



**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* ATAS BOLA VOLI  
MELALUI PENERAPAN GAYA MENGAJAR RESIPROKAL  
PADA SISWA KELAS XI SMK AL MA'ARIF  
DEMAK TAHUN 2020**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**

**Oleh**

**MUHAMMAD LUQMAN HAKIM**

**148010026**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG  
2020**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul: **“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas XI SMK Al Ma’arif Demak Tahun 2020”**, yang disusun oleh:

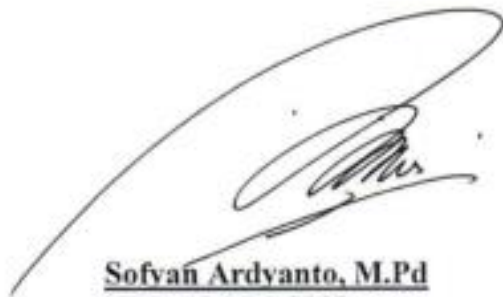
Nama : Muhammad Luqman Hakim

Nim : 148010026

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Penguji Skripsi**

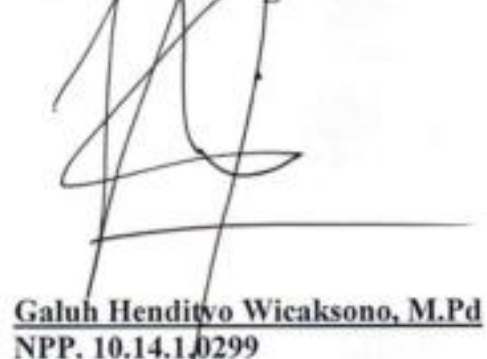
Semarang, 14 September 2020

**Dosen Pembimbing I**



Sofvan Ardyanto, M.Pd  
NPP. 10.14.1.0298

**Dosen Pembimbing II**



Galuh Henditvo Wicaksono, M.Pd  
NPP. 10.14.1.0299

## PENGESAHAN KELULUSAN

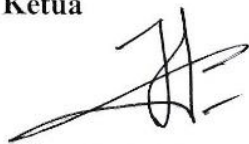
Skripsi dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas XI SMK Al Ma’arif Demak Tahun 2020” yang disusun oleh :

Nama : Muhammad Luqman Hakim  
NIM : 148010026  
Program Studi : PJKR  
Fakultas : Keguruan Ilmu Pendidikan

Telah dipertahankan dalam Ujian Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang pada hari/tanggal : Selasa 22 September 2020.

### Dewan Penguji Skripsi

Ketua



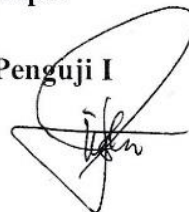
Miftachul A'la, M.Or  
NIP. 10.17.1.02447

Penguji II/Pembimbing I



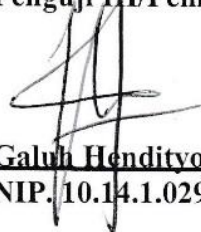
Sofyan Ardyanto, M.Pd  
NIP. 10.14.1.0298

Penguji I



Liska Sukiyandari, M.Pd  
NIP. 10.11.1.0208

Penguji III/Pembimbing II



Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd  
NIP. 10.14.1.0299

## PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, kecuali arahan tim pembimbing dan masukan tim penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, 14 Semptember 2020

Yang membuat pernyataan.



Muhammad Luqman Hakim  
NIM : 148010026

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu ; ALLAH mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui”. (QS: Al-Baqarah: 216).

### **PERSEMBAHAN**

1. Kepada Orang Tua saya, Bapak Urip Rohmat dan Ibu Istinganah, yang tak pernah lelah mendidik, selalu mendukung dan mencurahkan kasih sayang serta mendoakan saya. Ridhamu adalah semangat hidupku.
2. Kepada Istri yang saya cintai Diah Agustina yang selalu menemani, mendukung dan memberikan semangat.
3. Kepada Adik saya Naila Rif'ah yang selalu memberi dukungan dan semangat.
4. Teman-teman yang telah membantu selama penelitian.
5. Teman-teman PJKR B 2014

## ABSTRAK

**Muhammad Luqman Hakim 2020** “*Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas XI SMK Al Ma’arif Demak Tahun 2020*” Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang. Dosen Pembimbing I Sofyan Ardyanto, M.Pd, Dosen Pembimbing II Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd.

