayang Gabrial K.Ranja,Risna Padu Lemba yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, terimakasih dan sayang ku untuk kalian.
4. Keluarga besar Suku Pupuderu,Keluarga Besar Prailangina dan saudara peneliti yang telah mendukung saya dan selalu memberikan motivasi kepada peneliti agar selalu semangat dan jangan cepat menyerah.
5. Teman-teman mahasiswa seangkatan 2020 yang turut mendukung serta mendorong sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Almamater tercinta Universitas Kristen Artha Wacana Kupang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Peneliti Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmatnya akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan Judul **Upaya Meningkat Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay**” dan mempelajari lebih dalam tentang teknik smash bola voli.

Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tentu tidak terlepas dari dukungan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mau menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam menyelesaikan tulisan ini teristimewa:

1. Prof. Dr. Ir. Godlief F. Neonufa, MT, selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melanjutkan
2. Dra. Anggreini D.N. Rupidara, M.Si., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Ramona M. Mae, S.Pd., M.Or, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
4. M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd, selaku Pembimbing I yang telah memberikan arahan, masukan serta motivasi dalam membimbing penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
5. Pnatmo W. Masi, S.Pd., M.Pd, selaku pembimbing II yang telah membimbing serta memberikan arahan untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan baik
6. Seluruh dosen matakuliah pada program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi
7. Frederingko Umbu Tibu,S,H, Selaku kepala sekolah SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk melakukan penelitian di sekolah
8. Yermias Linna Linjung,S.Pd, Selaku guru Penjasorkes dan siswa-siswi SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay yang telah membantu kelancaran selama penelitian.

9. Teman-teman dekat peneliti yang selama ini selalu menemani peneliti disaat peneliti membutuhkan bantuan mereka. Semoga amal baik mereka dapat di balas oleh Tuhan Yang Maha Kuasa.
10. Anton J. Sobang, S.H, Selaku kepala dinas kabupaten sumba tengah yang sudah memberikan kesempatan untuk meneliti di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay
11. Drs. Jusuf Lery Rupidara M.Si selaku Pejabat Bupati Kabupaten Sumba Tengah yang sudah memberikan kesempatan untuk meneliti di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay Kabupaten sumba tengah.

Akhirnya, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan masukan, kritikan dan saran dari berbagai pihak demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat berguna bagi pembaca.

Kupang,.....2024

Penulis,

Frengki Kalendi Wawu

NIM.20320070

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	
	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
.....	
BIODATA PENULIS	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Hakikat Permainan Bola Voli	8
B. Media Bola Gantung	22
C. Kerangka Berpikir.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Pendekatan Penelitian	26

B. Desain Penelitian.....	26
C. Tempat dan Waktu Penelitian	27
D. Subjek Penelitian.....	28
E. Prosedur Penelitian.....	29
F. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data	32
1. Teknik Pengumpulan Data	33
2. Alat pengumpul data	34
G. Teknik Analisis Data	36
H. Indikator Keberhasilan	37

DAFRTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel peneltian.....	40
Tabel 4.1 Demografi Responden.....	40
Tabel 4.2 Statistik Data hasil prasiklust.....	41
Table 4.3 Ketuntasan data hasil prasiklus	41
Table 4.4 Presentasi Hasil Belajar Siklus I	42
Table 4.5 Statistik Data hasil Siklus I.....	43
Table 4.6 Ketuntasan data hasil siklus I.....	43
Table 4.7 Presentasi Hasil Belajar Siklus II.....	45
Table 4.8 Statistik Data hasil Siklus II.....	45
Table 4.9 Ketuntasan data hasil Siklus II.....	50
Tabel 4.10 Perbandingan Statistik Data Prasiklus dan siklus.....	53

DAFTAR GAMBAR

2.1 Teknik servis.....	15
2.2 Teknik <i>passing</i> bawah.....	16
2.3 Teknik <i>block</i> bola voli.....	17
2.4 Teknik dasar smash.....	19
2.5 Teknik tahap awalan, tumpuhan dan perkenaan bola.....	22
2.6 Tahap meloncat.....	23
2.7 Tahap saat memukul bola tahap mendarat.....	24
2.8 Tahap mendarat.....	24
2.9 Media bola gantung.....	27
2.9 Kerangka berpikir.....	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	76
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	77
Lampiran 3. Instrumen penelitian	78
Lampiran 5. Foto kegiatan penelitian.....	89

ABSTRAK

**UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK SMASH DALAM PERMAINAN
BOLA VOLI MENGGUNAKAN MEDIA BOLA GANTUNG DI SMP
NEGERI 1 UMBU RATU NGGAY**

Frengki Kalendi Wawu, M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd².
Pnatmo W. Masi, S.Pd., M.Pd.³, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia
email. Frengkiwatu01@gmail.com

Latar belakang : penelitian ini membahas tentang Upaya meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung di SMP Negri 1 Umbu Ratu Nggay, permainan bola voli dimainkan dengan cara dipukul dengan beberapa teknik dasar yang terdiri dari servis atas, servis bawah, block, smash, permainan bola voli dimain oleh dua regu dan masing-masing regu terdiri dari 6 orang.

Tujuan Peneltian : Untuk mengetahui pembelajaran upaya meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada Siswa Kelas VIIIB SMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Metode Penelitian : penelitian ini menggunakan pendekatan dan jenis penelitian tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus yang terdapat empat tahapan dalam penelitian yang meliputi : tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap observasi dan tahap refleksi. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini selama dua bulan dan dilaksanakan di SMP Negeri 1 Umbu RatuNggay . Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini berdasarkan kriteria keberhasilan tindakan kelas sesuai dengan indikator yang merupakan ukuran atau patokan dalam menentukan berhasil dan tidak berhasilnya penelitian ini. Tingkat keberhasilan diukur apabila 75% siswa yang mengikuti proses belajar mencapai taraf keberhasilan minimal.

Hasil dan pembahasan : Pemilihan metode teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada Siswa Kelas VIIIB SMP N 1 Umbu Ratu Nggay diterapkan dengan tujuan meningkatkan hasil belajar smash permainan bola voli siswa. Setelah diterapkan dalam pra siklus, siklus 1, siklus 2 ternyata cukup efektif dimana dalam penelitian ini didapatkan hasil dari hasil Pra siklus Rata-rata (*mean*) sebesar 18,72 sedangkan pada hasil siklus 1 dan 2 Rata-rata (*mean*) meningkat menjadi 86,06.

Simpulan: Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yaitu latihan pembelajaran teknik smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung di SMP N 1 Umbu Ratu Nggay.

Kata Kunci: *Bola Voli, Smash bola gantung*

ABSTRAK

**EFFORTS TO IMPROVE SMASH TECHNIQUES IN VOLLEYBALL
GAMES USING HANGING BALL MEDIA AT SMP NEGERI 1 UMBU
RATU NGGAY**

Frengki Kalendi Wawu, M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd².
Pnatmo W. Masi, S.Pd., M.Pd.³, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia
email. Frengkiwatu01@gmail.com

Background: This study discusses efforts to improve smash techniques in volleyball games using hanging balls at SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay, volleyball games are played by hitting with several basic techniques consisting of upper serve, lower serve, block, smash, volleyball games are played by two teams and each team consists of 6 people.

Research Objectives: To determine learning efforts to improve smash techniques in volleyball games using hanging balls for Class VIIIB Students of SMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Research Method: This study uses a classroom action research approach and type consisting of two cycles that contain four stages in the study which include: planning stage, implementation stage, observation stage and reflection stage. The time used in this study for two months and was carried out at SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay. Data collection techniques in this study consisted of observation, interviews and documentation. The data analysis technique in this study was based on the criteria for the success of classroom action in accordance with the indicators which are measures or benchmarks in determining the success or failure of this study. The success rate is measured when 75% of students who follow the learning process achieve a minimum level of success.

Results and discussion: The selection of the basic smash technique method in volleyball using hanging ball media for Class VIIIB Students of SMP N 1 Umbu Ratu Nggay was applied with the aim of improving students' volleyball smash learning outcomes. After being applied in the pre-cycle, cycle 1, cycle 2, it turned out to be quite effective where in this study the results of the Pre-cycle results were obtained, the average (mean) was 18.72, while in the results of cycles 1 and 2 the average (mean) increased to 86.06.

Conclusion: From this explanation, it can be concluded that there was a significant increase before and after being given treatment, namely learning exercises for smash techniques in volleyball material using hanging ball media at SMP N 1 Umbu Ratu Nggay.

Keywords: *Volleyball, Hanging ball smash*

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Frengki Kalendi Wawu
2. Tempat/tanggal lahir : Kahanga Huwa 20 Mei 2001
3. Alamat : Jl. Dalek Esa, RT. 013/ RW. 005, Oesapa Kupang
4. Agama : Kristen Protestan
5. Nomor *handpone* : +62 82144225498
6. Alamat email : frengkiwawu01@gmail.com
7. Nama Ayah : Anton Praimalinga
8. Nama Ibu : Rambu Kahi Mina

B. Riwayat pendidikan

1. SD satap praimahala : 2008-2014
2. SMP satap praimahala : 2014-2017
3. SMK Negeri 1 Umbu Ratu Nggay : 2017-2020
4. Perguruan tinggi : 2020-2025

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah program pendidikan lewat gerak atau permainan dan olahraga. Didalamnya terkandung arti bahwa gerakan permainan dan cabang olahraga tertentu yang dipilih hanyalah alat untuk mendidik. Paling tidak fokusnya pada keterampilan anak. Hal ini dapat berupa keterampilan fisik dan motorik, keterampilan berpikir dan keterampilan menyelesaikan masalah dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial. Karena itu, seluruh adegan pembelajaran dalam mempelajari gerak dan olahraga tadi lebih penting dari pada hasilnya. Dengan demikian bagaimana guru memilih metode, melibatkan anak, berinteraksi dengan murid serta merangsang interaksi murid dengan murid lainnya harus menjadi pertimbangan utama.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan dikdaktik- metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil,

meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Pengertian pendidikan jasmani dan kesehatan yang tercantum dalam kurikulum yaitu :

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif,sikap sportif,dan kecedasan emosi.

Dalam dunia pendidikan permainan bola voli masuk materi ajar pada kurikulum. Permainan bola voli sudah diajarkan pada siswa sejak tingkat sekolah dasar sampai tingkat sekolah menengah atas atau kejuruan bahkan tingkat perkuliahan. Seorang guru harus mempunyai cara yang tepat untuk memberikan materi kepada anak didiknya baik berupa metode atau media, supaya dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Seorang guru harus memiliki inovasi dan kreatifitas yang tinggi agar hasil didapat dengan maksimal.

Dengan menggunakan media yang inovatif seorang guru dapat meringankan bebanya dalam memberikan materi kepada peserta didiknya. Dan oleh sebab itu di sini peneliti menggunakan media bola gantung untuk membantu peserta didiknya untuk meningkatkan hasil belajar block dalam permainan bola voli.

Menurut Muhajir (2004:34) bahwa tujuan permainan bola voli adalah “Memperagakan teknik dan taktik memainkan bola di lapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan”. Salah satu faktor yang

mempengaruhi tinggi rendahnya prestasi permainan bola voli adalah penguasaan teknik dasar permainan bola voli oleh para pemain. Oleh karena itu, seorang pemain bola voli yang tidak menguasai teknik dasar bola voli, tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Semua pemain bola voli yang baik harus menguasai teknik dasar permainan bola voli. Adapun teknik-teknik dasar permainan bola voli menurut Sunardi dan Deddy Whinata Kardiyanto (2015:15-47) adalah “1) teknik servis, 2) teknik passing, 3) Teknik *spike*, 4) Teknik bendungan (*block*)”. Dari kelima teknik di atas, servis memegang peranan yang sangat penting karena tanpa servis yang benar, maka dalam permainan tersebut tidak akan berjalan dengan baik dan seru. Permainan bola voli di ciptakan oleh Wiliam G. Morgan pada tahun 1895. Beliau adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada organisasi young Men’s Christian Assiciation (YMCA) di kota Massachusetts, Amerika Serikat.

