

BAB II

KEMAMPUAN *SMASH* TERHADAP METODE *DRILL*

A. Deskripsi Teori

1. Permainan Bola voli

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga Bola voli dinaungi FIVB (Federation Internationale de Volleyball) sebagai induk organisasi Internasional, sedangkan di Indonesia di naungi oleh PBVSI (Persatuan Bola voli Seluruh Indonesia). Munasifah (2008), menjelaskan bahwa bola voli adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu, yang masing-masing terdiri atas enam orang. Bola dimainkan di udara dengan melewati net, setiap regu hanya bisa memainkan bola tiga kali pukulan.

Sedangkan Wahyuni, Dkk. (2010) mengungkapkan, bola voli merupakan salah satu jenis permainan bola besar. Permainan bola voli dilakukan oleh dua regu. Setiap regu terdiri atas enam pemain. Dalam permainan bola voli, setiap regu saling memantulkan bola yang melewati atas net atau jaring. Setiap regu berusaha mematikan gerakan lawan sehingga tidak mampu mengembalikan bola dari pukulan atau pantulan bola dari lawan.

Permainan bola voli menurut PP. PBVSI (2005: 1) “bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh kedua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net”. Bola voli menjadi olahraga permainan yang mendunia yang banyak di sukai dari berbagai kalangan, baik kalangan remaja, dewasa maupun orang tua. Menurut Barbara dan Bonnie (2004: 2) “bola voli dimainkan oleh 2 tim di mana tiap tim beranggotakan dua sampai 6 orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net”. Permainan bola voli ditingkat satuan pendidikan, terutama ditingkat

sekolah menengah, menjadi salah satu olahraga permainan yang banyak digemari dan dipertandingkan ditingkat satuan pendidikan.

Permainan bola voli terdapat empat peran penting yaitu *set-upper*, *spiker*, *libero* dan *defender*. *Set-upper* atau pengumpan bola adalah orang yang bertugas mengumpankan kepada rekan-rekannya dan mengatur serangan. *Spiker* bertugas memukul bola agar jatuh di daerah lawan. *Libero* adalah pemain bertahan yang bisa bebas keluar masuk tetapi tidak boleh melakukan *smash* keseberang net. *Defender* merupakan pemain bertahan untuk menerima serangan dari lawan. Yang sering dilupakan orang dalam permainan bola voli bahwa selain kondisi fisik yang bagus. Kemampuan membaca permainan yang penting, terutama *set-upper* yang harus mengatur dan mensiasati jalannya pertandingan pada saat menyerang maupun bertahan. Koordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh, seseorang dikatakan mempunyai koordinasi baik bila mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Kemampuan *smash* didukung oleh koordinasi gerak tubuh dengan gerakan lengan yang didukung oleh kekuatan otot lengan dan lecutan pergelangan tangan. Untuk meraih prestasi tersebut dibutuhkan keseriusan dari atlet. Semua itu tidak mungkin tercapai apabila tidak dikombinasikan dengan latihan yang serius dan sungguh-sungguh sehingga mendapatkan *skill* yang diinginkan yaitu *skill* dalam permainan bola voli.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah suatu permainan beregu yang setiap regunya terdiri dari enam orang yang saling memantulkan bola diatas net, dan berusaha untuk mencari poin dengan cara mematikan gerakan atau pukulan lawan sehingga lawan tidak bisa mengembalikan bola ke lapangan regu sendiri.

2. Sejarah Bola Voli

Pada tahun 1895, bola voli sudah diperkenalkan oleh Williem G. Morgan, tokoh pendidik jasmani pada Young Men Christian Association (YMCA), di kota Holyoke, Masschusets, Amerika Serikat sebagai olahraga rekreasi di ruangan.

William G. Morgan menciptakan permainan di udara dengan cara pukul-memukul, melewati jaring yang dibentangkan dengan lapangan sama luasnya. Bola yang pertama kali dipergunakan adalah bola basket sedangkan net yang digunakan adalah net olahraga tenis.

Nama bola voli yang pertama kali diciptakan oleh William G. Morgan adalah Mintonette. Dr.A.T.Halsted dari Spring Field, setelah melihat permainan mintonette memvolley bola berganti-ganti, maka ia menyarankan dengan nama Volleyball.

Bola voli pada masa itu hanya dimainkan oleh anggota YMCA dan tempat W.G. Morgan bekerja. Sementara anggota gymnasium lebih senang bermain bola basket dan hand ball (bola tangan). Karena olahraga bola voli dapat menggembirakan orang banyak, akhirnya ditiru di kota-kota daerah Masschusets, seperti England dan Spring Field.

Akhirnya bola voli berkembang sangat pesat diseluruh Amerika. Pada tahun 1922, YMCA pertama kali menyelenggarakan pertandingan nasional dengan gemilang. Sejak itu di Amerika Serikat setiap tahun diadakan pertandingan nasional bola voli sampai tahun 1947 dan presiden pertama organisasi bola voli Amerika adalah Dr. Goerge J. Fisher dari New York yang dibentuk pada tahun 1929.

Tournamen bolavoli pertama tahun 1947 di Polandia pesertanya cukup banyak, maka pada tahun 1984 I.V.B.F (International Volley Ball Federation) beranggotakan 15 negara. Indonesia mengenal permainan bolavoli sejak tahun 1928 pada penjajahan Belanda. Guru-guru pendidikan jasmani didatangkan dari

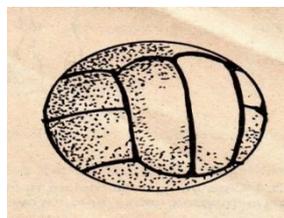
negeri Belanda untuk mengembangkan prestasi olahraga bolavoli di Indonesia.

Permainan bolavoli di Indonesia berkembang pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul di klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia. Tanggal 22 Januari 1955 P.B.V.S.I (Persatuan Bola Volley Seluruh Indonesia) didirikan di Jakarta dengan kejuaraan nasional yang pertama. Pertandingan bolavoli masuk secara resmi dalam PON II di Jakarta dan POM I di Yogyakarta. Setelah tahun 1962 klub-klub di tanah air banyak, khususnya permainan bolavoli. Bolavoli menduduki peringkat ketiga di Indonesia, untuk peringkat I dan II yaitu : sepak bola dan bulutangkis. (Suharno, 1984: 4).

Peralatan dan lapangan bola voli :

a) Bola

Bola tersebut memiliki keliling lingkaran 65 hingga 67 cm, dengan berat 260 hingga 280 gram. Tekanan udara: 0.40 – 0.45 kg/cm² (392 – 444 mbar)

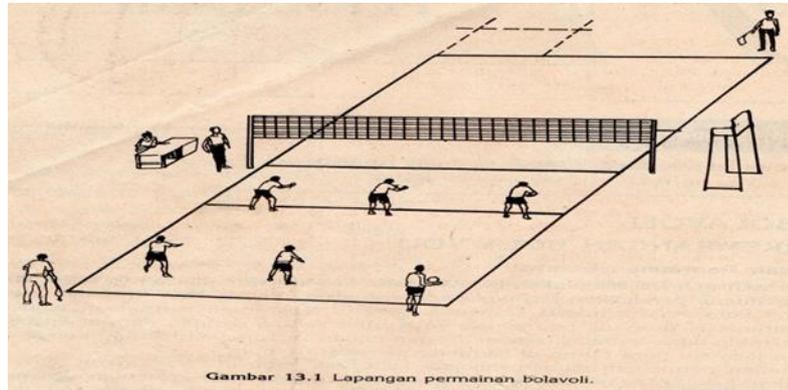


Gambar 2.1 Bola Voli

Sumber: Muhajir, (1997: 28)

b) Lapangan Bola voli

Ukuran lapangan bola voli yang umum adalah 9 meter x 18 meter. Ukuran tinggi net putra 2,43 meter dan untuk net putri 2,24 meter. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring). Garis tepi lapangan adalah 5 cm.