Kata kunci : *Gaya mengajar Resiprokal, Passing Atas Bola Voli.*

Latar belakang penelitian ini adalah hasil pembelajaran *passing* atas bola voli masih dibawah KKM. Proses pembelajaran yang sering diterapkan guru pada *passing* atas bola voli hanya menggunakan metode komando dan ceramah. Rumusan masalah pada penelitian ini. Bagaimana pengaruh model pembelajaran resiprokal terhadap hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas XI SMK Al Ma’arif Demak.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar resiprokal, untuk mengetahui kemampuan *passing* atas bola voli pada siswa kelas XI di SMK Al Ma’arif Demak

Metode penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan metode penelitian tindakan kelas. Populasi dan sampel pada penelitian ini menggunakan rencana *Purposive sampling* yaitu siswa kelas XI TKJ SMK Al Ma’arif Demak sebanyak 19 siswa. Prosedur penelitian berupa perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi.

Gaya mengajar resiprokal memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada siswa kelas XI SMK Al Ma’arif Demak. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil rata-rata siklus I sebesar 73,5 dan hasil rata-rata siklus II sebesar 79,2. Terdapat peningkatan *passing* atas bola voli gaya mengajar resiprokal, dimana terdapat peningkatan rata-rata sebesar 5,7 pada siklus I dan siklus II.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah gaya mengajar resiprokal memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* atas bola voli pada siswa kelas XI SMK Al Ma’arif Demak. Dapat dilihat berdasarkan hasil perbandingan antara siklus I dengan siklus II yang menunjukkan peningkatan.

## ABSTRACT

**Muhammad Luqman Hakim 2020** "Efforts to Improve Learning Outcomes of Passing for Volleyball through the Application of Reciprocal Teaching Styles in Class XI Students of Vocational High School Al Ma'arif Demak in 2020" Department of Physical Education, Health and Recreation. Faculty of Teacher Training and Education, Wahid Hasyim University Semarang. Supervising Lecturer I Sofyan Ardyanto, M.Pd, Supervisor II Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd.

Keywords: Reciprocal teaching style, Passing over volleyball

The background of this research is the result of volleyball passing learning is still under the KKM. The learning process that is often applied by the teacher in passing over volleyball only uses the command and lecture method. Formulation of the problem in this study. How is the influence of the reciprocal learning model on the results of learning passing over volleyball in class XI students of SMK Al Ma'arif Demak

The purpose of this study was to determine the effect of reciprocal teaching style, to determine the passing ability of volleyball in class XI students at SMK Al Ma'arif Demak.

This research method uses a qualitative design with classroom action research methods. The population and sample in this study used a purposive sampling plan, namely 19 students of class XI TKJ SMK Al Ma'arif Demak. Research procedures include planning, implementing, observing, and reflecting.

The reciprocal teaching style has an influence on the passing ability of volleyball in class XI students of SMK Al Ma'arif Demak. This is indicated by the average result of the first cycle of 73.5 and the average result of the second cycle of 79.2. There was an increase in passing over reciprocal teaching style volleyball, where there was an average increase of 5.7 in cycle I and cycle II.

The conclusion from the results of this study is that the reciprocal teaching style has an influence on the passing ability of volleyball in class XI students of SMK Al Ma'arif Demak. It can be seen based on the comparison between cycle I and cycle II which shows improvement.

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, sehingga skripsi ini dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas XI SMK Al Ma’arif Demak Tahun 2020”. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

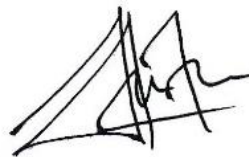
1. Prof. Dr. H. Mahmutarom HR, SH, MH. Selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang.
2. Liska Sukiyandari, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang.
3. Sofyan Ardyanto, M.Pd. Selaku Wakil Dekan Fakultas sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
4. Galuh Hendityo Wicaksono, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan arahan sehingga terselesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen PJKR FKIP Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan bekal pengetahuan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah dan Guru penjasorkes SMK Al Ma’arif Demak yang telah memberikan izin dan bantuan mengadakan penelitian.



