

**PENERAPAN LATIHAN SERVIS LANGSUNG UNTUK MENINGKATKAN
KETETAPAN SERVIS BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 3 MANISLOR KABUPATEN KUNINGAN**

Oleh :
Jaja Subagja, S.Pd
SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan

ABSTRAK

Berdasarkan pengamatan dilapangan ketepatan servis bawah kurang memuaskan terbukti dengan kurang tepatnya mengarahkan servis ke lapangan lawan, servis keluar lapangan atau mudah diterima oleh lawan karena tujuan langsung pada lawan tanpa harus ada perpindahan arah dan lawan yang dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2012/2013 kurang memuaskan, hal ini menjadi masalah dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya di lingkungan SD Negeri 3 Manislor Kecamatan Jalaksana Kabupaten Kuningan.

Hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada akhir pembelajaran penjas pada siklus 1 memperoleh nilai tertinggi sebesar 24, nilai terendah sebesar 17 dan memperoleh rata-rata 19,67. Hal ini membuktikan bahwa hasil ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan masih rendah dengan jarak variable 15-23, artinya penerapan latihan servis langsung belum berhasil meningkatkan ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan.

Pada siklus kedua, data hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada akhir pembelajaran penjas pada siklus 2 memperoleh nilai tertinggi sebesar 42, nilai terendah sebesar 35 dan memperoleh rata-rata sebesar 38,523. Hal ini membuktikan bahwa dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan termasuk kategori tertinggi dengan jarak interval 33-42, artinya penerapan latihan servis langsung dapat meningkatkan ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan.

Kata Kunci : *Latihan Servis Langsung, Ketetapan Servis Bawah, Permainan Bola Voli*

LATAR BELAKANG

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olah raga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di klub-klub, kantor-kantor, desa-desa, maupun

sekolah-sekolah. Hal ini disebabkan karena permainan bola voli peralatannya yang sederhana serta mendatangkan kesenangan bagi yang bermain.

Berdasarkan pengamatan di lapangan ketepatan servis bawah kurang memuaskan

terbukti dengan kurang tepatnya mengarahkan servis ke lapangan lawan, servis keluar lapangan atau mudah diterima oleh lawan karena tujuan langsung pada lawan tanpa harus ada perpindahan arah dan lawan yang dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2012/2013 kurang memuaskan, hal ini menjadi masalah dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya di lingkungan SD Negeri 3 Manislor Kecamatan Jalaksana Kabupaten Kuningan.

Latihan servis langsung dapat meningkatkan kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu untuk dibutuhkan dalam melakukan teknik servis bawah.

Berdasarkan urian tersebut di atas maka penulis sangat tertarik untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul sebagai berikut : **“Penerapan latihan servis langsung untuk meningkatkan ketepatan servis bahwa dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan”**.

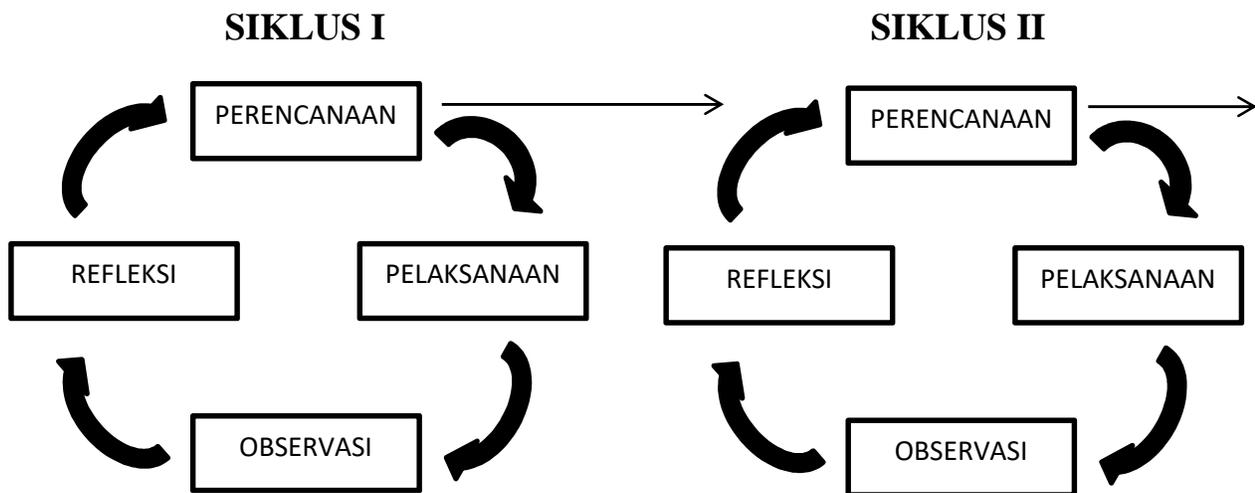
Supaya penelitian ini dapat terlaksana dengan baik, maka peneliti merancang tahapan kegiatan penelitian sebagai berikut