Gambar 13.1 Lapangan permainan bolavoli.

Gambar 2.2 Lapangan Bola voli.

Sumber: Muhajir, (1997: 29)

3. Dasar Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli merupakan olahraga tim yang dimainkan oleh 2 tim yang masing - masing terdiri dari enam pemain pada setiap lapangan yang dipisahkan oleh net, pada lapangan yang berukuran 18 x 9 meter. Tujuan permainan bolavoli adalah melewatkan bola melalui atas net agar bola dapat jatuh menyentuh lantai di daerah permainan lawan dan mencegah dengan upaya agar bola yang sama (dilewatkan) tidak menyentuh lantai dalam lapangan sendiri. (George Bulman, 1992: 11).

Barbara L Viera dan Ferguson B.J (2004 : 2) mengemukakan bahwa “Bola voli di-mainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net”. Pada umumnya bolavoli merupakan permainan tim atau regu, namun sekarang permainan bolavoli dibagi menjadi dua macam, yaitu permainan bolavoli pantai yang hanya

beranggotakan dua orang dan permainan bolavoli indoor yang beranggotakan enam orang.

Hakekat permainan bolavoli ialah menyeberangkan bola melewati atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan 3 pantulan untuk mengembalikan bola diluar perkenaan blok dan setiap orang hanya satu kali sentuhan dengan bola. (Dewan Wasit PBVSI, 2001).

Nuril Ahmadi (2007: 20) ”permainan bolavoli merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benarbenar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli”. Intinya permainan bolavoli adalah menyeberangkan bola di atas net agar dapat jatuh di dalam lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari regu lawan, sehingga dapat menghasilkan poin.

4. Prinsip Dasar Permainan Bola Voli

Bola voli merupakan permainan beregu yang terdiri atas enam orang pemain pada masing-masing regu. Tujuan permainan bola voli adalah pemain mengirimkan bola melewati net dan jatuh di dalam batas lapangan lawan. Sampai lawan tidak mampu mengembalikan bola atau mencegah agar jangan sampai jatuh ke tanah.

Permainan bola voli merupakan permainan beregu menggunakan bola besar yang dimainkan olah dua regu saling berhadapan, masing-masing regu enam orang. Setiap regu diperbolehkan memainkan bola di daerah pertahanannya sebanyakbanyaknya tiga kali pukulan (Nanang Sudrajat dan Rumawi Irawan, 2004: 49).

Menurut Sodikin Chandra (2010: 15), bola voli merupakan permainan beregu bola besar. Bola voli di mainkan oleh dua regu, tiap regu ada enam pemain. Permainan ini memerlukan koordinasi dan

kerja sama tim. Disamping itu, penguasaan teknik-teknik dasar permainan harus matang. Dengan demikian dapat melakukan gerakangerakan variasi dan kombinasi dari teknik-teknik dasar.

Bola voli merupakan permainan beregu bola besar. Bola voli dimainkan oleh dua regu, setiap regu ada enam pemain. Permainan ini memerlukan koordinasi dan kerjasama tim. Di samping itu, penguasaan teknik-teknik dasar permainan harus matang. Dengan demikian dapat melakukan gerakan-gerakan variasi dan kombinasi dari teknik-teknik dasar. Teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola voli, diantaranya servis, passing, smash, dan block.

Untuk mendapatkan kemenangan, setiap regu harus mengumpulkan poin 25. Jika kedudukanimbang pada poin 24- 24, terjadi *deuce*. *Deuce* yaitu mencari selisih nilai 2. Sehingga setiap regu dapat dinyatakan menang jika antara regu yang satu dengan regu yang lain memperoleh poin selisih dua angka. Sistem pertandingan bola voli saat ini menggunakan sistem rally poin. Sistem rally poin adalah jika satu regu melakukan kesalahan akan menambah nilai bagi regu lawan.

5. Teknik Dasar Bola voli

Sama halnya dengan permainan yang lain, permainan bolavoli ini juga merupakan salah satu jenis permainan yang sangat membutuhkan skill yang tinggi. Skill yang dimaksud disini adalah kualitas penguasaan teknik-teknik yang terdapat dalam bolavoli, baik tehnik menyerang maupun tehnik bertahan. Penguasaan keterampilan teknik dasar sangat mempengaruhi dalam permainan bola voli, seperti pernyataan dari Yudasmara (2014) bahwa teknik dasar permainan bola voli merupakan faktor yang penting dalam memainkan permainan bola voli ,tanpa penguasaan teknik dasar yang baik maka permainan bola voli tidak berjalan dengan sempurna.

Teknik dasar permainan bola voli memang penting untuk dikuasai oleh setiap pemain, agar para pemain dapat bermain bola voli

dengan baik. Pada teknik dasar permainan bola voli ada 4 macam teknik dasar, menurut Winarno, dkk.(2013) teknik dasar permainan bola voli adalah passing, smash, service, dan block. Hal yang menjadi perbedaan dalam penguasaan permainan bola voli adalah tingkatan kemampuan dari setiap pemain.

Dalam mempertinggi kecakapan bermain bolavoli, teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dipelajari terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

Permainan bola voli sudah sejak lama dikenal dan sudah sangat familiar bagi masyarakat Indonesia karena olahraga ini cukup mudah untuk dimainkan. Hanya saja mungkin tidak semua orang mengetahui cara bermain voli termasuk teknik dasar permainan bola voli yang benar. Pada umumnya mereka bermain hanya sekedar untuk mengisi waktu dan biasanya dimainkan dengan jumlah pemain terbatas, baik antar teman atau keluarga. Namun bagi mereka yang ingin menjadi pemain voli profesional tentu diperlukan belajar banyak hal dalam olahraga ini termasuk belajar teknik-teknik dasar voli seperti servis, smash, passing dan block bola.

Olahraga bola voli sebenarnya termasuk salah satu olahraga populer dan sudah dikenal luas oleh masyarakat dunia. Olahraga ini disukai semua kalangan mulai dari masyarakat biasa sampai masyarakat kelas menengah dan atas. Pertama kali olahraga ini dimainkan pada tahun 1895 dan penemunya adalah seorang pelatih pendidikan jasmani bernama William G. Morgan. Pada umumnya bola voli banyak dimainkan antar lembaga pendidikan seperti sekolah dan kampus, club atau juga antar kelompok masyarakat seperti antar RT,

Desa atau Kecamatan. Cuma pada umumnya mereka yang bermain sekedar untuk mengisi waktu tidak banyak mengetahui teknik-teknik dasar permainan bola voli, namun demikian biasanya mereka sudah bisa bermain dengan baik.

Bagi calon pemain profesional teknik permainan tentu sangat diperlukan, karena pada umumnya mereka harus berhadapan dengan pemain-pemain dari group atau club yang memang sudah dibekali dengan dasar-dasar pengetahuan bermain voli yang baik dan benar. Yunus (1992: 68) menyatakan dalam permainan bola voli terdapat 5 teknik dasar yang harus di kuasai meliputi, *servis*, *passing* bawah, *passing* atas (*set-up*), *smash (spike)*, bendungan (*block*).

Berikut ini teknik dasar bermain bola voli :

a) *Servis*

Teknik dasar bola voli yang pertama adalah *servis*. Dalam permainan bola voli *servis* merupakan pukulan pertama pada bola untuk memulai permainan. *Servis* juga dapat menjadi kesempatan pemain untuk memasukkan bola ke daerah lawan. Jika bola tersebut masuk dan tidak bisa dikembalikan oleh pihak lawan maka akan mendapatkan poin.

Secara sederhana, teknik *servis* pada bolavoli adalah pemain berdiri di belakang garis belakang lapangan, melemparkan bola ke udara, kemudian memukul bola tersebut ke arah lapangan atau area lawan. Meskipun terdengar sederhana, namun pada pelaksanaan teknik ini juga ada beberapa hal yang harus menjadi perhatian.

