

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki peserta didik, baik dari aspek pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Dalam sistem pendidikan nasional, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peranan penting dalam membentuk perkembangan peserta didik secara menyeluruh melalui aktivitas fisik dan olahraga. PJOK tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga mengembangkan kemampuan motorik, kerja sama, disiplin, tanggung jawab, serta sportivitas peserta didik.

Menurut Rusli Lutan (2001), pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas fisik yang bertujuan mengembangkan kemampuan organik, neuromuskular, intelektual, emosional, dan sosial peserta didik. Pendapat tersebut diperkuat oleh Agus Mahendra (2017) yang menyatakan bahwa PJOK merupakan sarana pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh. Dengan demikian, pembelajaran PJOK harus mampu memberikan pengalaman belajar yang aktif, efektif, dan menyenangkan sehingga siswa dapat berkembang secara optimal.

Salah satu materi yang diajarkan dalam pembelajaran PJOK (SMP) adalah permainan bola voli. Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu yang sangat populer dan banyak diminati siswa karena mengandung unsur kerja sama, ketangkasan, dan strategi permainan.

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang sangat populer di kalangan pelajar di Indonesia. Popularitas ini tidak hanya dilandasi oleh kemudahan dalam penyelenggaraan permainan, tetapi juga karena permainan ini mampu membentuk kerja sama tim, strategi permainan, serta mengembangkan keterampilan motorik halus dan kasar siswa. Dalam konteks kurikulum olahraga di tingkat sekolah menengah pertama, bola voli menjadi salah satu materi pembelajaran wajib yang diajarkan dengan tujuan membentuk karakter sportif, keterampilan teknik, dan kesiapan fisik peserta didik. Hal ini sejalan dengan fokus kajian dalam jurusan Ilmu Keolahragaan yang tidak hanya menekankan pada penguasaan aspek teknis olahraga, tetapi juga menelaah secara ilmiah bagaimana proses latihan, pengembangan fisik, serta psikologi olahraga dapat diintegrasikan ke dalam sistem pembelajaran yang efektif dan aplikatif. Melalui pendekatan keolahragaan, evaluasi kemampuan gerak, kekuatan otot, serta efektivitas metode latihan seperti push-up dalam menunjang teknik dasar seperti passing atas dapat dianalisis secara lebih mendalam untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan performa siswa. Kondisi fisik merupakan aspek fundamental yang sangat memengaruhi kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan passing atas dalam

permainan bola voli. Passing atas tidak hanya mengandalkan teknik dan koordinasi, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kekuatan otot lengan dan bahu, daya tahan otot, serta stabilitas tubuh bagian atas yang baik. Lemahnya kondisi fisik, terutama pada otot ekstremitas atas, menyebabkan rendahnya daya dorong dan akurasi dalam melakukan passing, yang berujung pada rendahnya kualitas permainan secara keseluruhan. Latihan fisik seperti push-up terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan otot lengan dan bahu yang menjadi penopang utama dalam teknik passing atas (Ginanjar et al., 2022) dan (Kurniawan & Syakib, 2022).

Menurut Muhajir (2016), permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dan dipisahkan oleh net dengan tujuan menjatuhkan bola ke daerah lawan untuk memperoleh poin. Dalam permainan bola voli, setiap pemain dituntut memiliki kemampuan teknik dasar yang baik agar permainan dapat berlangsung dengan efektif.

Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing bawah, passing atas, smash, dan blocking. Seluruh teknik dasar tersebut memiliki fungsi dan peranan masing-masing dalam permainan. Namun, passing atas merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting karena digunakan untuk mengontrol bola dan memberikan umpan kepada teman satu tim dalam membangun serangan. Passing atas menjadi dasar utama dalam penyusunan pola permainan sehingga kemampuan passing atas yang baik sangat diperlukan oleh setiap pemain.

Menurut Barbara L. Viera dan Bonnie Jill Ferguson (2004), passing atas adalah teknik memainkan bola menggunakan jari-jari tangan di atas kepala dengan tujuan memberikan umpan secara tepat kepada rekan satu tim. Teknik passing atas membutuhkan koordinasi gerak tubuh, ketepatan posisi tangan, kekuatan jari tangan, keseimbangan tubuh, dan konsentrasi yang baik. Selain itu, Nuril Ahmadi (2007) menyatakan bahwa passing atas merupakan teknik dasar yang sangat menentukan keberhasilan dalam menyusun serangan karena kualitas umpan yang baik akan mempermudah pelaksanaan smash.

Meskipun passing atas memiliki peranan penting dalam permainan bola voli, kenyataannya masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik tersebut. Kesalahan yang sering terjadi antara lain posisi tangan yang belum benar, jari-jari tangan kurang terbuka saat menyentuh bola, arah pantulan bola tidak terkontrol, serta koordinasi gerakan kaki dan tangan yang belum maksimal. Selain itu, sebagian siswa masih merasa takut atau kurang percaya diri saat melakukan passing atas sehingga gerakan yang dilakukan menjadi kurang tepat. Kondisi tersebut menyebabkan keterampilan passing atas siswa masih rendah dan tujuan pembelajaran bola voli belum tercapai secara optimal.