7. Para Siswa Kelas XI SMK Al Ma'arif Demak yang telah bersedia sebagai responden penelitian.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang sesuai dengan kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di masa depan. Akhirnya peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, 22 September 2020



Peneliti.

## DAFTAR ISI

|                                     |             |
|-------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL.....</b>           | <b>i</b>    |
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b> | <b>ii</b>   |
| <b>PENGESAHAN KELULUSAN .....</b>   | <b>iii</b>  |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>    | <b>iv</b>   |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>  | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRAK.....</b>                 | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>               | <b>vii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>         | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>             | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>            | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>          | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>        | <b>xvi</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>            |             |
| 1.1 Latar Belakang .....            | 1           |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....      | 5           |
| 1.3 Batasan Masalah.....            | 5           |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 1.4 Rumusan Masalah .....    | 5 |
| 1.5 Tujuan Penelitian .....  | 6 |
| 1.6 Manfaat Penelitian ..... | 6 |

## **BAB II LANDASAN TEORI**

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Deskripsi Teoritik.....                    | 8  |
| 2.1.1 Pendidikan Jasmani .....                 | 8  |
| 2.1.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani .....        | 9  |
| 2.1.2 Hasil Belajar.....                       | 11 |
| 2.1.3 Hakikat Gaya Mengajar .....              | 13 |
| 2.1.4 Hakikat Gaya Mengajar Resiprokal .....   | 16 |
| 2.1.5 Hakikat Permainan Bola Voli .....        | 23 |
| 2.1.5.1 Teknik Dasar Permainan Bola Voli ..... | 25 |
| 2.1.6 Hakikat teknik Passing Atas .....        | 34 |
| 2.1.7 Karakteristik Siswa SMA/SMK .....        | 38 |
| 2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan .....       | 40 |
| 2.3 Kerangka Berfikir .....                    | 41 |
| 2.4 Hipotesis Tindakan .....                   | 43 |

## **BAB III METODE PENELITIAN**

|   |    |
|---|----|
| 3.1 Pendekatan Penelitian .....                                     | 44 |
| 3.2 Desain Penelitian .....   | 44 |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....                            | 49 |
| 3.3.1 Penentuan Populasi .....                                      | 50 |
| 3.3.2 Penentuan Sampel .....  | 50 |
| 3.4 Variabel Penelitian .....                                       | 51 |
| 3.5 Tempat dan Waktu Penelitian .....                               | 52 |
| 3.6 Instrumen Penelitian.....                                       | 52 |
| 3.7 Hasil Akhir Pembelajaran Bola Voli Gaya Mengajar Resiprokal ... | 54 |

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|   |    |
|---|----|
| 4.1 Hasil Penelitian .....                    | 56 |
| 4.1.1 Hasil Pra Siklus.....                   | 56 |
| 4.1.2 Hasil Penelitian Siklus I.....          | 58 |
| 4.1.2.1 Perencanaan ( <i>Planning</i> ) ..... | 58 |
| 4.1.2.2 Tindakan ( <i>Acting</i> ) .....      | 58 |
| 4.1.2.3 Pengamatan ( <i>Observing</i> ) ..... | 60 |