Tujuan melakukan *servis* adalah semaksimal mungkin mengarahkan dan menjatuhkan bola pada area lawan yang kosong atau terlihat lemah, atau mengarahkan bola ke area lawan dengan keras dan kecepatan yang tinggi, sehingga tim lawan tidak mampu menahan atau mengendalikannya, dan diharapkan bola tersebut akan keluar lapangan setelah tersentuh pemain lawan. Maka untuk memaksimalkan hasil dari *servis* tersebut, seorang pemain yang

melakukan servis tentunya harus mampu mengatur arah dan kecepatan bola, sehingga tim lawan akan kesulitan untuk menerima, menahan, maupun mengendalikan servis tersebut. Seiring dengan perjalanannya yang terus exis di dunia olahraga, saat ini tehnik servis juga telah mengalami banyak perkembangan.

Menurut peraturan, *servis* tidak saja diartikan sebagai suatu tindakan memukul bola dari dalam daerah servis. Tapi dijelaskan pula bahwa tindakan ini harus dilakukan oleh pemain yang berhak melakukan *servis*, serta adanya ketentuan bahwa, tindakan ini harus dilakukan dengan menggunakan satu tangan atau lengan. Sedangkan tujuannya adalah menjadikan bola dalam permainan.

Servis terdiri dari beberapa macam yaitu:

1) *Underhand serve* (*servis* bawah)

Servis bawah adalah *servis* yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar (Widhiasto et al., 2020).

2) *Overhead serve* (*servis* atas)

Servis atas adalah pukulan yang dilakukan dengan cara melemparkan bola ke atas kemudian dipukul di atas kepala dan melewati net jatuh di daerah lawan. Lebih gampangnya *servis* atas adalah bentuk pukulan awal dengan perkenaan bola di atas kepala seorang pemain.

3) *Floating serve* (*servis* atas melayang)

Sesuai dengan pendapat M. Yunus (1992:69) bahwa *floating service* adalah jenis *servis* dimana jalannya bola dari hasil pukulan *servis* itu tidak mengandung putaran. Hasil dari *servis floating* adalah bola berjalan mengapung dan mengambang.

4) *Jump Serv* (*servis* lompat)

Menurut M. Yunus (1992 : 71) *jump service* adalah teknik *servis* yang dilakukan dengan melompat seperti gerakan

smash. Hasil pukulan ini akan menghasilkan pukulan top spin. *Jump service* merupakan teknik servis baru yang perlu dilatihkan dan dapat digunakan untuk memulai serangan dalam permainan bolavoli.

b) *Passing*

Passing dalam permainan bola voli adalah mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan (Amung Ma'mun dan Toto Subroto, 2001: 58). *Passing* merupakan kunci utama dalam menyusun serangan. Tanpa *passing* yang baik dan benar tidak mungkin bisa melakukan serangan yang bagus pula. *Passing* dalam permainan bola voli terdiri dari 2 macam yaitu:

1) *Passing* bawah

Passing bawah adalah mengambil bola yang berada dibawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari siku sampai pergelangan tangan yang dirapatkan) baik untuk dioperkan kepada kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui atas jaring (Nuril Ahmadi 2007: 23). *Passing* bawah merupakan salah satu jenis *passing* yang paling sering dilakukan dalam permainan bola voli.

2) *Passing* atas

Passing atas adalah jenis *passing* yang dilakukan dimana bola diumpan dari depan atas kepala (Herdiana, 2008: 37). Dalam melakukan *passing* atas perlu konsentrasi yang tinggi dan perkenaan yang bagus dengan jari-jari tangan. Pemain yang sering melakukan *passing* atas biasanya disebut toser atau pengumpan.

c) *Smash*

Smash adalah teknik dasar serangan dalam permainan bola voli. *Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas kebawah 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. Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik *smash* antara lain *Quick*, *open*, *semi*, *double step*, *step L* dan masih banyak yang lainnya. (Nuril Ahmadi, 2017: 31).

Smash adalah suatu pukulan di mana tangan melakukan kontak dengan bola penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, oleh karena itu permainan bola voli merupakan permainan yang cepat maka teknik menyerang lebih dominan dibandingkan teknik bertahan (Nuril Ahmadi, 2007: 32).

Apabila persiapan yang dilakukan kurang baik juga akan berpengaruh kepada prestasi. Diantara aspek di atas yang merupakan faktor utama adalah kondisi fisik. Menurut (Syafurudin, 2011:16) menyatakan demi memperbaiki suatu prestasi tidak terlepas dari latihan, istirahat, gizi, dukungan dari pihak lain sehingga latihan yang dilakukan lebih bermakna dan bermanfaat.

Smash merupakan perpaduan gerakan yang tidak dapat dipisahkan. Kerjasama antar otot antara lain otot lengan, otot perut, otot tungkai, otot pinggul, otot bahu, dan kelentukkan tolok sangat mempengaruhi keberhasilan dalam melakukan *smash*.

Smash adalah suatu pukulan yang dilakukan dengan keras dan tajam dengan jalannya bola menghujam ke lapangan lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi 1992: 191). *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 lawan. Suharno (1984: 16), membagi *smash* menjadi 3 bagian:

- 1) Menurut arah bola : (a). *Smash* silang (*cross spike*), (b). *Smash* lurus (*straight spike*).
- 2) Menurut macam set-up : (a). *Open smash* (*normal smash*), (b). *Semi Smash*, (c). *Quick smash* (*poll*), (d). *Push smash* (e). *Pool straight smash*.
- 3) Menurut kurva bola : (a). *Drive smash* (b). *Top spin Smash*, (c). *Lob smash*.
- 4) Menurut awalan : (a). Tanpa awalan, (b). Dengan awalan, (c). Dengan satu kaki, (d). Dengan dua kaki.

Dieter Beutelstahl (1986: 23) membagi tahap melakukan *smash* menjadi 4 tahap, yaitu:

- 1) Tahap pertama : *Run up* (lari menghampiri).
- 2) Tahap kedua : *Take of* (lepas landas).
- 3) Tahap ketiga : *Hit* (memukul bola saat melayang di udara).
- 4) Tahap keempat : *Landing* (mendarat).

d) *Block*

Nuril Ahmadi (2007: 30) mengatakan, *Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun persentase keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena arah bola *smash* yang akan di *block*, dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan.

Menurut Aip Syarifudin dan Muhadi (1992: 193) *block* merupakan tindakan dalam usaha untuk menahan serangan lawan pada saat bola tepat melewati atas jaring, dengan mempergunakan

satu atau dua tangan yang dilakukan oleh seorang pemain atau oleh dua orang atau oleh tiga orang pemain secara bersama-sama dari pihak yang mempertahankan. Tujuan *block* adalah menutupi sebanyak mungkin lapangan permainan kita dari penyerang. Oleh karena itu, semakin lebar *block* semakin kecil daerah yang tersisa yang harus dijaga oleh pemain bertahan (Barbara L Viera dan Ferguson B.J. 2004: 121).

Menang kalah suatu pertandingan voli sesungguhnya tergantung pada baik tidaknya basic skill pemain itu sendiri. Terutama dalam kemampuan mengeblock. Setiap "pertahanan" juga tergantung dari jenis dan posisi block yang di mainkan. Jadi pada setiap pemain atau tim harus melatih block dengan tekun dan teliti, tidak tergantung dari tingkatan pemain itu sendiri. Semua tingkat kelas dari junior (pemula), yunior maupun senior, harus tetap dilatih block dengan baik.

Dalam teknik *blocking* perlu konsentrasi yang tinggi dan keterampilan yang bagus, karena pada saat *blocking* harus melihat bola dari arah mana *smasher* akan memukul dan menempatkan bola. Dalam teknik *blocking* ada beberapa macam antara lain *single block*, *double block* *triple block*. Semua teknik *blocking* harus dikuasai karena dalam melakukan *block* yang baik akan menghasilkan poin untuk tim dengan membendung *smash* lawan.

6. Kemampuan *Smash* dalam Bola voli

Smash adalah suatu pukulan dimana tangan melakukan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi (Nuril Ahmadi, 2007:32).