Smash adalah gerakan memukul bola voli dengan kekuatan maksimal dan menukik yang sulit diterima oleh lawan jika pukulan tersebut diluncurkan dengan cepat. Menurut *Kusbani & Surya* (2022) dijelaskan bahwa smash merupakan upaya memukul bola dengan keras menggunakan teknik tertentu agar bola dapat masuk ke lapangan lawan dan tujuan melakukan smash adalah agar bola tidak bisa dibendung oleh regu lain dan akhirnya bisa mendapatkan poin. Smash merupakan suatu teknik yang mempunyai gerakan yang kompleks yang terdiri dari (Mulyadi, 2020:18): a. Langkah awalan b. Tolakan untuk meloncat c. Memukul bola saat melayang diudara d. Saat mendarat kembali setelah memukul bola. Smash merupakan bagian yang paling terpenting dalam permainan bola voli, karena smash adalah salah satu bentuk serangan yang

paling banyak dipergunakan untuk serangan dalam memperoleh nilai atau angka (Srianto, 2018:435). Sebagian besar keberhasilan suatu penyerangan dalam bola voli tergantung pada pemberian bola kepada penyerang. Smash adalah teknik yang diandalkan untuk mematikan lawan dan memperoleh skor. Dengan strategi penempatan posisi smash yang tepat dan bervariasi, maka akan menyulitkan pertahanan lawan. Smash adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah dan menukik ke dalam lapangan lawan. Smash atau pukulan keras disebut juga spike merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan smash banyak macam dan variasinya (Nuril Ahmadi, 2007: 31).

Aip Syarifuddin dan Muhadi (2012: 191) mengatakan, Yang dimaksud dengan smash ialah suatu pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam ke lapangan lawan. Smash tersebut dapat dilakukan dalam usaha mematikan serangan lawan. Dan apabila smash tersebut dapat dilakukan dengan cepat dan tepat, selain sulit dapat diterima oleh lawan, juga akan dapat mematikan. Sedangkan menurut A. Sarumpaet dkk. (2002: 99), “Smash atau hard spike ialah pukulan serangan yang keras.” Agar dapat melakukan smash, tangan dan bola harus berada di sebelah atas jaring (net), sehingga jalan bola dapat ditujukan curam ke bawah.

Terdapat beberapa teknik dasar samash yang sering digunakan atau umum digunakan setiap pemain bola voli salah satunya quik smash atau smash pull. (Mulyadi, 2020:18): Smash dalam permainan bola voli ada berbagai macam, salah satunya adalah *quick smash* atau smash pull. Quick berasal dari bahasa Inggris yang artinya cepat. Smash dapat diartikan sebagai serangan

yang cepat dan menukik Pendapat tersebut diperkuat oleh M. Yunus (1992:110) quick smash digunakan sebagai variasi serangan terutama untuk bermain dengan tempo yang cepat. Penguasaan teknik quick smash yang baik dapat memudahkan perolehan angka. Namun, atlet dalam melakukan smash sering melakukan kesalahan dalam mengarahkan bola, terhalang oleh *block* dari pemain lawan, dan banyak juga yang melenceng, melebar bahkan tidak jarang yang menyangkut pada net. jenis teknik smash atau pull smash digunakan apabila sebuah tim melakukan taktik serangan dengan gerakan cepat untuk membuat angka dalam pertandingan. Dikutip dari buku Strategi dan Taktik Permainan Bola Voli (1992) oleh Roesdiyanto, smash merupakan variasi serangan dalam permainan dan masuk dalam kategori teknik tingkat tinggi. Ketika melakukan teknik *quick* smash, dibutuhkan adanya kemampuan seorang pengumpulan atau tosser menyediakan bola ketika rekan setimnya sudah melompat lebih dahulu.

Smash merupakan salah satu pukulan tercepat yang terjadi, dimana pemain mengkoordinasikan akselerasinya dengan memukul bola hanya 20-30 cm diatas net. Untuk gerakan disini posisi pemain berada didalam garis serang, kemudian pemain hanya melakukan langkah pendek hingga mencapai timing up yang tepat mengambil bola *quick*. Sasaran bola yang jatuh setelah dipukul kedaerah lawan pun sudah pasti didalam garis serang lawan Mulyadi (2020:20).

Modifikasi bola gantung pada pembelajaran pendidikan jasmani, materi bola voli dirancang untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti mata pelajaran bola voli dan diharapkan ada suatu perubahan yang membuat

pembelajaran semakin menarik dan siswa menjadi antusias dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada permainan bola voli.

Hasil observasi yang dilakukan peneliti ,teknik *Smash* merupakan bagian dari materi pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa/siswi SMP Negeri. 1 Umbu Ratu Nggay, akan tetapi kurangnya fasilitas pendukung seperti bola, Net, yang berukuran Standar sehingga minat para siswa kurang, dengan keterbatasan fasilitas yang dimiliki oleh sekolah sehingga menjadi faktor pada siswa di SMP Negeri. 1 Umbu Ratu Nggay kurang menguasai teknik dasar *Smash* dalam permainan bola voli. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya latihan yang didapatkan siswa-siswi saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung. Siswa-siswi banyak mengalami kendala saat melakukan *Smash* karena banyak terjadi kesalahan yaitu, saat melompat memukul bola voli dan tidak dapat memukul bola dengan sempurna. sehingga berdasarkan observasi dijumpai kesulitan karena untuk mencapai hasil teknik *Smash*. Hal ini perlu diperhatikan dengan cara pembinaan dan memperbanyak waktu latihan khusus untuk siswa-siswi SMP Negeri. 1 Umbu Ratu Nggay agar bisa mengetahui teknik dan cara *smash* dengan baik melalui pemanian. Oleh karena itu perlu adanya penerapan model latihan teknik smash bola voli melalui permainan bola gantung untuk meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli.

Berdasarkan hasil observasi, diketahui bahwa siswa belum sepenuhnya menguasai teknik *smash* dalam permainan bola voli. Oleh sebab itu peneliti tertarik mengadakan suatu perbaikan dengan pembelajaran dengan judul”

Upaya Meningkatkan Teknik *Smash* Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat di identifikasi yang berkaitan dengan masalah sebagai berikut :

1. Belum diketahui Pembelajaran teknik smash pada materi bola voli Pada Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay Belum Tuntas
2. Belum diketahui Presentasi pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung Pada Siswa kelas VIII SMP N 1 Umbu Ratu Nggay Belum Diterapkan
3. Belum diketahui upaya meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti dapat membatasi masalah dalam penulisan : Upaya meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Identifikasi di atas maka masalah dalam penelitian ini adalah,"Bagaimanakah Upaya Meningkatkan Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan Dari Penelitian ini Adalah untuk mengetahui upaya meningkatkan teknik *smash* dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1. Umbu Ratu Nggay.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis bagi semua pihak yang yang berkepentingan dalam pembelajaran teknik smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Umbu Ratu Nggay.

1. Manfaat akademis.

- a. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan dalam mempelajari teknik smash pada saat latihan bola voli.

- b. Bagi sekolah semoga ilmu dan pengetahuan ini bermanfaat dan bisa diterapkan ke siswanya.
- c. Bagi guru pendidikan jasmani sebagai pedoman dalam melaksanakan proses mengajar.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi guru, dengan diadakan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi guru sebagai bahan untuk meningkatkan profesionalisme guru.
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat meningkatkan keaktifan dan prestasi belajar siswa terhadap pembelajaran penjaskes dan membuat pembelajaran penjaskes lebih menarik, menyenangkan dan terasa mudah.
- c. Bagi sekolah, memberikan informasi. pembelajaran pada materi bola voli menggunakan media bola gantung pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Umbu Ratu Nggay.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Permainan Bola Voli

1. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli adalah permainan beregu yang setiap regunya diharuskan menyusun taktik terbaru pada saat pertandingan. Pergantian situasi yang cepat dan tepat dari pemain diperlukan kemampuan intelelegensi. Permainan bola voli merupakan permainan beregu yang sangat menarik yang di dalam permainan terdapat penyerang dan pertahanan Herianto (2018: 35). Namun demikian penguasaan teknik dasar secara individual mutlak sangat diperlukan. Hal ini berarti bahwa dalam pembinaan pada tahap-tahap awal perlu ditekankan untuk penguasaan teknik-teknik dasar permainan, bahwa penguasaan teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar dilakukan, sebab penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang kalahnya suatu regu dalam pertandingan, disamping kondisi fisik, taktik, dan mental. Permainan bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa wanita maupun pria. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan.

Disamping itu kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya. Barbara L. Viera dan Bonnie J.Ferguson (1996) berpendap bahwa permainan bola voli mempunyai ciri dapat dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh lantai (*volleying*). Seperti olahraga beregu lainnya, bola voli menuntut kerjasama yang baik antar anggota regu, 9 enam pemain bergerak dalam lapangan seluas 9 x 9 m (setengah dari lapangan permainan) dan bekerja sama untuk mencapai tujuan permainan, yaitu memukul bola dengan tangan melewati jaring net dengan sedimikian rupa hingga pihak lawan tidak dapat mengembalikannya. Manfaat lain dari bermain bola voli adalah; kerjasama, kecepatan bergerak, lompatan yang tinggi untuk mengatasi bola diatas net (*smash* dan *block*). Oleh karena itu pemain memerlukan fisik yang baik, profil fisik yang tinggi dan atletis, sehat, terampil, cerdas, dan sikap sosial yang tinggi agar menjadi pemain yang berbobot. Permainan bola voli sejalan dengan perkembangan jaman mengalami beberapa perubahan terutama peraturan permainannya. Peraturan yang terbaru saat ini antara lain adalah tentang tata cara penilaianya.

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1985. Ia adalah seorang Pembina pendidikan jasmani pada *Young Men Christian Association (YMCA)* di kota *Holyoke, Massachusetts*, Amerika Serikat. Nama permainan ini semula disebut “Minonette” yang hampir serupa dengan permainan badminton. Jumlah pemain di sini tak terbatas sesuai dengan tujuan semula yakni untuk mengembangkan kesegaran jasmani para buruh di samping bersenam secara missal. William G. Morgan kemudian melanjutkan dalam pendapatnya untuk mengembangkan permainan tersebut agar mencapai cabang olahraga yang dipertandingkan. Nama permainan kemudian menjadi “volley ball” yang artinya kurang lebih mem-volley bola berganti-ganti.

Perkembangna permainan bola voli pada waktu itu di Amerika Serikat sangat cepat dan luas berkat usaha William G. Morgan. Tahun 1922 YMCA berhasil mengadakan kejuaraan nasional bola voli di Negara Amerika Serikat. Pada saat perang dunia I tentara-tenatra sekutu menyebarluaskan permainan ini ke Negara-negara Asia dan Eropa terutama negara Jepang, Cina, India, Filipina, Perancis, Rusia, Estonia, Latvia, Cekoslovakia, Rumania, 13 Yugoslavia dan Jerman. Dalam perang dunia II permainan ini tersebar luas diseluruh dunia di Eropa dan Asia

2. Teknik dasar permainan Bola Voli

Purwanto (2012). Teknik dasar adalah cara melakukan atau melaksanakan suatu yang dilakukan dengan tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan-peraturan permainan yang ditetapkan untuk mencapai hasil yang optimal. Permainan bola voli sangat pesat perkembangannya di Negara Indonesia. Dalam permainan bola voli setiap pemain dituntut untuk bisa menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli.

Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan peraturan yang berlaku dalam bola voli untuk mencapai hasil yang optimal. Gazali (2016: 2) berpendapat, Teknik dasar bola voli harus dikuasai sejak dini untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bola voli. Permainan bola voli mempunyai beberapa macam teknik dasar yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Eka Supriaan (2019: 26) mengemukakan bahwa dalam permainan bola voli terdapat enam teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap orang yang akan bermain yaitu: Teknik servis, Teknik Passing Bawah, Teknik Passing Atas, Teknik Umpan, Teknik Smash, Teknik Membendung.

Berdasarkan syarat penguasaan teknik dasar bola voli, maka teknik-teknik dasar permainan bola voli dapat dibedakan sebagai berikut:

- a) Servis

Menurut M. Yunus (1992:69), servis merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik saat ini hanya sebagai permukaan permainan, tapi jika di tinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapatkan nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.