|  |        |
|--|--------|
| 4.1.2.4 Refleksi ( <i>Reflecting</i> ) .....   | 60     |
| 4.1.3 Hasil Penelitian Siklus II .....         | 61     |
| 4.1.3.1 Perencanaan ( <i>Planning</i> ) .....  | 61     |
| 4.1.3.2 Tindakan ( <i>Acting</i> ) .....       | 62     |
| 4.1.3.3 Pengamatan ( <i>Observing</i> ) .....  | 63     |
| 4.1.3.4 Refleksi ( <i>Reflecting</i> ) .....   | 64     |
| 4.2 Pembahasan .....                           | 64     |
| 4.2.1 Pembahasan Siklus I .....                | 64     |
| 4.2.2 Pembahasan Siklus II .....               | 68     |
| 4.2.3 Ketuntasan Belajar Siklus I dan II ..... | 71     |
| 4.3 Kendala – Kendala Yang dihadapi .....      | 74     |
| <br><b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>            |        |
| 5.1 Simpulan .....                             | 75     |
| 5.2 Saran.....                                 | 75     |
| <br><b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....                | <br>77 |
| <br><b>LAMPIRAN</b> .....                      | <br>79 |

## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 3.1 Instrumen aspek sikap .....                                       | 53      |
| Table 3.2 Instrumen aspek keterampilan .....                                | 54      |
| Tabel 4.1 Ketuntasan Hasil Belajar Pra Siklus .....                         | 57      |
| Tabel 4.2 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan siklus I .....               | 65      |
| Tabel 4.3 Hasil pembelajaran aspek sikap siklus I .....                     | 66      |
| Tabel 4.4 Hasil pembelajaran aspek keterampilan siklus I .....              | 66      |
| Tabel 4.5 Hasil pembelajaran siklus I .....                                 | 67      |
| Tabel 4.6 Hasil pembelajaran aspek pengetahuan siklus II .....              | 68      |
| Tabel 4.7 Hasil pembelajaran aspek sikap siklus II .....                    | 69      |
| Tabel 4.8 Hasil pembelajaran aspek keterampilan siklus II .....             | 70      |
| Tabel 4.9 Hasil pembelajaran siklus II .....                                | 70      |
| Tabel 4.10 Hasil ketuntasan belajar setiap aspek pada siklus I dan II ..... | 71      |
| Tabel 4.11 Hasil pembelajaran siklus I dan II .....                         | 73      |

## DAFTAR GAMBAR

|   | Halaman |
|---|---------|
| Gambar 2.1 Lapangan Bola Voli .....                                     | 25      |
| Gambar 2.2 Teknik <i>Passing</i> Atas .....                             | 27      |
| Gambar 2.3 Teknik <i>Passing</i> Bawah .....                            | 29      |
| Gambar 2.4 Teknik <i>Smash</i> .....                                    | 32      |
| Gambar 2.5 Teknik Servis Bawah dan Atas .....                           | 33      |
| Gambar 2.6 Teknik <i>Block</i> .....                                    | 34      |
| Gambar 2.7 Gaya sempurna melakukan <i>passing</i> atas .....            | 36      |
| Gambar 2.8 Kerangka Berfikir .....                                      | 42      |
| Gambar 3.1 Proses PTK .....   | 45      |
| Gambar 4.1 Diagram Ketuntasan Hasil Belajar Pra Siklus .....            | 57      |
| Gambar 4.2 Diagram ketuntasan belajar setiap aspek pada siklus I dan II | 72      |
| Gambar 4.3 Diagram peningkatan ketuntasan hasil belajar siklus I dan II | 73      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1. Surat keputusan Dosen Pembimbing .....           | 80      |
| Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian.....                       | 81      |
| Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian..... | 82      |
| Lampiran 4. Daftar Presensi Siswa .....                      | 83      |
| Lampiran 5. Hasil Pra Siklus .....                           | 84      |
| Lampiran 6. RPP .....  | 85      |
| Lampiran 7. Penilaian Aspek Pengetahuan Siklus I.....        | 100     |
| Lampiran 8. Penilaian Aspek Pengetahuan Siklus II .....      | 101     |
| Lampiran 9. Penilaian Aspek Sikap Siklus I.....              | 102     |
| Lampiran 10. Penilaian Aspek Sikap Siklus II.....            | 103     |
| Lampiran 11. Penilaian Aspek Keterampilan Siklus I .....     | 104     |
| Lampiran 12. Penilaian Aspek Keterampilan Siklus II.....     | 105     |
| Lampiran 13. Rekapitulasi Hasil Pembelajaran Siklus I.....   | 106     |
| Lampiran 14. Rekapitulasi Hasil Pembelajaran Siklus II.....  | 107     |
| Lampiran 15. Dokumentasi .....                               | 108     |



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam rangka membentuk manusia seutuhnya, karena tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, melainkan juga perkembangan psikis siswa muda itu menjadi seseorang yang percaya diri, berdisiplin, sehat, bugar dan hidup bahagia.