Menurut Nuril Ahmadi (2007:33) pada saat melakukan *smash* ada beberapa tahapan yang harus dilakukan diantaranya sebagai berikut:

a) Awalan

Berdiri dengan sikap siap normal dengan jarak 3 sampai 4 meter dari net. Pada saat akan mengadakan langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil di tempat.

b) Tolakan

Melangkah kecil ke depan, kemudian menumpu dengan kedua kaki disertai dengan gerakan merendahkan badan dengan cara menekuk lutut. Kedua lengan sudah berada di samping-belakang badan diikuti dengan tolakan kaki ke atas secara eksplosif dan dibantu dengan ayunan kedua lengan dari arah belakang ke depan-atas.

c) Sikap Perkenaan

Pada saat melayang bila bola telah berada di atas-depan dan dalam jangkauan tangan, maka segeralah tangan kanan dipukulkan ke bola secepat-cepatnya. Perkenaan tangan adalah pada telapak tangan dengan suatu gerakan lecutan, baik dari lengan maupun tangan. Hasil pukulan akan lebih sempurna lagi apabila lecutan tangan dan lengan juga diikuti gerakan membungkuk dan tegak. Dalam hal ini, gerakan lecutan tangan, lengan, dan posisi tegak merupakan satu kesatuan gerakan yang harmonis dan eksplosif.

d) Sikap Akhir

Setelah bola berhasil dipukul, maka *smasher* segera mendarat kembali di tanah. Mendarat di tanah harus dilakukan dengan menggunakan dua kaki untuk diteruskan dengan mengambil sikap siap normal.

Adapun dalam pelaksanaan *smash* bola voli, siswa banyak melakukan kesalahan diantaranya: posisi badan yang tidak benar, perkenaan tangan dengan bola, dan ayunan lengan saat melakukan servis masih terdapat kesalahan. Kurang tepatnya guru dalam menerapkan gaya mengajar dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani serta faktor internal dari dalam diri siswa pada saat melakukan teknik

dasar dalam *smash* bola voli diantaranya minat belajar siswa. Kurangnya perhatian dan bimbingan guru akan mengakibatkan pola gerakan yang salah dan teknik *smash* tidak dikuasai dengan baik. Sering dijumpai para guru enggan melakukan pembelajaran dengan metode yang tepat. Pada waktu pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, biasanya anak disuruh langsung bermain bola voli. Anak-anak dibiarkan bermain dengan sendirinya tanpa memperhatikan teknik-teknik bermain bola voli yang benar. Sedangkan guru santai berteduh di bawah pohon memerhatikan mereka atau bahkan tidak memerhatikan sama sekali. Keadaan semacam ini akan mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak akan tercapai.

B. Metode Drill

Sebelum mendefinisikan tentang metode *Drill*, ada baiknya terlebih dahulu mengetahui tentang metode mengajar. Metode mengajar adalah cara guru memberikan pelajaran dan cara murid menerima pelajaran pada waktu pelajaran berlangsung, baik dalam bentuk memberitahukan atau membangkitkan. Dengan metode pembelajaran yang tepat diharapkan tumbuh berbagai kegiatan belajar siswa, dengan kata lain terciptalah interaksi pembelajaran yang baik antara guru dengan siswa. Dalam interaksi ini guru berperan sebagai penggerak atau pembimbing, sedangkan siswa berperan sebagai penerima atau yang dibimbing. Proses interaksi ini akan berjalan dengan baik jika siswa lebih aktif dibandingkan dengan gurunya. Oleh karena itu metode mengajar yang baik adalah metode yang dapat menumbuhkan kegiatan belajar siswa dan sesuai dengan materi pembelajaran.

Dari uraian definisi metode mengajar, dapat disimpulkan bahwa metode mengajar adalah suatu cara mengajar siswa melakukan kegiatan kegiatan latihan, agar siswa memiliki ketangkasan atau ketrampilan yang lebih tinggi dari apa yang dipelajari. Metode latihan yang disebut juga dengan metode training yaitu merupakan suatu cara kebiasaan tertentu.

Juga sarana untuk memelihara kebiasaan yang baik. Selain itu, metode ini juga dapat digunakan untuk ketangkasan, ketepatan, kesempatan dan ketrampilan. Metode dalam olahraga ialah cara melakukan gerak dengan runtut yang telah dipikirkan efektivitasnya untuk menguasai sasaran latihan gerak secara otomatis dan benar (Suharno, 1981: 1).

Menurut Saiful Sagala (2003:217) mengatakan bahwa metode *Drill* merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan tertentu, secara untuk memperoleh suatu ketangkasan, ketepatan, kesempatan, dan keterampilan. Metode *Drill* pada dasarnya merupakan metode pembelajaran yang berorientasi pada guru dan sangat sesuai digunakan apabila tujuan belajarnya agar siswa menguasai keterampilan gerak tertentu yang sudah pasti atau sudah baku (Sugiono, dkk, 1998:431).

Menurut Suharno (1980: 2) prinsip yang perlu diperhatikan dalam penggunaan metode *Drill* (metode latihan siap) adalah : (a). Tujuan gerakan otomatis harus tegas serta ada kaitannya dengan maksud dan arti dalam rangka mencapai ketangkasan bolavoli. (b). Latihan-latihan pertama-tama ditekankan kepada diagnose. (c). Ketepatan gerak kemudian dicapai kecepatan dan akhirnya kedua-duanya harus dicapai. (d). Latihan yang teratur, sistematis dan terus menerus sepanjang masa latihan. (e). Latihan-latihan harus menarik perhatian, menyenangkan agar efektif dan efisien. (f). Pada waktu latihan perlu penyesuaian dengan perbedaan individual dan memilih masalah mana dulu yang diprioritaskan.

(Nana Sudjana, 1991). Metode *Drill* adalah suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang dipelajari. Metode *Drill* adalah suatu kegiatan melakukan hal yang sama, berulang-ulang secara sungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat suatu asosiasi atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi bersifat permanen.

Sugiyanto (1998: 372) mengatakan bahwa hal yang perlu dipertimbangkan apabila menggunakan metode *Drill* yaitu:

- 1) *Drill* digunakan sampai gerakan yang benar bisa dilakukan secara otomatis atau menjadi terbiasa, serta menekankan pada keadaan tertentu gerakan itu harus dilakukan.
- 2) Siswa diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya.
- 3) Selama pelaksanaan *Drill* perlu selalu mengoreksi agar perhatian tetap tertuju pada kebenaran gerak.
- 4) Pelaksanaan *Drill* disesuaikan dengan bagian-bagian dari situasi permainan olahraga yang sebenarnya. Hal ini bisa menimbulkan daya tarik dalam latihan.
- 5) Perlu dilakukan latihan peralihan dari situasi *Drill* ke situasi permainan yang sebenarnya.
- 6) Suasana kompetitif perlu diciptakan dalam pelaksanaan *Drill*, tetapi tetap ada kontrol kebenaran gerakannya.

Metode *Drill* merupakan metode pembelajaran yang menekankan pada penguasaan teknik suatu cabang olahraga yang dalam pelaksanaannya dilakukan secara berulang-ulang, (Sugiyanto, 1993: 371) menyatakan, dalam metode *Drill* siswa melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan guru dan melakukannya secara berulang-ulang. Latihan berulang-ulang gerakan ini dimaksudkan agar terjadi otomatisasi gerakan. Oleh karena itu, dalam metode *Drill* perlu disusun tata urutan pembelajaran yang baik agar siswa terlibat aktif, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

Drill merupakan kesatuan yang teratur dalam latihan. Setiap *Drill* seharusnya dapat mempertinggi sasaran dari beberapa bentuk latihan. Lebih lanjut, *Drill* bisa menghasilkan kemajuan jadi setiap pemberian *Drill* berkelanjutan dengan yang berikutnya. Kuncinya adalah mengidentifikasi dan mengutamakan masalah yang ada. Dimana akan memperoleh manfaat yang maksimal dengan mengidentifikasi kebutuhan dengan lebih spesifik. Dengan mengutamakan pokok latihan akan membuat tim menjadi lebih bersaing.