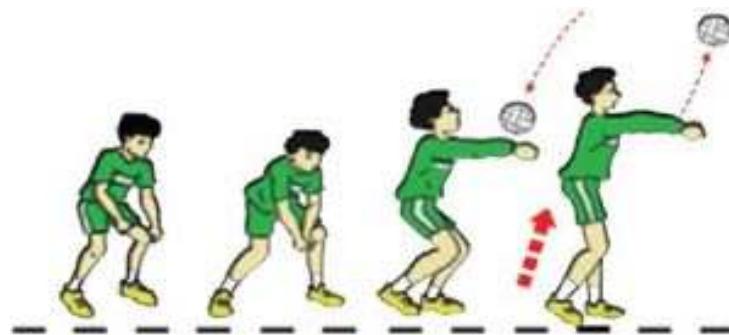
Gambar 2.1. Teknik servis bola voli

Sumber: M. Yunus (1992:69)

b) *Passing*

Menurut Nuril Ahmadi, passing adalah upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu teknik terutama untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Sehingga passing seorang pemain haruslah akurat guna memperoleh strategi penyerangan yang baik pula. Passing dalam permainan bola voli merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dengan satu atau dua tangan dengan tujuan untuk mengarahkan bola ke tempat lawan atau tempat sendiri untuk selanjutnya dimainkan kembali. Istilah lain yang dipakai dalam permainan bola voli adalah

set upatau umpan. Dalam permainan bola voli, passing dapat dilakukan dengan cara passing bawah dan passing atas.



Gambar 2.2. Teknik pasing Bawah
Sumber:Winarno dan Sugiono, (2011:52)

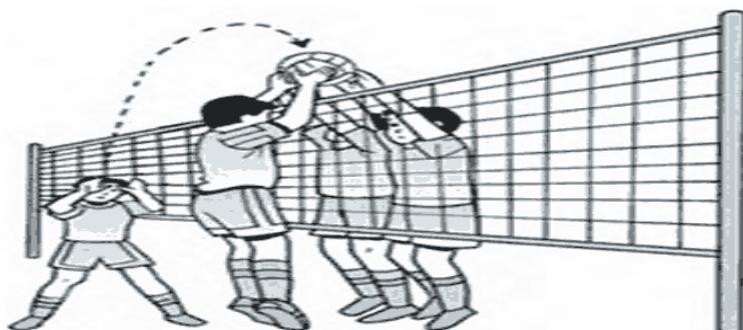
c) *Block*

Block adalah upaya yang dilakukan oleh pemain guna untuk mempertahankan daerahnya dengan cara membendung bola dari serangan/smash yang di lakukan oleh pemain lawan.Untuk melakukan blok yang benar dan kuat kita perlu latihan yang keras dan mengetahui teknik dan teori ten tang *block*.

Dalam melakukan blok ada beberapa langkah agar blok dapat maksimal dan tidak mudah di tembus serangan lawan.Berikut langkah-langkah yang dilakukan saat melakukan blok:

- 1) Bergerak kearah dekat net dan berada di posisi hadapan bola yang akan di smahs lawan
- 2) Melakukan sikap siap blok terhadap bola yang akan di smash oleh lawan
- 3) Melakukan jumping atau loncatan dengan tolakan kedua kaki secara bersamaan,lalu menjaukan bola dengan kedua tangan untuk dihadang atau dibendung

- 4) Mendarat kembali ke sikap siap



Gambar 2.3. Teknik blok bola voli
Sumber: Yunus dalam Riyadi (2015: 32)

d) *Smash*

Teknik smash tergolong teknik dasar yang sulit karena banyak faktor yang banyak mendukungnya, seperti tingginya lompatan, kekuatan pukulan, akurasi pukulan dan perhitungan yang matang saat memukul bola, semua itu merupakan teknik yang harus dimiliki. Adapun pendapat Indra Kasih dan Deni Rahman Marpaung (2018). Seorang pemain yang pandai smash atau dengan istila lain “smasher” harus memiliki kegesitan, pandai meloncat dan mempunyai kemampuan memukul bola sekeras mungkin. Penguasaan teknik dasar smash dalam permainan bola voli sangat penting keberhasilan suatu regu dalam memenangkan bola voli banyak ditentukan oleh *smash*. Wiranto dkk (2013) dalam bukunya mengatakan bahwa teknik yang paling efektif dan banyak digunakan dalam melakukan serangan untuk memperoleh poin pada saat permainan bola voli dilakukan adalah smash, teknik ini berfungsi sebagai teknik serangan untuk laawan.,

Fakta dilapangan diketahui dari hasil pengamatan bahwa selama ini tidak semua pemain mampu melakukan berbagai macam pukulan smash ,Menurut Yunus dalam Riyadi (2015: 32) bahwa smash adalah pukulan yang utama penyerangan dalam mencapai kemenangan.

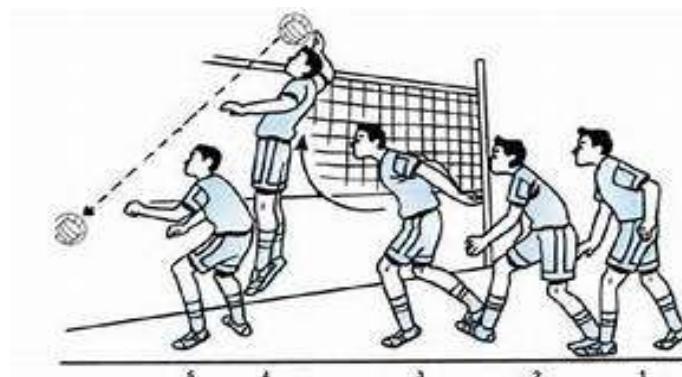
Pukulan smash juga sering disebut juga spike, dimana merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Dari sekian banyak teknik dasar yang ada, smashmerupakan teknik yang selalu digunakan untuk menyerang dan menghasilkan angka serta meraih kemenangan. Karena permainan bola voli merupakan permainan cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan dengan teknik bertahan Wiranto dan Sugiono (2011).

Bola voli ada beberapa smash yaitu, smash normal, smash puhs, smahs semi, smahs pull, *smahs* push, dan smash ceksi, pukulan keras atau smash merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Seorang penyerang atau smasher seharusnya menguasai teknik ini dengan baik, karena teknik smash sangat efektif untuk mematikan bola di lapangan lawan. Berikut ini pengertian smash menurut Nuril Ahmadi” smash adalah pukulan dimana tangan melakukan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalanya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi. Bahwa smash yang dilakukan harus dilakukan dengan cepat, tepat dan

keras. Agar pukulan smash yang diarahkan ke lawan sulit di terima dan dengan teknik ini peluang mendapatkan angka lebih besar. Selain itu penguasaan pukulan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam sebuah pertandingan. Penguasaan adalah pemahaman/kesanggupan untuk menggunakan pengetahuan, kepandaian dan sebagainya.

Untuk dapat mencapai hasil yang baik dalam melakukan smash ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan meloncat yang tinggi. Dalam melakukan smash ada beberapa macam jenis dan variasinya, hal ini dikarenakan setiap pemain memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam melakukan smash. Berikut ini macam-macam jenis smash: bahwa ada 4 jenis smash yaitu:

- a) *Frontal smash* atau *smash depan*.
- b) *Frontal Smash* dengan twist atau *smash depan dengan memutar*.
- c) *Smash* dari pergelangan tangan.
- d) *Dump* atau *tipuan*.



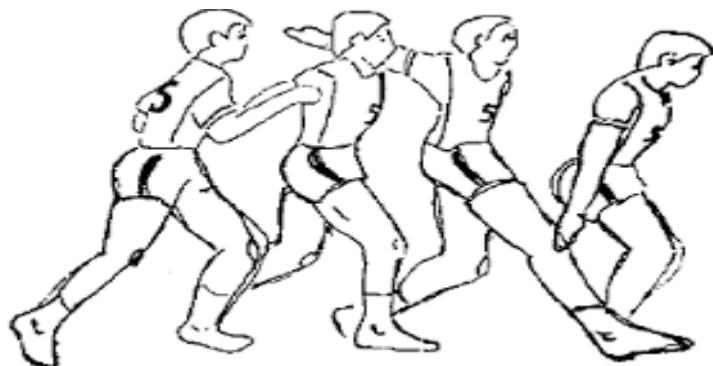
Gambar: 2.4.Teknik dasar smash

Sumber: Wiranto dan Sugiono (2011).

Dalam melakukan smash terdapat beberapa tahap yaitu awalan, saat melompat, saat memukul bola, dan saat mendarat.

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 smasher 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.

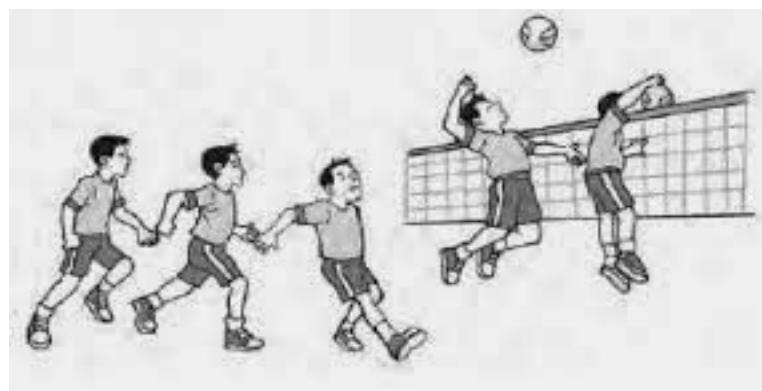


Gambar 2.5 Tahap Awalan, tumpuhan dan perkenaan bola
Sumber: Noviardila (2018)

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 terputusputus. 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.



Gambar. 2.6.Tahap Meloncat
Sumber: Kenny (2006:69)

c. Tahapan 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. Setelah smasher berada di udara dan lengan sudah terangkat ke atas dilanjutkan gerakan memukul bola dan hasil pukulannya akan lebih sempurna apabila smasher menggunakan lecutan tangan, lengan, dan membungkukkan badan merupakan kesatuan gerak yang harmonis.

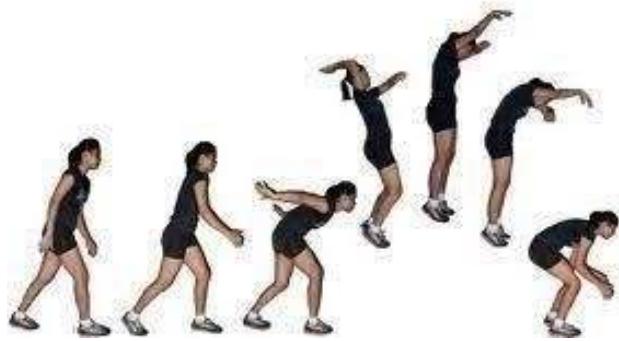


Gambar 2.7. Tahap saat Memukul Bola

Sumber: S.Ahmad (2020)

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. Siswa mendarat pada kedua kakinya dengan sedikit ditekuk.



Gambar 2.8. Tahap Mendarat

Sumber: Z. Zuhermandi (2015)