Proses pembelajaran penjas yang baik bertujuan bukan hanya untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar, kebugaran jasmani yang baik namun juga meningkatkan sifat-sifat yang efektif dan kemampuan kognitif siswa. Hal ini berarti pendidikan jasmani bukan hanya berperan meningkatkan kesegaran jasmani namun juga membantu daya fikir siswa dalam belajar. Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan domain afektif.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani, pembelajaran pendidikan jasmani disekolah salah satunya adalah pembelajaran

bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar dan termasuk jenis pertandingan beregu karena dimainkan oleh dua regu. Permainan bola voli merupakan salah satu permainan beregu yang menarik, menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya yang besar untuk memainkannya. Hanya membutuhkan lahan kosong yang bisa dijadikan lapangan, sebuah net dan bola, permainan ini dapat dilakukan. Inilah yang menjadi salah satu penyebab semakin populer dan digemarinya permainan bola voli dikalangan masyarakat di seluruh Indonesia. Baik itu tua, muda, laki-laki, maupun perempuan. Selain itu, semakin marak pula adanya pembinaan-pembinaan olahraga bola voli di dalam instansi-instansi perusahaan, pemerintah dan juga lembaga-lembaga pendidikan baik di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), maupun di Perguruan Tinggi Negeri/Swasta (PTN/PTS).

Pembelajaran bola voli akan berjalan dengan baik apabila di dukung oleh penguasaan teknik dasar permainan bola voli yang baik. Gerak dasar bola voli diantaranya adalah dasar gerak servis, pas (*passing*), umpan (*set-uper*), smash, dan bendungan (*block*). Penguasaan dasar gerak penting bagi pemain agar bisa bermain bola voli dengan baik. Diperlukan latihan-latihan dasar gerak secara terus-menerus dan sungguh-sungguh supaya dapat menguasai gerak dasar bola voli dengan baik. Permainan bola voli terdapat karakteristik gerak dan teknik tersendiri, antara lain adalah *passing* atas.

Memilih gaya mengajar yang sesuai dan serasi untuk mencapai tujuan pengajaran merupakan hal yang tidak mudah dilakukan, adakalanya alternatif yang sudah dianggap paling tepat pada suatu saat justru menyebabkan kurang berkembangnya kesegaran jasmani dan kognitif siswa. Untuk mencapai tujuan pembelajaran guru berusaha

mengembangkan gaya mengajar yang efektif dan efisien. Gaya mengajar dapat dilakukan dengan berbagai macam variasi misalnya suara, pemberian waktu, kontak pandang, gerakan perpindahan posisi guru dilapangan dan lain sebagainya, dengan adanya variasi belajar dari guru siswa akan tertarik mengikuti tugas ajar yang diberikan.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 9 Desember 2019 bertemu dengan guru penjas yaitu Bapak Darul Kutni, S.Pd diperoleh informasi bahwa hasil belajar bola voli *passing* atas pada kelas XI SMK Al Ma'arif Demak dengan jumlah 34 siswa sebagian besar belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Khususnya kelas XI TKJ, dari 19 siswa hanya 8 siswa atau 42,1% mampu mencapai KKM dan 11 siswa atau 57,9% belum mencapai KKM yang di tentukan sekolah yaitu 75. Ditambah lagi dengan observasi pada saat proses pembelajaran bola voli *passing* atas, peneliti mengamati dan menemukan bahwa selama ini guru hanya menerapkan 2 gaya mengajar yaitu, gaya mengajar ceramah dan komando, guru belum pernah menerapkan gaya mengajar yang lainnya sehingga pada saat proses pembelajaran kurang menarik, membosankan dan siswa malas untuk melakukan gerakan *passing* atas yang pada akhirnya akan berakibat pada menurunnya aktivitas dan sikap siswa dalam mengikuti proses pembelajaran *passing* atas, sehingga pembelajaran bola voli *passing* atas juga kurang optimal.