Keaktifan siswa melakukan tugas ajar sangat dituntut dalam metode konvensional. Kelangsungan proses latihan pada tahap berikutnya ialah penguasaan teknik yang ideal. Hal ini tergantung pada inisiatif dan *self-activity* dari pihak siswa itu sendiri. Sedangkan guru bertugas mengarahkan penguasaan gerak, melakukan koreksi dan evaluasi setiap terjadi kesalahan teknik adalah penting terhindar dari pola gerakan yang salah dari teknik yang dipelajari. Seperti dikemukakan Sugiyanto (1993: 372) bahwa, setiap pelaksanaan *Drill* perlu selalu mengoreksi agar perhatian tertuju pada kebenaran gerak.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa metode *Drill* adalah latihan dengan praktek yang dilakukan berulang kali secara kontinyu untuk mendapatkan keterampilan dan ketangkasan praktis tentang pengetahuan yang dipelajari. Dari segi pelaksanaannya siswa terlebih dahulu telah dibekali dengan pengetahuan secara teori. Kemudian dengan tetap dibimbing oleh guru, siswa diminta mempraktikkannya sehingga menjadi mahir dan terampil.

1. Penerapan Metode *Drill* dalam Pembelajaran

Ciri yang khas dari metode ini adalah kegiatan berupa pengulangan yang berkali-kali dari suatu hal yang sama. Bentuk-bentuk metode *Drill* dapat direalisasikan dalam berbagai bentuk teknik, antara lain teknik Inquiry (kerja kelompok), Discovery (penemuan), Micro Teaching, Modul Belajar, dan Belajar Mandiri (Nana Sudjana, 1991).

Penerapan metode *Drill* dalam pembelajaran hendaknya memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut:

- 1) Sebelum diadakan latihan tertentu, terlebih dahulu siswa harus diberi pengertian yang mendalam.
- 2) Latihan untuk pertama kalinya hendaknya bersikap diagnostik: Pada taraf permulaan jangan diharapkan reproduksi yang sempurna.
 - a) Dalam percobaan kembali harus diteliti kesulitan yang timbul.
 - b) Respon yang benar harus diperkuat.

- c) Baru kemudian diadakan variasi, perkembangan arti dan kontrol
- 3) Masa latihan secara relatif singkat, tetapi harus sering dilakukan.
- 4) Pada waktu latihan harus dilakukan proses essensial.
- 5) Di dalam latihan yang pertama-tama adalah ketepatan, kecepatan dan pada akhirnya kedua-duanya harus dapat tercapai sebagai kesatuan.
- 6) Latihan harus memiliki arti dalam rangka tingkah laku yang lebih luas
 - a) Sebelum melaksanakan, siswa perlu mengetahui terlebih dahulu arti latihan itu.
 - b) Siswa perlu menyadari bahwa latihan-latihan itu berguna untuk kehidupan selanjutnya.
 - c) Siswa perlu mempunyai sikap bahwa latihan-latihan itu diperlukan untuk melengkapi belajar.

2. Tujuan Penggunaan Metode *Drill*

Tujuan penggunaan metode *Drill* adalah agar siswa:

- 1) Memiliki kemampuan motoris/gerak, seperti menghafalkan katakata, menulis, mempergunakan alat.
- 2) Mengembangkan kecakapan intelek, seperti mengalikan, membagi, menjumlahkan.
- 3) Memiliki kemampuan menghubungkan antara sesuatu keadaan dengan yang lain.

3. Kelebihan Metode *Drill*

Metode *Drill* memiliki kelebihan sebagai berikut:

- a) Mengkokohkan daya ingatan murid, karena seluruh pikiran, perasaan, kemauan dikonsentrasikan pada pelajaran yang dilatihkan.
- b) Siswa dapat menggunakan daya fikirnya dengan baik, dengan pengajaran yang baik, maka siswa menjadi lebih teliti.
- c) Adanya pengawasan, bimbingan dan koreksi yang segera serta langsung dari guru.

- d) Siswa akan memperoleh ketangkasan dan kemahiran dalam melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dipelajarinya.
- e) Guru bisa lebih mudah mengontrol dan dapat membedakan mana siswa yang disiplin dan yang tidak.
- f) Pemanfaatan kebiasaan yang tidak memerlukan konsentrasi yang tinggi dalam pelaksanaannya serta dapat membentuk kebiasaan yang baik.
- g) Pengertian siswa lebih luas melalui latihan berulang-ulang.

Dengan adanya berbagai kelebihan dari penggunaan metode *Drill* ini maka diharapkan bahwa latihan dapat bermanfaat bagi siswa untuk menguasai materi. Serta dapat menumbuhkan pemahaman untuk melengkapi penguasaan pelajaran yang diterima secara teori dan praktek.

4. Kekurangan Metode *Drill*

Kekurangan dari metode *Drill* sebagai berikut:

- a) Menghambat bakat dan inisiatif siswa
Mengajar dengan metode *Drill* berarti minat dan inisiatif siswa dianggap sebagai gangguan dalam belajar atau dianggap tidak layak dan kemudian dikesampingkan. Para siswa dibawa kepada keformalitas dan diarahkan menjadi uniformitas.
- b) Menimbulkan penyesuaian secara statis kepada lingkungan
Perkembangan inisiatif di dalam menghadapi situasi baru atau masalah baru pelajar menyelesaikan persoalan dengan cara statis. Hal ini bertentangan dengan prinsip belajar di mana siswa seharusnya mengorganisasi kembali pengetahuan dan pengalaman sesuai dengan situasi yang mereka hadapi.
- c) Membentuk kebiasaan yang kaku
Dengan metode latihan siswa belajar secara mekanis. Dalam memberikan respon terhadap suatu stimulus siswa dibiasakan secara otomatis. Kecakapan siswa dalam memberikan respon

stimulus dilakukan secara otomatis tanpa menggunakan intelegensi. Tidaklah itu irrasional, hanya berdasarkan rutin saja.

d) Menimbulkan verbalisme

Setelah mengajarkan bahan pelajaran siswa berulang kali, guru mengadakan ulangan lebih-lebih jika menghadapi ujian. Siswa dilatih menghafal pertanyaan-pertanyaan. Mereka harus tahu, dan menghafal jawaban-jawaban atau pertanyaan-pertanyaan tertentu.

5. Langkah-Langkah Metode *Drill*

- 1) Gunakanlah latihan ini hanya untuk pelajaran atau tindakan yang dilakukan secara otomatis, ialah yang dilakukan siswa tanpa menggunakan pemikiran dan pertimbangan yang mendalam. Tetapi dapat dilakukan dengan cepat seperti gerak refleks saja, seperti: menghafal, menghitung, lari, dan sebagainya.
- 2) Guru harus memilih latihan yang mempunyai arti luas ialah yang dapat menanamkan pengertian pemahaman akan makna dan tujuan latihan sebelum mereka melakukan.
- 3) Di dalam latihan pendahuluan instruktur harus lebih menekankan pada diagnosa, karena latihan permulaan itu kita belum bisa mengharapakan siswa dapat menghasilkan ketrampilan yang sempurna.
- 4) Pada latihan berikutnya guru perlu meneliti kesukaran atau hambatan yang timbul dan dialami siswa, sehingga dapat memilih/menentukan latihan mana yang perlu diperbaiki.
- 5) Kalau perlu guru mengadakan variasi latihan dengan mengubah situasi dan kondisi latihan, sehingga timbul response yang berbeda untuk peningkatan dan penyempurnaan kecakapan atau ketrampilannya.

- 6) Instruktur perlu memperhatikan perbedaan individual siswa. Sehingga kemampuan dan kebutuhan siswa masing-masing tersalurkan/dikembangkan. Maka dalam pelaksanaan latihan guru perlu mengawasi dan memperhatikan latihan perseorangan.