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian Tindakan Kelas merupakan suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan rasional dan tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas memperdalam pemahaman terhadap tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktik pembelajaran tersebut dilakukan.

Lokasi penelitian ini yaitu dilaksanakan ditempat peneliti bertugas yaitu di SD Negeri 3 Manislor Kecamatan Jalaksana Kabupaten Kuningan, dengan objek penelitian yang diambil adalah siswa kelas V tahun ajaran 2013/2014 sebanyak 22 siswa.

Adapun waktu pelaksanaannya dimulai dari tanggal 18 November 2013 sampai tanggal 25 November 2013.



Adapun deskripsi dari beberapa tahapan diatas yaitu:

1. Perencanaan

Rencana perbaikan pembelajaran siklus I dijadikan pedoman dalam pelaksanaan perbaikan pembelajaran siklus I di kelas. Rencana perbaikan pembelajaran siklus 2 dijadikan pedoman dalam pelaksanaan perbaikan pembelajaran siklus 2 di kelas. Kemudian di refleksi dan dianalisis untuk mengetahui dan ditetapkan kegagalan dan keberhasilan proses pembelajaran di kelas. Kegagalan yang ditemui dicari solusi pemecahan masalahnya dan

ditarik kesimpulan dari siklus tersebut.

2. Pelaksanaan

Adapun pelaksanaan yang dilakukan adalah kegiatan penerapan latihan melakukan teknik servis bawah secara langsung dalam permainan bola Volli. Pelaksanaan pembelajaran dilakukan secara langsung di luar kelas. Adapun prosedur pelaksanaan kegiatan pembelajaran langsung ini terdiri dari:

-) Persiapan
-) Pelaksanaan Latihan
-) Tes Ketepatan

3. Pengamatan (Observasi)

Pengamatan/ observasi dilakukan pada saat siswa sedang melaksanakan kegiatan latihan langsung. Kegiatan yang diamati terdiri atas aktivitas siswa dalam melakukan teknik analisis gerakan servis bawah dalam permainan bola voli dan tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli.

4. Refleksi

Refleksi meliputi kegiatan pembahasan hasil pengamatan yaitu

aktivitas siswa dalam melakukan teknik servis bawah dalam permainan bola voli dan latihan menggunakan latihan servis secara langsung serta menganalisis hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli.

Jika pada hasil refleksi belum mencapai nilai yang diharapkan maka dapat dilakukan perencanaan tindakan selanjutnya, demikian seterusnya hingga siswa memperoleh hasil yang optimal.

HASIL PENELITIAN

Berikut ini dipaparkan hasil perolehan aktivitas guru mengajar mata pelajaran penjas dan aktivitas siswa dalam melakukan latihan servis langsung. Data yang peroleh diambil dari hasil observasi tim kolaborator, adapun hasilnya dapat terlihat pada table berikut:

Tabel 1.1
Hasil Observasi Aktivitas Guru pada Pembelajaran Penjas

No	Pernyataan	Siklus 1	Siklus II
1.	Mengelola proses pembelajaran di luar kelas	61 %	88%
2.	Melaksanakan kegiatan perbaikan pembelajaran	67 %	76%
3.	Mengelola interaksi edukatif	69 %	82%
4.	Bersikap terbuka dan luwes serta membantu mengembangkan sikap positif siswa terhadap belajar	67%	85%
5.	Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam perbaikan pembelajaran mata pelajaran tertentu	67%	81%
6.	Melaksanakan penilaian proses dan hasil belajar	72%	77%
7.	Kesan umum pelaksanaan pembelajaran	71%	83%
Rata-rata		68%	82%

Berdasarkan tabel di atas terlihat peningkatan aktifitas guru menjadi lebih baik. Siklus pertama aktivitas guru mencapai 68% dan termasuk pada kategori Cukup Baik. Sedangkan pada siklus kedua aktivitas guru meningkat sebesar 14% sehingga mencapai 82%. Hal ini karena guru terus melakukan perubahan dan perbaikan dalam

melatih ketepatan melakukan servis secara langsung.