Untuk mengatasi hal tersebut peneliti ini ingin memberikan model pembelajaran dengan gaya mengajar resiprokal untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli siswa SMK Al Ma'arif Demak. Gaya mengajar resiprokal merupakan salah satu gaya mengajar yang menekankan siswa lebih banyak aktif untuk belajar dan guru hanya berperan sebagai fasilitator yang memantau setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa didalam pembelajaran. Pada gaya mengajar resiprokal, kelas diorganisir dan dikondisikan

dalam peran-peran tertentu (dibagi menjadi dua kelompok), ada siswa yang berperan sebagai pelaku dan ada siswa yang berperan sebagai observer (pengamat) terhadap aktivitas yang dilakukan oleh kelompok pelaku, sedangkan guru berperan sebagai fasilitator. Kelompok siswa yang bertindak sebagai observer mengamati tampilan/aktivitas yang dilakukan oleh temannya (pelaku) dengan membawa lembar observasi (pengamatan) yang telah disusun oleh guru, selanjutnya observer tersebut mengevaluasi tampilan dari temannya yang bertindak sebagai pelaku. Dalam hal ini evaluasi dilakukan secara bergantian. Melalui upaya mengevaluasi aktivitas temannya yang berperan sebagai pelaku tersebut, diharapkan siswa yang berperan sebagai observer (pengamat) juga mengetahui konsep pelaksanaan yang benar, karena setiap siswa akan berperan sebagai observer (pengamat). Tanggung jawab dan pemberian umpan balik diberikan sepenuhnya kepada siswa sehingga perkembangan kreativitas siswa bertambah.

Berdasarkan permasalahan tersebut diatas menjadi dasar bagi penelitian yang akan melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Melalui Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas XI SMK Al Ma’arif Demak Tahun 2020”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari uraian latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan *passing* atas pada permainan bola voli.
2. Gaya mengajar terlalu monoton masih konvensional pada siswa kelas XI SMK Al Ma'arif Demak.
3. Proses kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan di SMK Al Ma'arif Demak belum menunjukkan hasil yang maksimal
4. Metode pembelajaran dengan sistem komunikasi satu arah belum mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam bermain bola voli.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti membatasi pada salah satu permasalahan, yaitu tentang upaya meningkatkan kemampuan *passing* atas bola voli melalui penerapan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas XI SMK Al Ma'arif Demak Tahun 2020.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Atas dasar rumusan masalah dan pembatasan masalah tersebut di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “ Bagaimana Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal dapat meningkatkan penguasaan *Passing* Atas Bola voli Siswa Kelas XI SMK Al Ma'arif Demak Tahun 2020?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui penguasaan *Passing* atas bola voli melalui penerapan gaya mengajar resiprokal siswa kelas XI SMK Al Ma'arif Demak Tahun 2020

## 1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1) Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan teori pembelajaran bola voli pada umumnya dan penggunaan gaya mengajar resiprokal dalam penguasaan *passing* atas bola voli pada khususnya.

### 2) Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, khususnya bagi guru, siswa, sekolah dan peneliti yang lain.

- a) Bagi guru, penelitian ini dapat memberikan umpan balik untuk perbaikan dalam pembelajaran *passing* atas bola voli.
- b) Bagi siswa, diharapkan mampu melakukan *passing* atas dengan benar dan menyenangkan, khususnya Siswa Kelas XI TKJ SMK Al Ma'arif Demak Tahun 2020.
- c) Bagi sekolah, penelitian ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dan meningkatkan hasil belajar siswa dalam hal bola voli. Penelitian ini juga memberikan sebuah pendekatan pembelajaran baru dalam pembelajaran *passing* atas di sekolah.
- d) Bagi peneliti yang lain, hasil penelitian ini dapat dijadikan pelengkap terutama dalam hal cara meningkatkan hasil pembelajaran *passing* atas. Penelitian ini juga dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **2.1 Deskripsi Teoritik**

##### **2.1.1 Pendidikan Jasmani**

Menurut depdikbud (dalam Qoriah, 2011: 92) pendidikan jasmani adalah bagian integral pendidikan keseluruhan yang mampu mengembangkan anak/individu secara utuh yang mencakup aspek-aspek jasmaniah intelektual (kemampuan interperatif), emosional dan moral spiritual, yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktifitas jasmani dan pembiasaan hidup sehat.