C. Kajian yang Relevan

1. Pengaruh Metode Latihan *Drill* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Smash* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP Negeri 4 Gamping Sleman (Joko Seko Santoso, 2011). Hasil penelitian Joko Seko Santoso tahun 2011 dengan jumlah 21 anak, tanpa kelompok pembanding. Hasil penelitian menunjukkan : ada pengaruh metode latihan *Drill* terhadap peningkatan kemampuan *smash* bawah, hipotesis menunjukkan nilai t hitung (3,33) > t tabel (2,080), dan nilai p (0,003) < dari 0,05. Peningkatan presentasi kemampuan teknik *smash* bawah sebesar 18,61 %.
2. Pengaruh Metode *Drill* Terhadap Peningkatan Ketepatan *Servis* Melayang Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas X SMA Negeri I Boliyohuto (Syafrudin Lahay, 2013). Dari penelitian ini didapat kesimpulan bahwa $t_{hitung} = 2,772$ nilai t_{tabel} pada $\alpha = 0,05$; $dk = n - 1$ (20-1=19) diperoleh harga sebesar 2,086. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dari t_{daftar} ($t_{hitung} = 2,772 > t_{daftar} = 2,086$).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode, Bentuk dan Rancangan Penelitian

1. Metode Penelitian

Metode adalah cara untuk melakukan sesuatu secara sadar atau cara berpikir yang spesifik dengan menggabungkan cara berpikir deduktif (dari umum ke khusus) dan cara berpikir induktif (dari hal-hal khusus ke umum). Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan. Ciri penting dari penelitian tindakan adalah bahwa penelitian tersebut merupakan suatu upaya untuk memecahkan masalah sekaligus mencari dukungan ilmiahnya. Arikunto, S (2010:145). Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang efisien dan efektif pada situasi yang alamiah. Kristiyanto, A (2010:32) PTK adalah;

“Suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan yang dilakukannya, serta memperbaiki kondisi dimana praktek pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi untuk setiap siklus”.

Penelitian Tindakan Kelas ini adalah untuk mengukur sejauh mana upaya peningkatan kemampuan teknik dasar *smash* dalam permainan bola voli melalui metode *Drill* pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 11 Pontianak.

2. Bentuk Penelitian

Bentuk penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas “*Classroom Action Research*”. Suharsimi (2006: 96) menjelaskan “Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) adalah penelitian yang di lakukan oleh guru di kelas atau disekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praksis pembelajaran”. Suharsimi (2006: 96-97) mengatakan, penelitian tindakan bukan hanya mengetes sebuah perlakuan, tetapi terlebih dahulu

peneliti sudah mempunyai keyakinan akan ampuhnya suatu perlakuan, selanjutnya dalam penelitian tindakan ini peneliti langsung mencoba menerapkan perlakuan tersebut dengan hati-hati seraya mengikuti proses serta dampak perlakuan dimaksud. Dengan demikian penelitian tindakan ini dapat dipandang sebagai tindak lanjut dari penelitian *deskriptif*. Jadi penelitian yang dilakukan ini merupakan jenis tindak lanjut penelitian *deskriptif*.

Sebagai kelanjutan penelitian *deskriptif* karena tujuan dari penelitian tindakan adalah mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencobakan sesuatu, lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut. Merupakan kelanjutan karena sudah diketahui dampak perlakuan, peneliti melanjutkan dengan berpikir tentang perlakuan yang lebih baik. Perlakuan tersebut dicermati lagi untuk mengetahui dampaknya, kemudian peneliti berfikir tentang perlakuan yang lebih baik, dan sebagainya.

Pemilihan bentuk penelitian ini didasarkan pada pertimbangan tertentu antara lain disesuaikan dengan masalah, tujuan dan jenis variasi gejala atau ruang lingkup yang hendak diteliti. Penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengukur sejauh mana peran guru dalam pembelajaran *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan metode *Drill*, indikator adalah meningkatnya hasil belajar siswa, dengan kata lain untuk melihat efektif tidaknya sebuah proses pembelajaran.

3. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian bisa diartikan suatu proses analisis dan pengumpulan data penelitian. Menurut Sanjaya, W (2013: 64) “Rancangan dalam penelitian tindakan kelas merupakan keputusan yang diambil oleh peneliti untuk menentukan masalah penelitian dan tindakan yang diambil untuk memecahkan masalah”. Pada dasarnya rancangan penelitian merupakan rencana yang menjelaskan setiap prosedur penelitian mulai dari tujuan penelitian sampai dengan analisis data.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan penelitian tindakan kelas menurut Elfanany (2013:52) adalah sebagai berikut.

- 1) Membuat rencana pembelajaran beserta skenario tindakan yang akan dilaksanakan.
- 2) Merumuskan tujuan instruksional umum dan khusus.
- 3) Merumuskan indikator keberhasilan.
- 4) Memilih media pembelajaran.
- 5) Memilih metode penelitian.
- 6) Mempersiapkan alat ukur.
- 7) Memperjelas skenario pembelajaran.

Penelitian ini merupakan proses yang dilakukan secara bertahap, yakni dari perencanaan dan perancangan penelitian, menentukan fokus penelitian, waktu penelitian, pengumpulan data, analisis, dan penyajian hasil penelitian. Penelitian hasil penelitian ini dilakukan secara deskriptif atau melalui uraian-uraian yang menggambarkan dan menjelaskan subjek penelitian. Pendekatan dalam penelitian ini mengikuti langkah-langkah kerja penelitian kualitatif.

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan rancangan penelitian yang diawali dengan tindakan pendahuluan kemudian dilanjutkan perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian dilakukan sebanyak 2 siklus. Hasil evaluasi pada siklus I yang masih belum tuntas, selanjutnya dilakukan perbaikan pada siklus II. Refleksi siklus I dilakukan untuk menentukan langkah-langkah perbaikan pada siklus II.



Gambar 3.1 Siklus PTK Model Kemmis & Mc Taggart
 Sumber: Kristianto. A, (2010:19)

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian atau responden adalah orang yang diminta untuk memberikan keterangan tentang suatu fakta atau pendapat orang yang diamati sebagai sasaran penelitian. Adapun yang menjadi subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas VIII D SMP Negeri 11 Pontianak Tahun Pelajaran 2021/2022 yang berjumlah 32 orang. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah sebagaimana yang terlihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1
Distribusi Subjek Penelitian

No	Kelas	Populasi Siswa		
		Laki-laki	Perempuan	Total
1	VIII D	13	19	32
Jumlah				32

Sum
ber:
TU

SMP Negeri 11 Pontianak

C. Setting Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di kelas VIII D SMP Negeri 11 Pontianak yang beralamat di JL. Ahmad Marzuki Pontianak Selatan Provinsi Kalimantan Barat dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.

D. Prosedur dan Rencana Tindakan

Langkah pertama menentukan metode yang digunakan dalam penelitian yaitu metode penelitian tindakan kelas. Langkah selanjutnya menentukan banyaknya tindakan dilakukan dalam siklus (Agus, 2010:138). “penelitian tindakan kelas ini, peneliti akan melakukan tindakan-tindakan yang dalam pelaksanaannya berlangsung secara terus menerus dan tindakan-tindakan akan dilaksanakan dalam siklus yang peneliti berikan pada siswa sebagai subjek penelitian”.