B. Media Bola Gantung

1. Bola Gantung

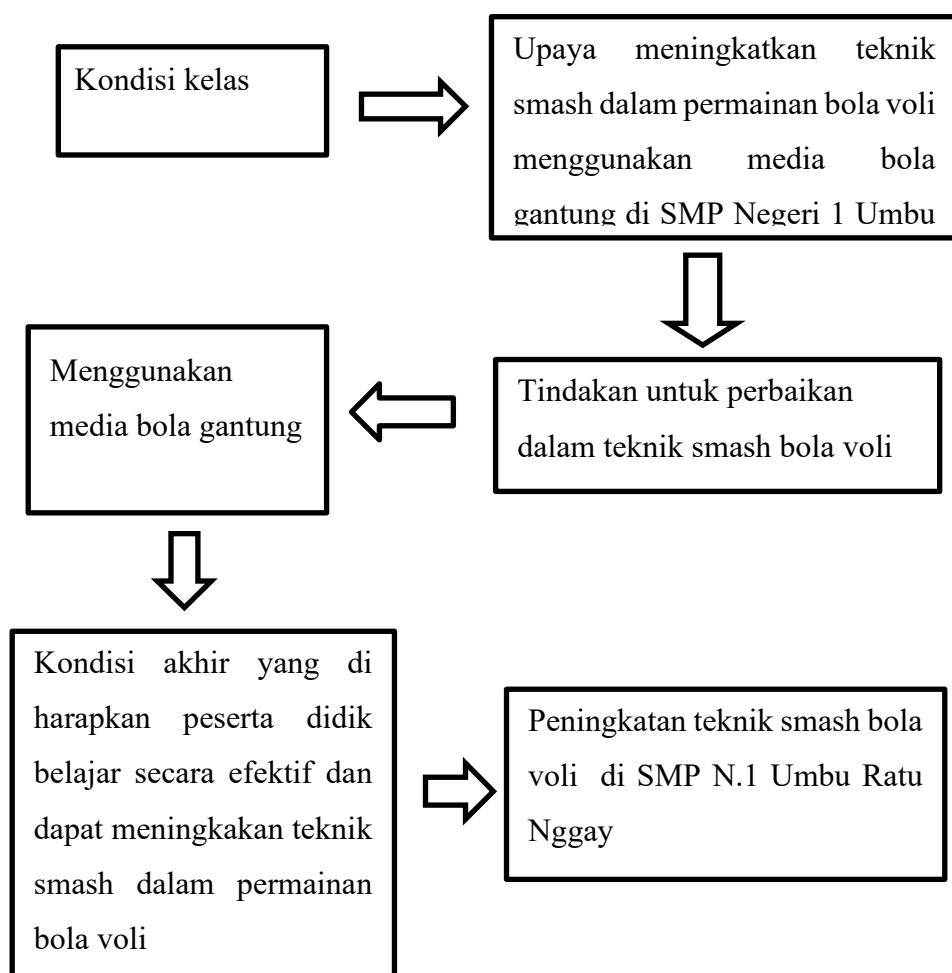
Bola gantung merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai perantara untuk mentransfer dalam menyampaikan pesan dari pengirim ke penerima khususnya pada media latihan teknik pukulan Smash pada bola voli. Bola digantung yang dimaksud dalam pengertian ini adalah bola yang digantung dengan seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos pada pengikat tali, Bola digantung merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai perantara untuk mentransfer dalam menyampaikan pesan dari pengirim ke penerima khususnya pada media latihan teknik pukulan Smash pada bola voli. Bola digantung yang dimaksud dalam pengertian ini adalah bola yang digantung dengan seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos pada pengikat tali, dengan menggunakan bola voli pada ketinggian sesuai dengan jangakauan pemain. Latihan memukul bola digantung secara mekanik mampu mengembangkan kecepatan dan ketetapan memukul bola, dengan awalan langka serta ketetapan memukul bola yang dilakukan secara berulang-ulang dapat melati respon memukul bola yang pas dapat melati agar mencapai raihan bola yang tinggi serta lompatan yang tinggi pula.



Gambar 2.9. Media Bola Gantung

C. Kerangka Berpikir

Pada dasarnya setiap penelitian membutuhkan kerangka berpikir. Dengan kerangka berpikir, peneliti memperhatikan kepada pembaca dari sudut pandang mana peneliti melakukan penelitian. Sudut pandang yang diambil penulis dalam penelitian adalah tentang meningkatkan teknik smash dalam permainan bola voli di SMP N.1 Umbu Ratu Nggay.



Gambar 2.9 kerangka berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

1. Pendekatan penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan PTK menurut Sugiyono (2013:2). Pendekatan ini lebih menekankan pada aspek pengukuran secara objektif terhadap fenomena sosial untuk kemudian dianalisis dengan menggunakan angka-angka.

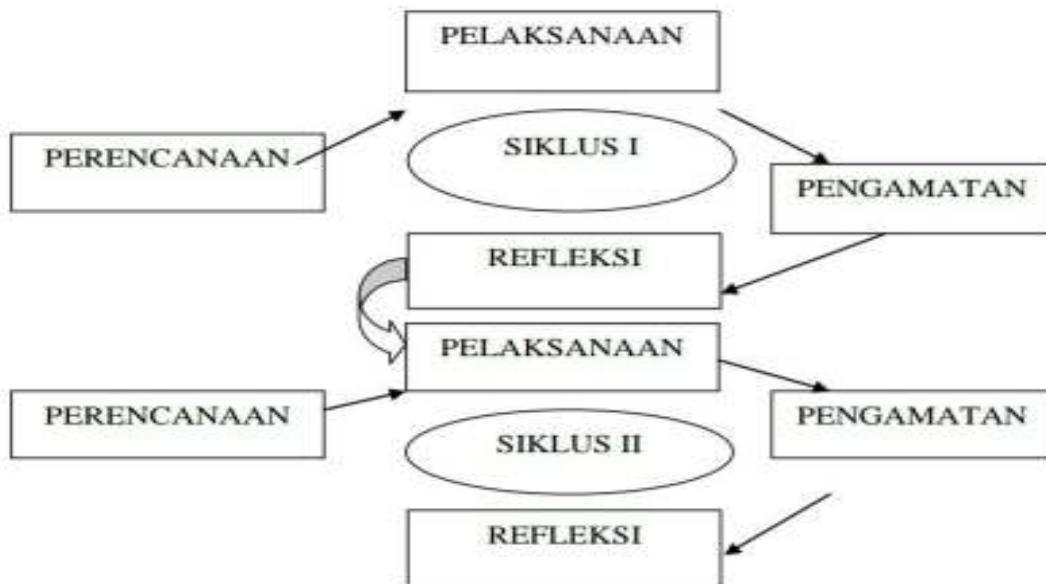
2. Jenis penelitian

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) yang dilaksanakan secara kolaboratif antara guru dan peneliti. Soedarsono dalam Rianawati (2013:154) menyatakan bahwa “PTK merupakan suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang di lakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan yang dilakukannya itu, serta untuk memperbaiki kondisi-kondisi dimana praktik-praktik pembelajaran tersebut dilakukan”.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian merupangkan langkah-langkah yang dilaksanakan dalam menerapkan metode penelitian. Langkah-langkah pada penelitian tindakan kelas dilakukan melalui empat tahap, yaitu perencanaan (Planning), pelaksanaan tindakan (acting), mengamati (observing), dan refleksi (reflection). Hasil refleksi tindakan yang dilakukan akan digunakan kembali untuk memperbaiki rencana pembelajaran apabila tindakan yang dilakukan belum berhasil memecahkan masalah, yang dapat digambarkan sebagai berikut:

Setiap siklusnya dilakukan tindakan berdasarkan pada prosedur penelitian tindakan yang dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 3.1 Siklus penelitian tindakan kelas (PTK)

Siswoyo hardjodipuro, action research sinetik teoritik

(Jakarta ikip Jakarta,1997)

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri.1 Umbu Ratu Nggay

2. Waktu penelitian

Penilitian ini akan dilaksanakan selama ±2 bulan

Tabel 3.2. Waktu penelitian

	Kegiatan	Bulan 1				Bulan 2			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1	Memperbaiki instrumen penelitian	✓	✓	✓					
2	Mengurus surat izin penelitian	✓			✓	✓			
3	Mengantar surat ke prodi dan mengukur waktu penelitian		✓			✓			
4	Menyiapkan alat untuk melaksanakan penelitian			✓			✓		
5	Melaksanakan penelitian sampai selesai				✓			✓	
6	Mengurus surat selesai penelitian				✓				✓

D. Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII SMP N. 1 Umbu Ratu Nggay.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini direncanakan dalam dua siklus yang setiap siklusnya dua kali pertemuan. Dengan fokus penelitian adalah guru penjaskes dan pada siswa kelas VIII SMP N. 1 Umbu Ratu Nggay.Tahun ajaran 2024/2025.

E. Prosedur Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan jenis penelitian yang paling tepat digunakan untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang ada pada penelitian ini. Dimana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan akan terjadi peningkatan yang signifikan terhadap hasil yang dicapai.

Setelah dilakukan observasi pembelajaran awal dengan melihat kekurangan yang dialami oleh siswa dan guru. Adapun setiap tindakan pencapaian tujuan tersebut di rancang dalam 1 unit sebagai satu siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu: perencanaan tindakan (planning), pelaksanaan tindakan (acting), pengamatan (observation), refleks (reflecting).

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) adalah suatu metode yang bertujuan melakukan tindakan kearah perbaikan, peningkatkan dan juga bertujuan melakukan suatu perubahan kearah yang lebih baik dari sebelumnya sebagai upaya pemecahan masalah pembelajaran yang sedang dihadapi di kelas

Adapun Prosedur penelitian yang penulis lakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Siklus 1

1. Rencana Siklus I Pertemuan Pertama

a. Tahapan Perencanaan (Planning) (15 menit)

Pada tahap ini peneliti dan guru berkolaborasi untuk menyusun perencanaan penelitian tindakan kelas yang terdiri:

(1) Guru mempersiapkan peserta didik dalam mempraktekan dengan kebersihan kelas, berdoa, dan absensi.

(2) Melakukan pemanasan yang dipimpin oleh guru atau oleh salah seorang peserta didik yang dianggap mampu. Guru menjelaskan arti penting pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik, yaitu untuk menyiapkan otot dan sendi tubuh sehingga meningkatkan tingkat energi yang dikeluarkan oleh metabolisme tubuh, meningkatkan kecepatan perjalanan sinyal syaraf yang memerintah gerakan tubuh sehingga memudahkan otot-otot berkontraksi dan rileks secara lebih cepat dan efisien, meningkatkan kapasitas kerja fisik, mengurangi adanya ketegangan otot, meningkatkan kemampuan jaringan penghubung dalam gerakan memanjang atau merenggang, meningkatkan kondisi secara psikologis karena pemanasan mampu membangun kepercayaan diri dan rasa nyaman.

(3) Guru memberi informasi tentang kompetensi dan tujuan pembelajaran yang akan dicapai

- b. Tahap Pelaksanaan Tindakan
- 1) Guru menjelaskan tahapan gerak dasar awalan dalam permainan bola voli
 - 2) Guru menjelaskan bentuk dan peraturan bermain smash, dalam permainan bola voli.
 - 3) Guru memberikan contoh tahapan gerak dalam melakukan teknik smash pada permainan bola voli menggunakan media bola gantung.
- c. Tahapan dalam melakukan smash
- a) Tahapan awalan
 - (1) Tubuh saat itu berada pada posisi menghadap net.
 - (2) Kedua lengan yang menjalur kedepan diayunkan ke belakang dan keatas sesudah langkah pertama.
 - (3) Kemudian diayunkan ke depan sehingga pada saat meloncat kedua lengan itu tergantung kebawah di depan tubuh.
 - b) Tahap meloncat
 - (1) Langkahkan kaki kiri ke depan dengan langkah biasa kemudia diikuti kaki kanan yang panjang, diikuti dengan segerah oleh kaki kiri yang diletakan samping kaki kanan.
 - (2) Pada waktu meloncat kedua lengan yang menjalur digerakan ke atas.tubuh diteruskan kaki yang digunakan untuk meloncat yang memberikan kekuatan pada saat meloncat.
 - (3) Lengan yang dipakai untuk memukul serta sisi badan diputar sedikit sehingga menjauhi bola.

(4) Punggung agak membungkuk dan lengan yang lain tetap dipertahankan setinggi kepala yang berguna untuk mengatur keseimbangan secara keseluruhan.

c) Tahapan memukul bola

(1) Gerakan memukul hasil akan lebih baik apabila menggunakan lecutan tangan,lengan,dan membungkukkan bandan.

(2) Setelah smash berada diudara dan lengan sudah terangkat keatas dilanjutkan gerakan memukul bola.

d) Tahapan mendarat.

(1) Cara mendarat dalam setiap smash sama yaitu pada saat tubuh bagian atas membungkuk kedepan,kaki di arahkan kedepan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh.

(2) Selanjutnya melakukan pendaratan dengan awalan ujung kaki,serta lenturkan lutut agar tidak terjadi cidera pada saat pendaratan

d. Kegiatan Penutup (15 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

1. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/diajarkan. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan. Memberi motivasi akhir.
2. Melakukan pendinginan.

3. Guru dan peneliti menyampaikan pelajaran pertemuan berikutnya kepada siswa.
 4. Berdoa dan membubarkan barisan.
- e. Tahap Oservasi
- Tahap observasi pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat. Kegiatan observasi ini dilakukan secara bersamaan dengan pelaksanaan tindakan yang dilakukan sejak awal hingga akhir penelitian guna mengumpulkan data yang diperlukan sehingga kekurangan atau kesalahan yang dilakukan sebelumnya dapat diperbaiki.

f. Tahap Refleksi

Berdasarkan data yang diperoleh setelah diberikan tindakan yang berupa hasil tes teknik smash dalam permainan bola voli untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan yaitu keterampilan smash maka peneliti dan guru berkalaborasi menganalisis data kembali dan melakukan perbandingan dengan kondisi sebelum diberi tindakan dengan setalah diberi tindakan sehingga bisa diambil tindakan berikutnya sampai mencapai hasil yang diinginkan dan sampai semuanya tuntas maka dilanjutkan ke siklus II.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan

Data penelitian dilapangan menjadi syarat utama. Peneliti mengumpulkan data dalam latar alamiah, dimana peneliti bertindak sebagai instrumen kunci. Selain itu peneliti juga berperan sebagai perencana dan pelaksanaan tindakan yang terlibat langsung dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas, pengumpulan dan penganalisis data, dan pada akhirnya menjadi pelapor hasil penelitian. “mencari tahu secara alamiah dalam pengumpulan data lebih banyak bergantung pada dirinya sebagai alat pengumpul data”. (Agus Kristiyanto, 2010:19). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam pengumpulan data adalah menggunakan teknik pengukuran dan observasi langsung.