Kemudian setelah dilakukan latihan ketepatan servis maka, dilakukan pengetesan. Adapun hasil observasi pengetesan siswa dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 1.2
Hasil Tes Ketepatan Servis Bawah
SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan

No	Siswa	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
1.	X1	19	36	17
2.	X2	17	35	18
3.	X3	21	39	18
4.	X4	17	40	23
5.	X5	24	42	18
6.	X6	18	40	22
7.	X7	17	35	18
8.	X8	19	36	17
9.	X9	17	37	20
10.	X10	24	42	18
11.	X11	18	39	21
12.	X12	18	37	19
13.	X13	17	40	23
14.	X14	24	41	17
15.	X15	20	39	19
16.	X16	21	37	16
17.	X17	21	38	17
18.	X18	19	36	17
19.	X19	17	35	18
20.	X20	19	36	17
21.	X21	17	37	20
22.	X22	24	40	16
Nilai Tertinggi		24	42	$\bar{X} = 1,5$
Nilai Terendah		17	35	
Jumlah		19,333	38,250	

Dari tabel di atas mengenai hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli diperoleh hasil pada siklus pertama dengan jarak interval 15-23, nilai tertinggi sebesar 24, nilai terendah sebesar 17 dan memperoleh rata-rata sebesar 19,67. Sedangkan pada siklus kedua dengan jarak interval 33-42 diperoleh nilai tertinggi

PEMBAHASAN

Hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada akhir pembelajaran penjas pada siklus 1 memperoleh nilai tertinggi sebesar 24, nilai terendah sebesar 17 dan memperoleh rata-rata 19,67. Hal ini membuktikan bahwa hasil ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan masih rendah dengan jarak variable 15-23, artinya penerapan latihan servis langsung belum berhasil meningkatkan ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan.

KESIMPULAN Berdasarkan pembahasan tentang pelaksanaan perbaikan pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Siklus 1 dan Siklus 2) tersebut di atas, maka penulis

sebesar 42, nilai terendah sebesar 35 dan memperoleh rata-rata sebesar 38,523. Hal ini membuktikan bahwa hasil ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan mengalami peningkatan yang signifikan.

Pada siklus kedua, data hasil tes ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada akhir pembelajaran penjas pada siklus 2 memperoleh nilai tertinggi sebesar 42, nilai terendah sebesar 35 dan memperoleh rata-rata sebesar 38,523. Hal ini membuktikan bahwa dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan termasuk kategori tertinggi dengan jarak interval 33-42, artinya penerapan latihan servis langsung dapat meningkatkan ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan.

menarik kesimpulan yaitu : Penerapan latihan servis langsung dapat meningkatkan ketepatan servis bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 3 Manislor Kabupaten Kuningan.

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono. 2005. *Manusia dan Olahraga*, Bandung : Istitut Teknologi Bandung.
- Herman. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta Rineka Cipta.
- Juari. 2010. *Olahraga dan Kesehatan untuk Siswa SD Kelas VI*. Jakarta. Pusat Perbukuan.
- Nuryaman, Yamin. 2003. *Teknik Permainan Bola Voli*. Jakarta; Pustaka Setia.
- Sajoto. 2005. *Teknik Permainan Bola Voli*. Semarang : FIK UNNES
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Permada Media Group.
- Setiawan, 2005. *Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Surabaya : Kartika.
- Suharno. HP. 2005. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta
- Syarifudin. 2007. *Permainan Bola Besar*. Bandung : Rineka Cipta.
- Yunus. 2002. *Permainan Bola Besar*. Jakarta : Pustaka Setia.