Prosedur pelaksanaan penelitian tindakan kelas secara prosedurnya adalah dilaksanakan secara partisipatif dan kolaboratif (siswa, guru dan peneliti) bekerja sama, mulai dari tahap orientasi dilanjutkan penyusunan rencana tindakan, pelaksanaan tindakan dalam siklus 1, untuk kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi atau pembetulan atau penyempurnaan pada siklus 2 dan siklus 3. Prosedur atau langkah-langkah penelitian tindakan kelas menurut Sanjaya (2013:66) adalah sebagai berikut;

- a. Perencanaan.
- b. Tindakan
- c. Observasi
- d. Refleksi

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah metode *Drill* dapat meningkatkan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli. Adapun setiap tindakan upaya untuk pencapaian tujuan tersebut dirancang dalam satu unit sebagai satu siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu: perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan interpretasi, analisis dan refleksi untuk perencanaan siklus selanjutnya. Penelitian tindakan kelas merupakan ragam penelitian pembelajaran yang berkonteks kelas yang dilaksanakan oleh guru, memperbaiki mutu dan hasil pembelajaran. PTK digambarkan sebagai suatu proses yang dinamis meliputi aspek, perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. PTK mempunyai karakteristik tersendiri yang membedakan dengan penelitian yang lain, diantaranya, yaitu: masalah yang diangkat adalah masalah yang dihadapi oleh guru dikelas dan adanya tindakan (aksi) tertentu untuk memperbaiki proses belajar mengajar.

a. Rancangan Siklus I

1) Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru kelas menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari :

- (a). Peneliti melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran kemampuan *smash* dalam permainan bola voli dengan menggunakan metode *Drill*.
- (b). Membuat rencana pembelajaran dengan mengacu pada tindakan yang diterapkan dalam penelitian tindakan kelas, yaitu metode *Drill* terhadap penguasaan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli.
- (c). Menyusun instrument yang digunakan dalam siklus penelitian tindakan kelas, penilaian peningkatan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli melalui metode *Drill*.
- (d). Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu pengajaran.
- (e). Menyusun evaluasi pembelajaran.

2) Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah-langkah kegiatan antara lain :

- (a). Menjelaskan kegiatan pembelajaran kemampuan *smash* dalam permainan bola voli
- (b). Melakukan pembelajaran dengan metode *Drill*
- (c). Membentuk kelompok dalam proses pembelajaran.
- (d). Melakukan umpan balik dalam menanggapi materi pelajaran
- (e). Melakukan peningkatan pembelajaran kemampuan *smash* dalam permainan bola voli dengan metode *Drill*
- (f). Menarik kesimpulan
- (g). Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung.

3) Pengamatan Tindakan

Pengamatan dilakukan terhadap :

- (a). Rencana pelaksanaan pembelajaran
- (b). Peningkatan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli

4) Tahap Refleksi

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus II.

b. Rancangan Siklus II

- 1) Menyusun model pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus II berdasarkan keberhasilan refleksi siklus I meliputi: membuat RPP, membuat observasi guru dan siswa, membuat instrumen penelitian dan menyusun rencana pembelajaran yang telah diperbaiki dari siklus I.
- 2) Melaksanakan model pembelajaran lanjutan berdasarkan rencana pembelajaran yang telah diperbaiki untuk memperkuat dampak yang telah diperoleh akhir siklus I yang meliputi: pelaksanaan pra-pertemuan (pra-impact) yaitu tahap pemanasan pelaksanaan, pertemuan, (impact) yaitu tahapan inti pelaksanaan setelah pertemuan (pre-impact) yaitu tahapan pendinginan.
- 3) Melakukan observasi atau pengamatan terhadap seluruh proses pembelajaran dengan menggunakan format observasi yang telah disepakati oleh guru dan peneliti pada siklus II yang meliputi: pengamatan dengan lembar observasi guru dan siswa serta pengamatan *smash* bola voli.
- 4) Tahap refleksi
 - a) Menganalisis data yang diperoleh dengan uji statistik yang sesuai dan menyimpulkan hasil pengolahan data sebagai jawaban dari masalah penelitian.
 - b) Menganalisis lembar observasi
 - c) Menyusun lembar penelitian siklus II dianggap berhasil 75% siswa yang mau melakukan gerak dasar yang dicontohkan oleh guru 75% siswa telah bisa melakukan gerakan *smash* secara benar

maka peneliti dan guru harus melakukan refleksi dan melakukan kesimpulan analisis bahwa tindakan yang dilakukan telah berhasil.

E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Sebuah penelitian pasti akan menentukan teknik dan alat pengumpulan data yang merupakan aspek penting yang harus dilakukan. Karena untuk memperoleh data yang diinginkan harus sesuai dengan teknik dan alat pengumpul data yang digunakan.

a. Teknik Pengumpulan Data

Setiap penelitian untuk menjawab permasalahan yang ada dalam penelitian, maka diperlukan teknik dan alat pengumpulan data yang tepat. Nawawi, H (2012:94) dikatakan bahwa ada enam teknik pengumpul data yang dapat digunakan, yaitu:

- 1) Teknik Observasi Langsung
- 2) Teknik Komunikasi Langsung
- 3) Teknik Komunikasi Tidak Langsung
- 4) Teknik pengukuran
- 5) Teknik Dokumenter

Berdasarkan pendapat tersebut, maka teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1) Teknik Observasi Langsung

Menggunakan teknik komunikasi tidak langsung dan teknik komunikasi langsung, peneliti juga menggunakan teknik lain yang tepat untuk memperoleh data dalam penelitian ini. Teknik yang dimaksud adalah teknik observasi langsung. Sugiyono (2013:48) mengatakan bahwa: Teknik observasi langsung adalah cara untuk mengumpulkan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan gejala yang tampak pada objek penelitian yang

pelaksanaanya langsung pada tempat dimana peristiwa, keadaan atau situasi sedang terjadi dengan menggunakan pedoman dan pencatatan data berupa pedoman observasi.

Berdasarkan pengertian diatas, dapatlah dikatakan bahwa observasi merupakan salah satu metode untuk mendapatkan data. Jadi teknik observasi langsung merupakan cara untuk mengumpulkan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan langsung yang tampak pada objek penelitian dengan alat pengumpulan data yang digunakan berupa lembar observasi atau cheslist (✓).

2) Teknik Pengukuran

Teknik pengukuran adalah tehknik usaha untuk mengetahui keadaan berupa kecerdasan, kecakapan, nyata dalam bidang tertentu, panjang, berat, dan lain-lain dibandingkan dengan norma tertentu. Menurut Arikunto, S (2010:89) Pengukuran merupakan tahapan paling penting dalam penelitian kuantitatif. Alasannya adalah karena alat analisis kuantitatif tidak dapat membedakan data yang dimasukkan benar atau salah. Alat analisis kuantitatif adalah statistic yang mengenal prinsip "*garbage in garbage out*" atau masuk sampah keluar juga sampah, sehingga peneliti harus memastikan bahwa data yang dimasukkan adalah benar baik. Ali, M (2010:3) mendefinisikan pengukuran sebagai sekumpulan aturan untuk menetapkan suatu bilangan yang mewakili objek, sifat atau karakteristik, atribut atau tingkah laku.

Mardalis (2012:33) mendefinisikan pengukuran sebagai suatu prosedur pemberian angka (kuantifikasi) terhadap atribut atau variabel sepanjang garis kontinum. Dengan demikian secara sederhana pengukuran dapat dikatakan sebagai suatu prosedur membandingkan antara atribut yang hendak diukur dengan alat ukurnya Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat

ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam penelitian akan menghasilkan data kuantitatif.

b. Alat Pengumpul Data

Adapun beberapa alat penelitian yang dapat dipakai untuk membantu dalam penelitian tindakan kelas, yaitu :

a) Panduan Observasi

Panduan Observasi atau cek list, dibuat berupa daftar pengecek, berisikan nama responden dan beberapa identitas lainnya, serta mencantumkan factor-faktor tertentu yang akan diteliti.