2. Alat pengumpul data Dokumentasi

Dari teknik pengumpulan data di atas, maka teknik yang dipergunakan dalam pengumpulan data adalah teknik test dan pengukuran dan lembar observasi langsung. Melalui test dan pengukuran kita dapat mengetahui status dan kedudukan seorang atlet. Test adalah alat atau instrumen yang digunakan untuk mengukur pencapaian tujuan-tujuan. Teknik test tersebut dapat digunakan untuk mengukur data yang berasal dari variabel bebas atau terikat tes dalam penelitian ini adalah test passing dalam permainan sepak bola. Tes passing adalah salah satu jenis tes yang dipergunakan untuk mengetahui Kemampuan passing dalam permainan sepak bola. Adapun alat pengumpulan data yang di pergunakan dalam penelitian ini yaitu itu sebagai berikut:

- a. Lembar observasi
 - 1) Guru
 - 2) sisiwa
- b. Tes kemampuan tahap awalan,tahap meloncat,tahap memukul bola,tahap mendarat teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang di kumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK di analisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik presentasi untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajar teknik smash dalam permainan bola voli di SMP Negeri 1.Umbu Ratu Nggay.

1. Hasil pembelajaran teknik smash pada materi bola bola voli menggunakan media bola gantung pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1. Umbu Ratu Nggay dan menganalisis nilai rata- rata tes teknik smash dalam permainan bola voli kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan smash. dengan menganalisis rangkaian gerak dalam permainan bola voli kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Mengolah data agar lebih akurat dalam hasilnya maka dalam pengolahan data menggunakan jenis data dalam meningkatkan keterampilan persentase dapat dianalisa dengan menggunakan rumus Zainal Aquib,(2008: 53) sebagai berikut :

$$S = \frac{R}{N} \times 100$$

Keterangan:

S = Nilai di harapkan

R = Jumlah yang di peroleh mahasiswa

N = Skor maksimal ideal 100% bilangan tetap

(Purwanto, : 2012 : 120)

a. Untuk ketuntasan belajar (klasikal)

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum 2013, yaitu siswa yang dinyatakan tuntas pada pembelajaran penjaskes bila dikelas mendapat nilai 75% yang telah mencapai daya serap sama dengan. Untuk menghitung ketuntasan belajar digunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Sumber:Depdikbud(1994:17)

P = Persentase

H. Indikator Keberhasilan

Indikator Keberhasilan dalam penelitian ini adalah :

1. Kemampuan teknik smash bola voli dengan menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli berdasarkan tes akhir siklus dikatakan meningkat apabila dalam proses pembelajaran terlihat adanya peningkatan jumlah siswa yang tuntas, pemahaman

dari siklus 1 ke siklus berikutnya dengan kriteria 75% dari total siswa dalam kelas.

2. Presentase hasil belajar siswa mengalami peningkatan dari siklus 1 ke siklus berikutnya dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75%

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A Demografi Responden Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay Tahun Ajaran 2024/2025 yang terlentak didesa prai karoku janga kec. Umbu Ratu Nggay Kab. Sumba tengah. SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay terlentak diantara beberapa instansi seperti Puskemas lendiwacu, Kantor Desa prai karoku janga, dan Kapolsek Umbu Ratu Nggay. Kegiatan pembelajaran dalam penelitian ini meliputi dua siklus pada mata pelajaran Penjas. Pelaksanaan pembelajaran setiap siklus meliputi tahap perencanaan, observasi dan refleksi, dimana pada pembelajaran masing-masing siklus dilakukan pada 2 pertemuan. Hasil penelitian ini memaparkan tentang pembelajaran teknik dasar smash bola voli pada setiap siklus, yang dievaluasi melalui hasil belajar teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan Media Bola Gangtung yang dilaksanakan disetiap akhir siklus.



Gambar 3.1 Papan nama SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay

Tabel 4.1. Demografi Responden Penelitian

NO	NAMA SISWA	JK	KETERANGAN
1	Anas Rambu Ata Kai	P	
2	Anggreni R. Dikki	P	
3	Arjuna Ndena Mbani	L	
4	Artika Sari Dewi Newa Lapur	P	
5	Dino Saputra U. Kondang	L	
6	Eflin Renggi	P	
7	Elyeser Hamba Pulu	L	
8	Fernila R.B. Dj. Papilaya	P	
9	Gebrian M. Malo	L	
10	Gresia A.A. Taul	P	
11	Gresia R. Hara	P	
12	Inovati Yaku Danga	P	
13	Kades Umbu N. Memba	L	
14	Maksi Umbu Makka	L	
15	Mardini R. Wandal	P	
16	Natasya C. Huru	P	
17	Nurdin Umbu Juka	L	
18	Pristiano Saputra T. Malotung	L	
19	Revan Nggiku Tara Ndapa	L	
20	Ranto Renggu Manurara	L	
21	Stevany Gunanda R. Nggiri	P	
22	Sukenso H. Tanggu Konda	L	

Sumber: SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay Tahun 2024

B Hasil Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan jenis penelitian yang paling tepat digunakan untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang ada pada penelitian ini. Dimana penelitian ini akan dilakukan melalui beberapa siklus dengan harapan akan terjadi peningkatan yang signifikan terhadap hasil yang dicapai.

Adapun Prosedur penelitian yang penulis lakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Prasiklus

Pada pelaksanaan kegiatan awal ini, peneliti melakukan observasi terhadap proses pembelajaran teknik dasar smash bola voli di kelas VIIIB SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay terlihat masih rendah. Dalam pelaksanaan teknik Smash bola voli siswa terlihat kurang bisa melaksanakan dengan teknik yang benar, kebanyakan siswa masih melakukan kesalahan dalam melakukan smash bola voli. Deskripsi data pretest pembelajaran teknik smash selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2. Statistik Data Hasil Pretest Pembelajaran Teknik Smash

Statistic	Pretest
Jumlah Total skor	1239
Rata rata	56,30
Skor tertinggi	88
Skor terendah	33

Tabel 4.3 Ketuntasan Hasil Belajar smash bola voli Pra Siklus

Rentang Nilai Akhir (NA)	KETEGORI	FREKUENSI	Jumlah siswa Tuntas/Tidak Tuntas	Presentase
85 – 100	Sangat baik	1	7 Siswa Tuntas	32%
75 – 84	Baik	3		
65 – 74	Cukup	3		
50 – 64	Kurang	5	15 siswa tidak tuntas	68%
0 - 49	Sangat kurang	10		
Total		22	22	100%

Sumber data : hasil penelitian pra siklus SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay Tahun 2024

Hasil data siswa yang memperoleh nilai 75 keatas sebanyak 7 orang, dengan persentase 32%, dan 75 kebawah sebanyak 15 dengan presentase 68% Hasil tersebut belum mencapai standar ketuntasan belajar secara klasikal,

maka peneliti akan melakukan rencana perbaikan pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung pada siswa kelas VIIIB SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay.

2. Rencana Siklus I Pertemuan Pertama

a. Perencanaan

Perencanaan disusun untuk memperbaiki proses pembelajaran yang berisi tujuan yang harus dicapai, serta lebih diutamakan perlakuan Guru dalam pembelajaran. Rencana ini di susun berdasarkan hasil pengamatan awal dengan tujuan memperbaikinya. Perbaikan di lakukan terlebih dahulu menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) materi Pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung.

b. Pelaksanaan

Pada tahap ini peneliti menjelaskan pembelajaran penjas dan materi Pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung. Peneliti secara mandiri bertindak sebagai guru yang bertanggung jawab sebagai proses pembelajaran siklus 1. Pembelajaran siklus 1 dilakukan pertemuan.

1) Pertemuan pertama

Pertemuan pertama, langkah-langkah pembelajarannya yaitu terlebih dahulu guru menjelaskan tujuan pembelajaran, yaitu pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung. Selanjutnya guru mencontohkan gerakan yang benar dan menjelaskan poin-poin gerakan tersebut pada seluruh siswa.

Selanjutnya guru akan memberikan contoh bagaimana cara melakukan gerakan awalan, inti, akhir.

Setiap siswa akan di panggil namanya sesuai absen dan maju satu-satu untuk melakukan smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung dengan benar.

2) Pertemuan Kedua

langkah-langkah pembelajaran yaitu terlebih dahulu guru mengulang kembali materi dan praktek yang telah di pelajari di pertemuan satu tetapi di pertemuan kedua siswa lebih aktif atau lebih monoton dalam upaya melakukan gerakan awalan, inti, akhir.

c. Pengamatan Siklus I

Pengamatan yang di maksud adalah kegiatan mengamati hasil pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung. Ada beberapa indikator yang di amati dalam pelaksanaan tes pembelajaran smash permainan bola voli

Tabel 4.4 Hasil Tes Teknik Dasar smash bola voli pada Siklus I

NO	NAMA	JL	Sikap Awal					Sikap					Sikap Akhir					Skor	Skor Maks	Rata-Rata
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E			
1	ARA	P	4	2	4	3	4	4	4	3	5	4	3	5	4	3	4	56	75	75
2	ARD	P	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	52	75	69
3	ANM	L	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	2	38	75	51
4	ASDNL	P	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	5	2	4	4	3	51	75	68
5	DSUK	L	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	47	75	63
6	ER	P	4	3	4	3	3	2	2	3	4	3	2	4	2	4	3	46	75	61
7	EHP	L	4	4	4	5	5	4	5	2	4	4	3	4	4	4	4	60	75	80
8	FRBDP	P	5	4	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	5	66	75	88
9	GMM	L	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	59	75	79
10	GAAT	P	5	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	5	4	4	4	58	75	77
11	GRH	P	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	3	4	4	3	58	75	77
12	IYD	P	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	44	75	59
13	KUNM	L	4	4	3	4	3	2	4	3	4	5	4	3	4	3	4	54	75	72
14	MUM	L	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	59	75	79
15	MRW	P	3	2	2	2	2	3	2	2	4	2	3	4	2	4	3	40	75	53
16	NCH	P	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	34	75	45
17	NUJ	L	4	4	4	4	5	5	2	5	4	4	4	4	4	4	4	61	75	81
18	PSTM	L	4	5	4	5	4	2	4	3	4	3	5	4	4	4	2	57	75	76
19	RNTN	L	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	37	75	49
20	RRM	L	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	56	75	75
21	SGRN	P	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	T	2	51	75	68
22	SHTK	L	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	31	75	41
TOTAL SKOR																	1121		75	1495
TOTAL RATA-RATA																	67,58			

Sumber Data : Hasil Olahan Peneliti Tahun 2024

$$NA = \frac{Skor}{Skor Maksimal (75)} \times 100$$

Pembelajaran teknik dasar smash bola voli siklus I yang digunakan adalah

Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay. Deskripsi data pretest pembelajaran smash, selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.5

Tabel 4.5 Statistik Data Hasil Postest smash bola voli

Statistics		
R1		
N	Valid	22
	Missing	0
Mean		68
Median		69
Minimum		41
Maximum		88
Sum		1495

Sumber: SMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Berdasarkan statistik data pembelajaran smash bola voli SMPN 1 Umbu Ratu Nggay diketahui bahwa jumlah catatan rata rata (Mean) 68 dan total rata-rata (sum) 1495 berdasarkan hasil data rata rata tersebut kemudian digunakan untuk menghitung kategorisasi dalam penyusunan data dalam distribusi frekuensi. Mengacu kepada perhitungan kategorisasi, distribusi frekuensi dalam upaya meningkat teknik dasar smash bola voli dapat diketahui seperti pada tabel 4.6 berikut :

Tabel 4.6 Presentasi Hasil Tes Teknik Dasar smash bola voli siklus I

Rentang Nilai Akhir (NA)	KATEGORI	FREKUENSI	Jumlah Siswa Tuntas /Tidak Tuntas	Presentase
85 – 100	Sangat Baik	1	14 siswa tuntas	64%
75 – 84	Baik	9		
65 – 74	Cukup	4		
50 – 64	Kurang	5	8 siswa tidak tuntas	36%
0 - 49	Sangat Kurang	3		
TOTAL		22	22	100%

Sumber data : Hasil Olahan peneltian diSMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Berdasarkan tabel di atas, diketahui jumlah siswa yang mengikuti tes teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan Media Bola Gantung pada siklus 1 sebanyak 22 orang siswa. Dari jumlah tersebut sebanyak 1 siswa kategori “sangat baik”, 9 siswa kategori “Baik”, 4 siswa kategori “Cukup”, 5 siswa kategori “Kurang”, serta 3 siswa kategori “Sangat kurang”. maka dapat simpulkan untuk siswa yang Tuntas Sebanyak 14 siswa dengan presentase 64% dan 8 siswa Tidak Tuntas dengan presentase 36%

d. refleksi

Setelah pelajaran selesai mereka terlihat masih gembira dan tidak merasa lelah. Mereka masih membicarakan tentang pelajaran yang baru saja mereka terima. Bahkan ada beberapa anak yang dengan bangganya berteriak bahwa dia adalah pemenangnya. Bahkan mengusulkan supaya besok di ulangi lagi pelajaran yang tadi.