Permasalahan tersebut juga ditemukan pada peserta didik di UPTD SMPN 6 Kupang Tengah. dalam proses pembelajaran PJOK, terlihat bahwa sebagian besar siswa belum mampu melakukan passing atas dengan baik dan benar. Banyak siswa masih mengalami kesalahan dalam sikap

awal, pelaksanaan, maupun sikap akhir saat melakukan passing atas. Pada sikap awal, posisi badan dan tangan siswa masih belum tepat sehingga bola sulit dikontrol. Pada saat pelaksanaan, siswa cenderung menggunakan telapak tangan saat mendorong bola sehingga arah bola tidak terarah. Sedangkan pada sikap akhir, gerakan lanjutan masih kurang sempurna sehingga bola tidak sampai kepada teman satu tim dengan baik.

Selain faktor teknik, rendahnya keterampilan passing atas siswa juga dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang digunakan guru. Dalam pelaksanaan pembelajaran, metode yang digunakan masih cenderung bersifat konvensional atau berpusat pada guru (*teacher centered*). Guru lebih banyak memberikan penjelasan dan demonstrasi, sedangkan siswa hanya mengikuti instruksi tanpa adanya keterlibatan aktif dalam mengamati maupun mengevaluasi gerakan. Akibatnya, siswa menjadi kurang aktif, cepat merasa bosan, dan sulit memahami kesalahan teknik yang dilakukan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan metode pembelajaran yang lebih efektif dan mampu melibatkan siswa secara aktif dalam proses belajar.

Salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah metode resiprokal. Metode resiprokal merupakan salah satu gaya mengajar dalam pendidikan jasmani yang menekankan pembelajaran secara berpasangan, dimana siswa saling bekerja sama untuk melakukan, mengamati, dan memberikan umpan balik terhadap gerakan yang dilakukan temannya. Metode ini memberikan

kesempatan kepada siswa untuk belajar secara aktif melalui proses pengamatan dan evaluasi gerakan.

Menurut Muska Mosston dan Sara Ashworth (2008), metode resiprokal adalah gaya mengajar yang melibatkan dua siswa, dimana satu siswa bertindak sebagai pelaku dan siswa lainnya bertindak sebagai pengamat yang memberikan umpan balik berdasarkan kriteria yang telah ditentukan guru. Melalui metode ini, siswa tidak hanya belajar melakukan gerakan, tetapi juga belajar mengamati, mengevaluasi, dan memperbaiki kesalahan gerakan secara langsung.

Penggunaan metode resiprokal dalam pembelajaran PJOK dinilai efektif karena mampu meningkatkan keaktifan siswa, kerja sama, komunikasi, dan tanggung jawab dalam belajar. Selain itu siswa dapat memperoleh koreksi langsung dari teman sebaya sehingga lebih mudah memahami kesalahan teknik yang dilakukan. Dalam pembelajaran passing atas bola voli, metode resiprokal memungkinkan siswa saling memberikan masukan mengenai posisi tangan, gerakan kaki, dan arah bola sehingga keterampilan passing atas dapat meningkat secara bertahap.

Hal tersebut didukung oleh penelitian Arsil (2020) yang menyatakan bahwa metode resiprokal efektif meningkatkan hasil belajar keterampilan olahraga karena siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran dan memperoleh umpan balik secara langsung. Selain itu, penelitian Winarno (2021) menunjukkan bahwa penerapan metode resiprokal memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar bola voli

siswa SMP karena siswa menjadi lebih aktif, percaya diri, dan mudah memahami teknik gerakan yang benar.

Masalah umum yang sering dijumpai bahwa kemampuan peserta didik dalam melakukan teknik passing atas masih rendah pada saat proses pembelajaran berlangsung. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti pada siswa kelas IX SMP Negeri 6 Kupang Tengah ditemukan bahwa dari siswa 24 orang yang tuntas 14 orang sedangkan yang tidak tuntas 10 orang. Dari hasil tersebut jumlah rata-rata nilai yang diperoleh siswa adalah 40 dan jumlah presentasi yang tuntas 58% sedangkan yang tidak tuntas 41%. Hal ini menyebabkan tujuan pembelajaran belum tercapai secara optimal peserta didik mengalami kesulitan dalam teknik dasar passing atas. Berdasarkan permasalahan yang terjadi, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul **"PENGUNAAN METODE RESIPROKAL DALAM MENINGKATKAN PASSING ATAS PADA PEMBELAJARAN BOLA VOLI DI UPTD SMP NEGERI 6 KUPANG TENGAH SATU ATAP"**

B. Identifikasi Masalah

1. Kurangnya ketrampilan teknik dasar passing atas dalam meningkatkan pembelajaran bola voli
2. Kurangnya penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada pembelajaran bola voli di UPTD SMP Negeri 6 Kupang Tengah
3. Kurangnya umpan balik antar siswa dalam proses pembelajaran passing atas

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, masalah penelitian pada penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada permainan bola voli di UPTD SMP N 6 Kupang Tengah

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu: Bagaimana penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada permainan bola voli di UPTD SMP N 6 Kupang Tengah?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada pembelajaran bola voli di UPTD SMP Negeri 6 Kupang Tengah.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat diantaranya sebagai berikut:

a. Bagi Guru

Membawah wawasan guru bagaiman penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada pembelajaran bola voli disiswa/i di UPTD SMP Negeri 6 Kupang Tengah

b. Bagi Peneliti

Memberi motivasi untuk lebih banyak belajar dan tahu, bertambahnya pengetahuan, dan pengalaman. Berguna bagi peneliti sendiri dan orang yang membaca.

c. Bagi Lembaga

Untuk menambah referensi bagi lembaga dalam penggunaan metode resiprokal dalam meningkatkan passing atas pada pembelajaran bola voli di siswa/i UPTD SMP Negeri 6 Kupang Tengah.