Menurut Seaton dalam Siti Safariatun (2008: 15) dikatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran, sikap dan ketrampilan gerak manusia. Menurut Samsudin (2008 : 2) Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah mempunyai peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.



Pendidikan jasmani yang pada dasarnya merupakan media untuk meraih tujuan pendidikan sekaligus juga untuk meraih tujuan yang bersifat internal ke dalam aktivitas fisik itu sendiri. Pendidikan jasmani memiliki arti dalam kehidupan sehari-hari bagi anak didik, karena pendidikan jasmani memberikan gerak dasar keterampilan secara efisien yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

### **2.1.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani berusaha untuk mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan sarana jasmani yang merupakan saham khususnya yang tidak diperoleh dari usaha-usaha pendidikan yang lain. Kerena tujuan dari pendidikan jasmani tidak terbatas pada perkembangan tubuh atau fisik. Istilah jasmani harus dipandang dalam kerangka yang lebih abstrak dan lebih luas sebagai satu keadaan kondisi jiwa raga. Pendidikan jasmani berkewajiban meningkatkan jiwa dan raga yang mempengaruhi semua aspek kehidupan sehari-hari seseorang atau keseluruhan pribadi seseorang. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan keseluruhan yang mencakup semua kawasan baik organik , *motorik*, *kognitif*, maupun *afektif* manusia dipandang seutuhnya.

Menurut Siti Safariatun (2008 :1.12 , 1.13) Tujuan Pendidikan jasmani adalah :

- 1) Pembentukan Gerak
  - a. Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak.
  - b. Penghayatan ruang, waktu dan bentuk serta pengembangan perasaan irama.
  - c. Mengenal kemungkinan gerak sendiri.
  - d. Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap
  - e. Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak dengan melakukan pengalaman gerak.

## 2) Pembentukan prestasi

- a. Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengajarkan ketangkasan-ketangkasan.
- b. Belajar mengarahkan diri pada pencapaian prestasi (kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri)
- c. Penguasaan emosi.
- d. Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri.
- e. Meningkatkan sikap tepat terhadap nilai yang nyata dari tingkat dan bidang prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat dan olahraga.

## 3) Pembentukan Sosial

- a. Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama.
- b. Mengikuti sertakan ke dalam struktur kelompok fungsional belajar bekerja sama, menerima pimpinan dan memberikan pujian.
- c. Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi.
- d. Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberikan pertolongan, memberi perlindungan dan berkorban.
- e. Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktivitas untuk pengisian waktu senggang.

## 4) Pertumbuhan Badan

- a. Peningkatan syarat-syarat yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk dapat berprestasi secara optimal (kekuatan dan mobilitas, pelepasan ketegangan dan kesiap siagaan)

- b. Meningkatkan keserasian jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.

### 2.1.2 Hasil Belajar

Sardiman (2007:19) Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh siswa melalui kegiatan belajar. Dalam pengertian lain, hasil belajar adalah pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi, dan keterampilan. Belajar itu sendiri merupakan suatu proses dari seseorang yang berusaha untuk memperoleh suatu bentuk perubahan perilaku yang relatif menetap

Purwanto (2011:44) Hasil belajar dapat dijelaskan dengan memahami dua kata yang membentuknya, yaitu “hasil” dan “belajar”. Pengertian hasil (*product*) menunjuk pada suatu perolehan akibat dilakukannya suatu aktifitas atau proses yang mengakibatkan berubahnya input secara fungsional. Sedangkan belajar dilakukan untuk mengusahakan adanya perubahan perilaku pada individu yang belajar. Perubahan perilaku itu merupakan perolehan yang menjadi hasil belajar, selain hasil belajar *kognitif* yang diperoleh peserta didik.