3. Rencana Siklus II pertemuan pertama

a. Perencanaan Siklus II

Pembelajaran siklus 2 di lakukan karena hasil refleksi siklus 1 belum mampu mencapai target penelitian yang diharapkan. Perencanaan yang di susun yaitu RPP penjas pembelajaran smash permainan bol voli.

Beberapa perencanaan yang peneliti susun untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran smash permainan bola voli.

b. Pelaksanaan Siklus II

1) Pertemuan Pertama

langkah-langkah pembelajarannya yaitu terlebih dahulu guru menjelaskan tujuan pembelajaran, yaitu pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung. Selanjutnya guru

mencontohkan gerakan-gerakan dasar dalam smash permainan bola voli yang benar pada seluruh siswa.

Setiap siswa akan di panggil namanya sesuai absen satu persatu maju untuk melakukan gerakan smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung dengan benar.

2) Pertemuan Kedua

Langkah-langkah pembelajaran yaitu terlebih dahulu guru mengulang kembali materi dan praktek yang telah dipelajari di pertemuan pertama, tetapi di pertemuan kedua siswa lebih aktif atau lebih monoton dalam upaya melakukan gerakan dasar awalan, inti, akhir.

a. Pengamatan Siklus II

Pengamatan yang dimaksud adalah kegiatan mengamati hasil pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung. Ada beberapa indikator yang diamati dalam pelaksanaan tes pembelajaran smash permainan bola voli antara lain:

Tabel 4.7 Hasil Teknik Dasar smash permainan bola voli pada Siklus II

NO	NAMA	JK	Sikap Awal					Sikap					Sikap Akhir					Skor	Skor Maks	Rata-Rata
			A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E			
1	ARA	P	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	70	75	93
2	ARD	P	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	65	75	86
3	ANM	L	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	2	64	75	85
4	ASDNL	P	4	3	5	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	63	75	84
5	DSUK	L	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	67	75	89
6	ER	P	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	5	67	75	89
7	EHP	L	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	65	75	86
8	FRBDP	P	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	64	75	85
9	GMM	L	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	67	75	89
10	GAAT	P	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	4	4	4	5	62	75	82
11	GRH	P	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	65	75	86
12	IYD	P	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	65	75	86
13	KUNM	L	4	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	67	75	89
14	MUM	L	4	4	4	5	4	4	5	3	4	5	4	4	3	4	4	61	75	81
15	MRW	P	5	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	65	75	86
16	NCH	P	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	67	75	89
17	NUJ	L	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	63	75	84
18	PSTM	L	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	61	75	81
19	RNTN	L	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	64	75	85
20	RRM	L	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	63	75	84
21	SGRN	P	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	63	75	84
22	SHTK	L	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	3	5	62	75	82
			TOTAL SKOR															1420		1885
			TOTAL RATA-RATA																85,68	

Sumber Data : Hasil Olahan Peneliti Tahun 2024

$$NA = \frac{Skor}{Skor Maksimal (75)} \times 100$$

Tabel 4.8 Statistik Data Hasil permainan bola voli

N	Valid	22
	Missing	0
Mean		86
Median		86
Minimum		81
Maximum		93
Sum		1885

Sumber: SMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Setelah diketahui data hasil statistic diatas upaya meningkatkan teknik dasar smash bola voli dengan media bola gantung kemudia dikategorikan dalam tabel 4.9 dibawah ini.

Tabel 4.9 Hasil Belajar Melakukan Teknik Smash Permainan bola voli pada Siklus II

PENGKATEGORIAN			
		Frequency	Percent
Valid	SANGAT BAIK	14	64 %
	BAIK	8	36%
	Total	22	100%

Sumber data : Hasil Olahan peneltian diSMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Berdasarkan data yang tercantum pada tabel di atas, diketahui jumlah siswa kelas VIIIB : SMP N 1 Umbu Ratu Nggay yang mengikuti tes upaya meningkatkan teknik dasar smash bola voli dengan media bola gantung pada siklus 2 sebanyak 22 siswa dari jumlah tersebut, diketahui 14 siswa kategori “Sangat Baik” dengan presentase 64% sedangkan 8 siswa kategori “Baik” dengan presentase 36% setelah menerapkan siklus II dan semua dinyatakan Tuntas.

c. Refleksi Siklus 2

Terdapat Refleksi siklus 2 dilakukan dengan tujuan melihat berbagai kekurangan dari hasil pengamatan siklus 2. Melalui refleksi maka guru dapat mencatat berbagai kekurangan yang perlu di perbaiki, yang dapat dijadikan dasar penyusunan rencana ulang.

Setelah diketahui dari pembelajaran siklus 1 dan 2 kemudian dibuatlah perbandingan statistika data siklus 1 dan siklus 2 dalam upaya meningkatkan teknik dasar smash bola voli dengan media bola gantung pada tabel 4.10 sebagai berikut :

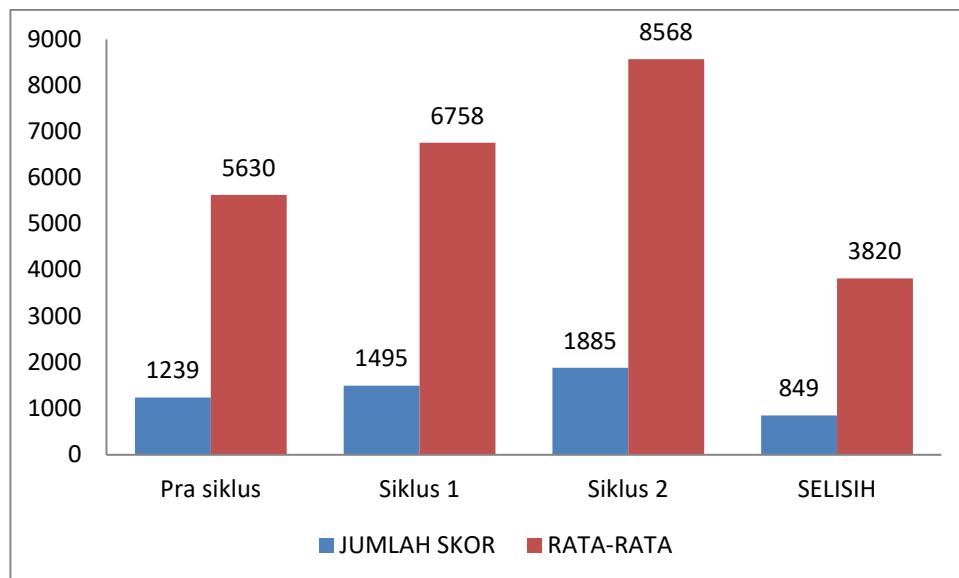
**Tabel 4.10 Perbandingan Statistik Data Pretest dan Posttest
pembelajaran Smash siswa**

STATISTIK	Pra siklus	Siklus 1	Siklus 2	SELISIH
JUMLAH SKOR	1404	1121	1420	299
RATA-RATA	1872	6793	8606	1813

Sumber: SMP N 1 Umbu Ratu Nggay

Dari penkategorian diatas maka dapat disajikan dalam bentuk diagram batang, seperti pada gambar 4.11 dibawah ini.

Gambar 4.2 Perbandingan Ketuntasan Klasikal



Tabel dan diagram batang di atas menunjukkan adanya peningkatan antara hasil dari pretest awal, siklus 1, siklus 2 terjadi peningkatan yang signifikan. pembelajaran teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung Di SMP N 1 Umbu Ratu Nggay Pre test awal Rata-rata 5630, siklus 1 Rata-rata 6758, siklus 2 Rata-rata 8568. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yaitu latihan pembelajaran teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada materi bola voli

C PEMBAHASAN

Pemilihan metode dengan Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay diterapkan dengan tujuan meningkatkan hasil belajar teknik smash dalam permainan bola voli siswa. Setelah diterapkan dalam prasiklus, siklus 1, siklus 2 ternyata cukup efektif dimana dalam penelitian ini didapatkan hasil Pre

test Rata-rata (*mean*) sebesar 5630 sedangkan pada hasil pos test Rata-rata (*mean*) meningkat menjadi 8568.

Berdasarkan distribusi frekuensi pada perhitungan kategorisasi penilaian dapat di ketahui bahwa data pra siklus yaitu sebanyak 1 siswa kategori Sangat Baik, 3 siswa kategori Baik, 3 siswa kategori Cukup, 5 siswa kategori Kurang, dan 10 siswa kategori Sangat Kurang. Maka presentase hasil pretest jumlah siswa yang Tuntas 7 dengan presetase 32% dan Tidak Tuntas 15 siswa dengan presentase 68%. Sedangkan data siklus 2 pembelajaran upaya meningkatkan teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung meningkat yaitu sebanyak 14 siswa kategori Sangat baik dengan presentase 64 % , dan 8 siswa kategori Baik dengan Presentase 36% dan semuanya dikatakan Tuntas.

Berdasarkan hasil penelitian siklus I,II, yang membahas tentang Upaya Meningkatkan Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay adapun kriteria ketuntasan :

1. Kemampuan teknik smash bola voli dengan menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli berdasarkan tes akhir siklus terlihat adanya peningkatan jumlah siswa yang tuntas, pemahaman dari siklus 1 ke siklus berikutnya dengan kriteria 75% dari total siswa dalam kelas.
2. Presentase hasil belajar siswa mengalami peningkatan dari siklus 1 ke siklus 2 dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75%.
 - a. Hasil dari siklus I

Tampak sudah ada perubahan bila dibandingkan dengan biasanya.

Anak yang biasanya malas-malasan, sekarang menjadi lebih aktif, penuh semangat untuk beraktivitas tanpa ada paksaan. Namun apabila

dilihat dari hasil angket tanggapan siswa yang telah dibagikan, ternyata masih ada beberapa hal yang perlu mendapatkan perhatian, karena banyak jawaban-jawaban yang kurang memuaskan peneliti, terbukti, masih banyaknya jawaban “Tidak” dari mereka.