Tabel 3.2

Pedoman Observasi Perencanaan Pembelajaran Guru

No.	Indikator yang diamati	Skor		Jumlah
		Ya	Tidak	
	Tujuan Pembelajaran			
1.	Kesesuaian tujuan dengan indicator pencapaian kompetensi			
2.	Kata kerja operasional yang digunakan dapat diamati dan diukur			
3.	Tujuan pembelajaran			
4.	Perumusan tujuan pembelajaran			
	Materi Pembelajaran			
1.	Kesesuaian materi pembelajaran dengan kompetensi dasar dan indicator yang akan dicapai			
2.	Susunan materi pembelajaran			

3.	Materi pembelajaran			
	Strategi Pembelajaran			
1.	Model, pendekatan dan metode pembelajaran			
2.	Langkah-langkah/sintaks pembelajaran			
3.	Tahapan kegiatan pembelajaran			
4.	Penerapan pembelajaran aktif/pembelajaran saintifik			
	Pemilihan Media Pembelajaran			
	Pemilihan Sumber Belajar			
	Evaluasi			
1.	Cakupan aspek penilaian			
2.	Kesesuaian penilaian dengan tujuan/indicator			
3.	Komponen penilaian			
4.	Merencanakan kegiatan pengayaan dan atau remedial			

Tabel 3.3

Pedoman Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Guru

No.	Aspek yang di amati	Penilaian			
		SB	B	C	K
		4	3	2	1
I.	Pendahuluan				
1.	Menyiapkan peserta secara fisik dan mental				

2.	Memotivasi siswa				
3.	Menyampaikan apresiasi				
4.	Menyampaikan tujuan				
5.	Menyampaikan materi <i>smash</i> bola voli				
	Jumlah				
II.	Pemanasan				
1.	Memberikan pemanasan pada siswa				
2.	Memberikan pemanasan dalam bentuk permainan				
3.	Memberikan peregangan				
	Jumlah				
III.	Kegiatan Inti				
	Penguasaan materi				
1.	Materi yang disajikan sesuai dengan tujuan pembelajaran <i>smash</i> bola voli				
2.	Materi yang disajikan mencakup indicator pembelajaran <i>smash</i> bola voli				
3.	Materi dijelaskan secara runtut dalam setiap aktivitas pembelajaran <i>smash</i> bola voli				
4.	Kesesuaian pendekatan pembelajaran dengan tujuan pembelajaran <i>smash</i> bola voli				
5.	Pendekatan pembelajaran mendorong tercapainya pembelajaran				

6.	Materi disajikan sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan siswa				
7.	Menumbuhkan keaktifan siswa dalam pembelajaran				
8.	Menumbuhkan rasa kerjasama antar siswa				
9.	Menumbuhkan semangat dan menyenangkan				
	Jumlah				
IV.	Pendinginan				
1.	Memberikan pendinginan pada siswa				
2.	Memberikan refleksi dan tindak lanjut				
3.	Menutup pembelajaran dan berdoa				
	Jumlah				
	Total skor				
	Skor maksimal				
	Persentase				

b) Instrumen

Untuk mengumpulkan data yang dimaksud, seorang peneliti biasanya menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data. Dengan demikian, suatu skala / instrumen pengumpul data dalam proses penelitian sangat penting karena kondisi data tergantung alat (instrumen) yang dibuat.

Tabel 3.4

Kisi-Kisi Instrumen Teknik Dasar *Smash* dalam Permainan Bola voli

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Penilaian		
			1	2	3
<i>Smash</i>	1. Awalan	<p>1. Berdiri dengan sikap normal dengan jarak 3-4 meter dari net.</p> <p>2. Pada saat akan mengadakan langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil di tempat.</p>			
	2. Tolakan	<p>1. Melangkah kecil ke depan, kemudian menumpu dengan kedua kaki disertai dengan gerakan merendahkan badan dengan cara menekuk lutut.</p> <p>2. Kedua lengan sudah berada di samping-belakang badan diikuti dengan tolakan kaki ke atas secara eksplosif dan dibantu dengan ayunan kedua lengan dari arah</p>			

		belakang ke depan-atas.			
	3. Sikap Perkenaan	1. Pada saat melayang bila bola telah berada di atas-depan dan dalam jangkauan tangan, maka segeralah tangan kanan dipukulkan ke bola secepat-cepatnya. 2. Pada saat perkenaan bola ditangan, gerakan tangan dan lengan menjadi satu kesatuan yang eksplosif.			
	1. Sikap Akhir	1. Saat mendarat, posisi kedua kaki seperti sikap siap normal.			

Sumber : Nuril Ahmadi (2007:32)

Keterangan:

1. Nilai 3: Apabila 3 Deskriptor yang benar
2. Nilai 2: Apabila 2 Deskriptor yang benar
3. Nilai 1: Apabila 1 Deskriptor yang benar

Alat pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1) Panduan Observasi

Panduan observasi digunakan peneliti untuk mengukur aktivitas guru dan siswa dalam proses pembelajaran dengan menggunakan

metode *Drill*. Menurut Hadari Nawawi (2003:100) observasi diartikan sebagai pengamat catatan secara sistematis terhadap gejala-gejala yang tampak pada objek peneliti.

2) Tes

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:193) tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur kemampuan, pengetahuan dan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Tes dalam penelitian ini digunakan untuk mendapatkan data hasil pembelajaran *smash* bola dengan instrument yang digunakan yaitu penilaian proses.

F. Teknik Analisis Data

Analisis adalah suatu usaha untuk mengurai suatu masalah atau fokus kajian menjadi bagian-bagian *decomposition* Djam'an, (2012:200). Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu teknik analisis statistik deskriptif komparatif dan teknik analisis kritis yang dijabarkan sebagai berikut ini:

Adapun langkah perhitungannya adalah sebagai berikut:

$$NP = \frac{R}{SM} \times 100$$

Keterangan:

- NP = Nilai persen yang dicari atau yang diharapkan.
- R = Skor mentah yang diperoleh siswa.
- SM = Skor maksimum ideal dari tes yang bersangkutan.
- 100 = Bilangan tetap. (Sugiyono, 2013:13)

a. Teknik Statistik Deskriptif

Teknik statistik deskriptif digunakan untuk data kuantitatif, yakni dengan mendeskripsikan hasil setiap siklus. Data kuantitatif dipakai untuk menganalisis data yang diperoleh dari tes hasil belajar pada siklus I dan siklus II. Hasil tes dari masing-masing siklus tersebut kemudian dianalisis. Adapun langkah perhitungannya adalah sebagai berikut:

- 1) Merekap skor yang diperoleh siswa
- 2) Menghitung skor kumulatif dari seluruh aspek

3) Menghitung skor rata-rata

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan

$\sum X$ = Jumlah nilai rata-rata

N = Jumlah Subjek.

Menurut Darmadi, H (2014: 300)

Kriteria penilaian:

No.	Nilai	Keterangan
1.	98 – 100	Sangat Baik
2.	75 – 84	Baik
3.	65 – 74	Cukup
4.	45 - 64	Kurang
5.	0 – 44	Kurang Sekali

Menurut Arikunto, S (2010: 319)

b. Ketuntasan klasikal

Ketuntasan belajar klasikal dihitung dengan menggunakan rumus:

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas belajar}}{\text{Jumlah total siswa}} \times 100\%$$

Indikator keberhasilan ketuntasan belajar klasikal ditentukan jika rata-rata kelas yang diperoleh diatas nilai KKM dan minimal 75 % dari jumlah siswa yang mendapat nilai 75.

Hasil yang diperoleh dari perhitungan masing-masing siklus kemudian dideskripsikan. Melalui perhitungan ini akan diketahui presentase peningkatan kemampuan kemampuan *smash*.

G. Indikator Keberhasilan

Indikator kinerja merupakan penilaian berdasarkan hasil pengamatan penilai terhadap aktivitas siswa. Menurut Majid (2006:88) Indikator keberhasilan merupakan penilaian dengan berbagai macam tugas dan situasi

di mana peserta tes diminta untuk mendemonstrasikan pemahaman dan mengaplikasikan pengetahuan yang mendalam, serta kemampuan di dalam berbagai macam konteks. Indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan pembelajaran dirumuskan sebagai berikut:

1. Proses perbaikan hasil belajar materi *smash* pada peserta ekstrakurikuler dinyatakan berhasil jika 75% dari jumlah siswa tuntas belajar atau mendapat nilai yang sama atau lebih dengan KKM PJOK materi *smash* bola voli yaitu dengan nilai 75.
2. Aktivitas dalam pembelajaran mencapai 75% (kriteria tinggi).