Melihat dari hasil observasi dengan hasil seperti diatas, menunjukkan masih perlu diadakan perbaikan baik dari unsur keaktifan, awalan, tolakan dan mendarat. Maka peneliti mengadakan evaluasi tindakan yang telah dilakukan untuk merencanakan kembali tindakan pada pertemuan kedua.

b. Hasil dari siklus I

Peneliti melihat suasana pembelajaran terus meningkat dengan baik. Keberhasilan ini ditandai dengan hasil angket tanggapan siswa yang memperlihatkan jawaban yang positif. Semua dapat terlihat pada proses pembelajaran semua siswa melakukan dengan aktif, gembira dan semua tugas mereka laksanakan dengan gembira tanpa ada paksaan, mulai dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran. Bahkan sampai akhir pembelajaranpun seakan siswa masih tetap ingin melakukannya lagi. Untuk itu peneliti kembali bekerja sama untuk memecahkan masalah tersebut, dan sepakat untuk mengadakan perbaikan pada siklus II. Pada siklus II peneliti ingin meningkatkan teknik smash bola voli. Awalan, pelaksanaan dan mendarat.

a. Hasil siklus II

Hasil angket tanggapan siswa semakin menunjukkan perkembangan yang baik. Siswa terlihat semakin aktif dalam melakukan

aktivitas pembelajaran. Apalagi permainan yang mereka hadapi saat ini adalah hal baru lagi yang lebih menantang. Semangat berkompetisi mereka sangat menggebu-gebu. Bahkan ada yang mencoba sampai berulang kali tanpa disuruh oleh peneliti.

b. Hasil siklus II

Ternyata sangat menggembirakan. Hasil observasi menunjukkan bahwa keaktifan anak sangat baik, awalan hampir semuanya baik walaupun masih ada 2 anak dengan kategori cukup, pelaksanaan sudah baik namun masih ada 1 anak dengan kategori cukup sedangkan mendarat juga baik walaupun masih ada 2 anak dengan kategori cukup. Hal ini dikarenakan kondisi fisik anak tersebut yang tidak memungkinkan. Selain postur tubuh yang pendek, juga badan kecil dan kurus, ada juga anak yang manja. Hal inilah yang menjadi kendala bagi si anak untuk melakukan aktivitas. Sedangkan hasil dari angket tanggapan siswa sangat bagus, karena dari semua aspek yang diajukan peneliti, 100% dijawab Ya. Kecuali untuk waktu pembelajaran terlalu pendek masih ada 1 anak yang menyatakan Tidak. Namun demikian melihat dari hasil tersebut, peneliti merasa telah berhasil meningkatkan pembelajaran teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yaitu latihan pembelajaran smash pada materi bola voli menggunakan media bola gantung.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Pembelajaran teknik Smash Pada Materi Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Pada Siswa Kelas VIIIB SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay dapat disimpulkan sebagai berikut :

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah Berdasarkan distribusi frekuensi pada perhitungan kategorisasi bahwa data pra siklus yaitu sebanyak 1 siswa kategori Sangat Baik, 3 siswa kategori Baik, 3 siswa kategori Cukup, 5 siswa kategori Kurang, dan 10 siswa kategori Sangat Kurang. Maka presentase hasil pretest jumlah siswa yang Tuntas 7 dengan presetase 32% dan Tidak Tuntas 15 siswa dengan presentase 68%. Sedangkan data siklus 2 pembelajaran upaya meningkatkan teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung meningkat yaitu sebanyak 14 siswa kategori Sangat baik dengan presentase 64 % , dan 8 siswa kategori Baik dengan Presentase 36% maka dapat disimpulkan Bahwa Pembelajaran teknik Smash Pada Materi Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Pada Siswa Kelas VIIIB SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay dinyatakan Tuntas.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, yaitu latihan teknik smash dalam permainan bola voli Menggunakan Media Bola Gantung.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, penulis mengajukan beberapa saran, yaitu:

1. Saran bagi guru : Guru hendaknya dapat membiasakan upaya menggunakan teknik smash dalam permainan bola voli menggunakan media bola gantung pada pelajaran pendidikan

jasmani karena dapat mengaktifkan siswa pada proses pembelajaran.

\

DAFTAR PUSTAKA

- Ainun Fa'qih, A. Z., Muhamram, N. A., & Setiawan, I. (2023). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bola Voli Menggunakan Media Pembelajaran Alat Bantu Pada Siswa Kelas X Smk Taruna Bakti Kertosono. Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga 3.2 (2023): 52-68.*
- Husein, R. A. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Teknik Block Dalam Permainan Bola Voli Dengan Media Bola Gantung Pada Siswa Kelas 2 Di Smk Negeri Bekasi Kota (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Jakarta).*
- Karey, S. (2022). Upaya Meningkatkan Kemampuan Smash Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung Di Smk Negeri 2 Palopo (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Palopo).*
- Lindah, L., Priyanto, C. W., & Kurniawan, R. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Menggunakan Bola Gantung. Journal of Education and Sport Science.*
- Nurbaya, H., Rifat, M., & Hakim, A. F. (2014). Upaya Meningkatkan Keterampilan Blocking Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Bola Gantung Siswa Kelas V Sd Negeri 5 Landau Garong.*
- Sari, Y. K., & Dwijayanti, K. (2024). Pengaruh Latihan Bola Gantung dan Latihan Net Multitahap terhadap Servis Atas Bola Voli pada Mahasiswa Putra Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi..*
- Satriya, S., Rahmat, Z., & Pranata, D. Y. (2020). Penerapan Media Bola Gantung Terhadap Minat Dan Hasil Passing Bawah Bola Volly Pada Siswa Kelas Vii Smpn 19 Percontohan. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan 1.1 (2020)*
- Sinurat, R., Putra, R., & Yolanda, H. P. (2023). Pengaruh Latihan Memukul Bola Gantung Terhadap Ketepatan Smash Bola Voli. Jurnal Muara Pendidikan 8.1 (2023): 158-163.*

Sukendro, E., Dwirahayu, F., & Yuliawan, E. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Smash Bola Voli Siswa Kelas X Smk Negeri 5 Tanjab Barat Melalui Pendekatan Gaya Mengajar Latihan Power Tungkai Dengan Menggunakan Modifikasi Bola Gantung. jurnal Prestasi 5.2 (2021): 44

Lampiran 1 : Surat izin Penelitian



UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JLN. AHDEOCEPTO - DESA PALEMBANG 147 KUPANG HTT. 88208
TELP. (0380) 881869 FAX. (0380) 881554

SURAT KETERANGAN MOHON LILIN PENELITIAN
NIM: 040-19-UEAW-MT02-002

Kepada
Bapak Gubernur Nusa Tenggara Timur
Drs. Kepala Dinas Perumahan Rakyat dan Persantian Terpadu Sari, Pita Pita, NTB
Dik
N.0.2.0.0.2.

Yang bertanda tangan di bawah ini,

- | | |
|--------------------------------|---|
| 1. Nama | Drs. Anggerni D. N. Rupidah, M.Si, Ph.D |
| 2. NIDN | 08220008001 |
| 3. Pangkat /Guru/Ruang/Gaji | Pemda DaI / III D |
| 4. T.u.b.e.l.a.s.t | Dokter FKIP UKAW/Kepala |
| 5. Email/Institusi/Universitas | Universitas Kristen Artha Wacana Kupang |

Menerangkan bahwa

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1. Nama | Franji Ediawati Wawa |
| 2. N.I.M | 202301070 |
| 3. Semester | IX (Sembilan) |
| 4. Pada Fakultas / Progdi | KIP / PGSD TKIP-UKAW |
| 5. Pada Jurusan Akademik | 2024/2025 |

Adalah berasar Muhammadiyah, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana Kupang, maka bersamaan kami kerimkan surat keterangan Mohon Lilin Penelitian kepada Bapak/Ibu dalam rangka meningkatkan Output Universitas Kristen Artha Wacana Kupang khususnya FKIP, untuk setiap mahasiswa yang akan menyelenggarakan studi dan atau menyusun karya (thesis/SKripsi/Psi), guna memperoleh gelar sarjana (S1).

Sehubungan dengan peraturan di atas maka kami mohon visedan Sampul/lim amanik memberikan lim Poin/sum bagi meluluskan disertasinya.

Judul Penelitian : UPAYA MENINGKATKAN TEKNIK SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MENGGUNAKAN MEDIA BOLA GANTUNG DI SMP NEGERI 1 UMUL RATE NGAY

Lokasi Penelitian : SMP Negeri 1 Umul Rate Ngay, Kec. Jumali Tengah
Demikian surat ini dibuat dan ditujukan sebagai tanda tertulis

Kupang, 13 September 2024

Bekas

Drs. Anggerni D.N. Rupidah, M.Si, Ph.D
EDN (08220008001)

Tandatangan

1. Rektor UKAW
2. Ketua SMP Negeri 1 Umul Rate Ngay, Kec. Jumali Tengah
3. Ka. PGSD - FKIP
4. Mahasiswa Yang Beranggusta:
5. Anis

Lampiran 2 : Surat Selesai Penelitian



Lampiran 3. Instrumen penelitian

Instrumen Keterampilan Gerak Passing Permamainan Sepakbola

No	Nama	Sikap Awal					Sikap Pelaksanaan					Sikap Akhir					Skor	Skor maks	NA	
		A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E				
1																	75			
2																				
3																				
Dst																				

Keterangan:

Memberikan nilai 1-5 sesuai gerakan yang dilakukan

Jumlah skor maksimal = 75

Nilai Keterampilan Gerak:

Sangat Baik	5
Baik	4
Cukup	3
Kurang	2
Sangat Kurang	1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang di peroleh}}{\text{jumlah skor (75)}} \times 100$$

Katagori penilaian :

85 – 100 =A (Sangat Baik)

75 – 84 = B (Baik)

65 – 74 = C (Cukup)

50 – 64 = D (Kurang)

0 - 49 =E (Kurang)

Kriteria Nomor 1 (Sikap Awal)

Skor 5: Jika dapat melakukan seluruh gerakan sikap awal dengan benar dan tepat

Skor 4: Jika dapat melakukan gerakan sikap awal namun masih ada sedikit yang kurang dari skor ke lima

Skor 3: Jika dapat melakukan gerakan sikap awal namun masih ada yang kurang dari skor ke empat

Skor 2: Jika dapat melakukan gerakan sikap awal namun masih banyak yang kurang dari skor ke tiga

Skor 1: Jika tidak dapat melakukan gerakan sikap awal dengan benar dan tepat

Kriteria Nomor 2 (Pelaksanaan)

Skor 5: Jika dapat melakukan seluruh gerakan pelaksanaan dengan benar dan tepat

Skor 4: Jika dapat melakukan gerakan pelaksanaan namun masih ada sedikit yang kurang dari skor ke lima

Skor 3: Jika dapat melakukan gerakan pelaksanaan namun masih ada yang kurang dari skor ke empat

Skor 2: Jika dapat melakukan gerakan pelaksanaan namun masih banyak yang kurang dari skor ke tiga

Skor 1: Jika tidak dapat melakukan gerakan pelaksanaan dengan benar dan tepat

Kriteria Nomor 3 (Sikap Akhir)

Skor 5: Jika dapat melakukan seluruh gerakan sikap akhir dengan benar dan tepat

Skor 4: Jika dapat melakukan gerakan sikap akhir namun masih ada sedikit yang kurang dari skor ke lima

Skor 3: Jika dapat melakukan gerakan sikap akhir namun masih ada yang kurang dari skor ke empat

Skor 2: Jika dapat melakukan gerakan sikap akhir namun masih banyak yang kurang dari skor ke tiga

Skor 1: Jika tidak dapat melakukan gerakan sikap akhir dengan benar dan tepat.

Lampiran 4. Bukti pengumpulan data

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (SIKLUS 1)

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 1Umbu Ratu Nggay
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Kelas/ Semester	: VIIIB
Materi Pokok	: Permainan bola VOLI
Alokasi Waktu	: (2 x 45 menit)

A Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah kongkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	2.1. Memahami teknik dasar smash dalam permainan bola voli	2.1.1. Menjelaskan tentang teknik dasar smash dalam permainan bola voli 2.1.2. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang teknik smash dalam permainan bola voli
2	2.2. Menganalisis keterampilan teknik smash dalam permainan bola voli	2.2.1. Menganalisis teknik smash dalam permainan bola voli 2.2.2. Menguraikan seluruh teknik dasar smash
3	2.3. Memperhatikan keterampilan gerak teknik dasar smash dalam permainan bola voli untuk menghasilkan koordinasi gerakan yang baik.	2.3.1. Mempraktekkan teknik smash dalam permainan bola voli 2.3.2. Memperbaiki gerakan teknik smash dalam permainan bola voli

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran peserta didik diharapkan untuk :

1. Peserta didik dapat memahami teknik dasar smash dalam permainan bola voli
2. Siswa dapat melakukan gerakan teknik dasar smash dalam permainan bola voli
3. Siswa dapat melakukan teknik dasar smash dalam permainan bola voli secara berkelompok dengan benar
4. Siswa dapat melakukan teknik dasar smash dalam permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi dengan benar

D. Materi Pembelajaran

Pertemuan pertama (Siklus I)

Materi : bola voli.

Sub Materi : Teknik-teknik dasar smash dalam permainan bola voli.

1. Teknik dasar smash dalam permainan bola voli..
2. Teknik dasar dasar smash dalam permainan bola voli. menggunakan Media bola gantung.
3. Bermain bola voli dengan peraturan yang baik dan benar.

E. Sumber belajar

1. Buku guru dan buku peserta didik Penjasorkes SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay .
2. Lapangan, Bola, tali/karet ban, Peluit

F. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : Ceramah, Diskusi dan Modifikasi.

Pendekatan : Scientific

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

Model Pembelajaran	Rincian Kegiatan	Alokasi Waktu
	Pembukaan (15 menit) Orientasi Guru : <ol style="list-style-type: none">a) Memberikan intruksi kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa di awal pembelajaranb) Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YMEc) Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. Apersepsi	

	<p>a. Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya</p> <p>b. Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan</p> <p>Motivasi</p> <p>a. Guru menampilkan gambar terkait materi yang diajarkan berupa tampilan video yang menarik</p> <p>b. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari hari</p> <p>c. Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung</p> <p>d. Mengajukan pertanyaan.</p> <p>Pemberian Acuan</p> <p>a. Memberitahukan materi pelajaran teknik dasar yang akan dibahas pada pertemuan</p> <p>b. Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung.</p> <p>c. Pembagian kelompok belajar.</p>	
Orientasi peserta didik	<p>Inti (70 menit)</p> <p>Mengamati</p> <p>c. Guru menjelaskan materi tentang permainan bola voli</p> <p>d. Guru menjelaskan tentang materi teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli</p> <p>e. Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan pada topik materi keterampilan teknik dasar smash dalam permainan bola voli. Peserta didik juga di arahkan untuk memperhatikan keterampilan teknik dasar smash dalam permainan bola voli menggunakan Media Bola Gantung melalui gambar serta melakukan peragaan dalam kelas.</p> <p>f. Guru memberikan penjelasan materi</p> <p>Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membagikan LKPD 2. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi keterampilan teknik dasar smash permainan bola voli 3. Peserta didik mengajukan pertanyaan mengenai keterampilan teknik dasar smash dalam permainan 	

	<p>bola voli menggunakan Media Bola Gantung yang belum dipahami.</p> <p>4. Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan dari rekannya</p>	
	<p>Penutup (10 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang 2. Guru mengajak peserta didik melakukan pendinginan 3. Guru mengajak peserta didik berdoa dan mengucapkan salam untuk mengakhiri pembelajaran 	

Pertemuan Kedua (Siklus I)

Materi : permainan bsepakbola.

Sub Materi : Teknik dasar permainan bola voli.

- a. Teknik dasar smash menggunakan Media Bola Gantung pada permainan bola voli.
- b. Bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi.

A. Sumber belajar

1. Buku guru dan buku peserta didik Penjasorkes SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay.
2. Bola, Lapangan, tali/ karet ban, pluit.

B. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : Demontrasi, Modifikasi.

Pendekatan : Scientific

C. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

Model Pembelajaran	Rincian Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Pembukaan (15 menit)</p> <p>Orientasi</p> <p>Guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan siswa menjadi 2 bersahap 2. Memberikan intruksi kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa di awal pembelajaran 3. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME 4. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. 5. Guru memastikan keadaan peserta didiknya dalam keadaan sehat 6. Kemudian presensi / berhitung satu persatu. <p>Apersepsi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya b. Pemanasan c. Guru melakukan demonstrasi terhadap teknik dasar permainan bola voli <p>Pemberian Acuan</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Memberitahukan materi pelajaran bola voli yang akan dibahas pada pertemuan b. Memberikan contoh teknik dasar smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli 	
Orientasi peserta didik	<p>Inti (60 menit)</p> <p>Mengamati</p>	

	<p>c. Peserta didik mengamati demonstrasi yang diberikan oleh guru tentang teknik dasar smash dalam permainan bola voli. Tujuannya adalah agar peserta didik mendapat gambaran kembali materi yang telah diajarkan guru.</p> <p>d. Peserta didik melakukan atau mempraktikan teknik dasar smash Menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli sesuai dengan materi yang diajarkan oleh guru.</p> <p>e. Guru memperhatikan teknik yang dilakukan oleh peserta didik</p> <p>f. Guru memperbaiki kesalahan yang dilakukan oleh peserta didik dalam melakukan teknik dasar smash permainan bola voli</p> <p>g. Guru mencatat kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh siswa untuk memperbaiki pada siklus kedua</p>	
	<p style="text-align: center;">Penutup (15 menit)</p> <p>a. Melakukan pendinginan dengan penguluran dan pelemasan pelemasan otot – otot yang setelah digunakan.</p> <p>b. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang</p> <p>c. Memberikan evaluasi.</p> <p>d. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya</p>	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(SIKLUS I1)

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Kelas/ Semester	: VIIIB
Materi Pokok	: Permainan bola voli
Alokasi Waktu	: (2 x 45 menit)

B Kompetensi Inti

5. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
6. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
7. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
8. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah kongkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

H. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	2.4. Memahami teknik dasar smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli	2.4.1. Menjelaskan tentang teknik dasar smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli 2.4.2. Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang teknik smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli
2	2.5. Menganalisis keterampilan teknik dasar smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli	2.5.1. Menganalisis teknik smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli 2.5.2. Menguraikan seluruh teknik smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli
3	2.6. Memperhatikan keterampilan gerak teknik smash menggunakan Media Bola Gantung dalam permainan bola voli untuk menghasilkan koordinasi gerakan yang baik.	2.6.1. Mempraktekkan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli Memperbaiki gerakan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli

I. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran peserta didik diharapkan untuk :

1. Peserta didik dapat memahami teknik dasar smash permainan bola voli
2. Siswa dapat melakukan gerakan teknik dasar smash dalam permainan bola voli
3. Siswa dapat melakukan teknik dasar smash menggunakan media dalam permainan bola voli secara berkelompok dengan benar
4. Siswa dapat bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi dengan benar

J. Materi Pembelajaran

Pertemuan pertama (Siklus II)

Materi : bola voli

Sub Materi : teknik dasar smash menggunakan media bola gantung permainan bola voli.

1. Teknik dasar smash dalam permainan bola voli.
2. Latihan melakukan gerakan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli.
3. Bermain bola voli dengan peraturan yang baik dan benar

K. Sumber belajar

1. Buku guru dan buku peserta didik Penjasorkes Smak Citra Bangsa.
2. Lapangan, bola, Peluit, kerujut/cuns

L. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : Ceramah, Diskusi dan Modifikasi.

Pendekatan : Scientific

M. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

Model Pembelajaran	Rincian Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Pembukaan (15 menit)</p> <p>Orientasi</p> <p>Guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan intruksi kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa di awal pembelajaran 2. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME 3. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. <p>Apersepsi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya 2. Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan <p>Motivasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menampilkan gambar terkait materi yang diajarkan berupa tampilan video yang menarik 2. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari hari 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung. 4. Mengajukan pertanyaan. <p>Pemberian Acuan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberitahukan materi pelajaran teknik dasar yang akan dibahas pada pertemuan 2. Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung 3. Pembagian kelompok belajar 	
Orientasi peserta didik	<p>Inti 60 menit)</p> <p>Mengamati</p>	

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan materi tentang permainan bola voli 2. Guru menjelaskan tentang materi teknik dasar smash dalam permainan bola voli 3. Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan pada topik materi keterampilan teknik dasar smash dalam permainan bola voli. Peserta didik juga diarahkan untuk memperhatikan keterampilan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli melalui gambar serta melakukan peragaan dalam kelas 4. Guru memberikan penjelasan materi <p>Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membagikan LKPD 2. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi keterampilan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli 3. Peserta didik mengajukan pertanyaan mengenai keterampilan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli yang belum dipahami 4. Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan dari rekannya 	
	<p>Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang 2. Guru mengajak peserta didik melakukan pendinginan 3. Guru mengajak peserta didik berdoa dan mengucapkan salam untuk mengakhiri pembelajaran 	

Pertemuan Kedua (Siklus II)

Materi : permainan bola voli

Sub Materi : Teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli.

- a. Teknik dasar smash dalam Permainan bola voli.

Latihan melakukan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli.

- b. Bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi.

D. Sumber belajar

- 3. Buku guru dan buku peserta didik Penjasorkes Smak Citra Bangsa.
- 4. Bola, Lapangan, kerujut/cuns, pluit/lifrik.

E. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : Demontrasi, Modifikasi.

Pendekatan : Scientific

F. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

Model Pembelajaran	Rincian Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Pembukaan (15 menit)</p> <p>Orientasi</p> <p>Guru :</p> <ul style="list-style-type: none">1. Guru membariskan siswa menjadi 2 bershaft2. Memberikan intruksi kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa di awal pembelajaran3. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME4. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin.5. Guru memastikan keadaan peserta didiknya dalam keadaan sehat6. Kemudian presensi/berhitung satu persatu. <p>Apersepsi</p> <ul style="list-style-type: none">1. Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi, tema, kegiatan sebelumnya	

	<p>2. Guru melakukan demonstrasi terhadap teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli</p> <p>Pemberian Acuan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberitahukan materi pelajaran bola voli yang akan dibahas pada pertemuan 2. Memberikan contoh teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli 	
Orientasi peserta didik	<p>Inti (60 menit)</p> <p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mengamati demonstrasi yang diberikan oleh guru tentang teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli. Tujuanya adalah agar peserta didik mendapat gambaran kembali materi yang telah diajarkan guru 2. Peserta didik melakukan atau mempraktikan teknik dasar smash dalam permainan bola voli sesuai dengan materi yang diajarkan oleh guru. 3. Guru memperhatikan teknik yang dilakukan oleh peserta didik 4. Guru memperbaiki kesalahan yang dilakukan oleh peserta didik dalam melakukan teknik dasar smash menggunakan media bola gantung dalam permainan bola voli 5. Guru mencatat kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh siswa untuk memperbaiki pada siklus kedua 	
	<p>Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pendinginan dengan penguluran dan pelemasan pelemasan otot-otot yang setelah digunakan. 2. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang. 3. Memberikan evaluasi. 4. Guru menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya. 	

A. Lembar pengamatan melakukan teknik dasar smash bola voli

No	Fokus yang diamati	Cek (✓)				
		1	2	3	4	5
1.	Posisi tubuh					
2	Cara memukul (smash)					
3	Teknik langkah kaki					
4	posisi tangan					
5	arah pandangan mata					
6	posisi kaki					
7	Saat melakukan praktik teknik dasar bola voli.					
8	Cara melakukan sikap akhir					

Keterangan lembar pengamatan:

Sangat Baik	5
Baik	4
Cukup	3
Kurang	2
Sangat Kurang	1

Petunjuk pengisian kesimpulan:

Rentang skor	Kategori	Diskripsi
1	Sangat kurang	Melihat hasil pengamatan
2	Kurang	Melihat hasil pengamatan
3	Cukup	Melihat hasil pengamatan
4	Baik	Melihat hasil pengamatan
5	Sangat baik	Melihat hasil pengamatan

Lampiran 6. Foto kegiatan penilitian

Gambar 1. Berdoa sebelum pembelaran



Gambar 2. Pemanasan



Gambar 3. Pembelajaran sebelum masuk pratikum



Gambar 4. tahapan awalan



Gambar 5. Tahapan melompat



Gambar 6. tahapan perkenaan bola



Gambar 7. Tahapan mendarat



Lampiran 7 Wawancara Guru Penjas

Nama Guru Penjas : Yerimias Linna Linjung,S.Pd

Umur : 29 Tahun

Nama Sekolah : SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah yang disiapkan bapak sebelum proses kegiatan pembelajaran penjas?	
2	Bagaimana partisipasi siswa dalam proses kegiatan pembelajaran teknik smash menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli??	
3	Dari sumber mana saja bapak mendapatkan materi dasar tentang teknik dasar smash menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli?	

4	Apakah ada kendala siswa dalam melakukan latihan teknik smash?	
5	Apa solusi bapak dalam menghadapi kendala tersebut?	
6	Apa manfaat dari kegiatan pembelajaran Teknik Smash Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Media Bola Gantung di SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay?	
7	Bagaimana cara bapak menutup pembelajaran?	
8	Bagaimana cara bapak memberikan evaluasi setelah kegiatan pembelajaran teknik smash menggunakan media bola gantung menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli?	

Lampiran 8 Wawancara siswa kelas VIIIB

Nama sekolah : SMP Negeri 1 Umbu Ratu Nggay

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Bagaimana perasaan adik-adik setelah belajar teknik smash menggunakan media bola gantung menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli ?	
2	Hal apa yang menarik kegiatan pembelajaran teknik smash bola voli menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli?	
3	Kendala apa yang dialami adik-adik selama mengikuti kegiatan pembelajaran teknik smash bola voli menggunakan media bola gantung pada permainan bola voli?	

4	solusi yang di pakai saat menghadapi kendala mengikuti pembelajaran teknik smash?	
5	Model latihan apakah yang diterapkan di SMPN 1 Umbu Ratu Nggay ?	