Berdasarkan pengertian di atas maka peneliti menyimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang diperoleh siswa setelah siswa tersebut melakukan proses belajar yang mencakup ranah *kognitif* berkenaan dengan hasil belajar *intelektual*. Adapun indikator hasil belajar yang ingin dicapai dalam penelitian ini, dari aspek kognitif meliputi pengetahuan, pemahaman, aplikasi, dan analisis.

Samino dan Saring Marsudi (2012 :64) menyebutkan faktor yang mempengaruhi hasil belajar sebagai berikut:

- 1) Faktor yang bersumber dari dalam dirinya sendiri (internal), yang meliputi Faktor fisiologis dan psikologis. Faktor Fisiologis (jasmani) baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh, yang termasuk faktor ini antara lain: ketahanan fisik , kesehatan fisik (fisik dalam keadaan sehat, fisik tidak/ kurang sehat, sakit), kelelahan fisik (terlalu lama belajar sehingga fisiknya lelah), kesempurnaan fungsi-fungsi pancaindera (terutama penglihatan, pendengaran), cacat anggota fisik (bawaan maupun karena kecelakaan) panca indera yang tidak berfungsi sebagaimana fungsinya, seperti mengalami sakit, cacat tubuh. Faktor Psikologis baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh terdiri atas : tinggi rendahnya rasa ingin tahu, minat terhadap apa yang dipelajari, bakat sebagai kemampuan dasar yang dibawa sejak lahir, kecerdasan/intelegensi, motivasi, ingatan, perasaan, emosi, emosional.
- 2) Faktor yang bersumber dari luar dirinya (eksternal), terbagi menjadi dua golongan yaitu faktor sosial dan non sosial. Faktor sosial terdiri atas 3 lingkungan : lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat (pergaulan). Faktor non sosial seperti fasilitas belajar di rumah, fasilitas pembelajaran di sekolah, mas media baik cetak maupun elektronik, cuaca/ iklim, dan lain-lain”.

### **2.1.3 Hakikat Gaya Mengajar**

Gaya mengajar adalah pedoman khusus untuk struktur episode belajar atau pembelajaran, dalam hal ini seorang guru dituntut untuk berperan bagaimana mengaktifkan siswa dalam belajar dan mengidentifikasi tujuan-tujuan yang akan dicapai dalam proses belajar mengajar tersebut. Situasi yang demikian ini disebut dengan gaya belajar sebagaimana dikemukakan oleh Mosston bahwa gaya mengajar sebagai upaya

menjembatani antara pokok bahasan dan belajar. (Mosston dalam Srijono Brotosuroyo, 2004). Lebih jauh dikemukakan tentang gaya mengajar oleh Srijono Brotosuroyo, dkk, bahwa gaya mengajar adalah keputusan-keputusan yang dibuat oleh guru dan siswa didalam peristiwa belajar yang menentukan proses dan hasil belajar dari peristiwa belajar itu sendiri. (Mosston dalam Srijono Brotosuroyo, 2004).

Gaya mengajar adalah keputusan yang diambil oleh guru dan siswa dalam belajar yang menentukan proses dan hasil dari peristiwa belajar itu sendiri. Gaya mengajar sering diganti dengan istilah strategi mengajar yang artinya siasat untuk menggiatkan partisipasi siswa dalam melaksanakan tugas-tugas ajar. Memahami pengertian gaya mengajar atau strategi mengajar berikut disajikan batasan-batasan dari beberapa ahli :

- a. Menurut Husdarta & Yudha (2000: 21) gaya mengajar merupakan interaksi yang dilakukan oleh guru dengan siswa dalam proses belajar mengajar agar materi yang disajikan dapat diserap oleh siswa.
- b. Menurut Sugiyanto (1998: 427) strategi mengajar adalah pengaturan penerapan cara-cara mengajar agar proses belajar bisa berlangsung dengan baik dan tujuan bisa tercapai.
- c. Menurut Rusli Lutan (2000: 29) strategi mengajar adalah siasat untuk menggiatkan partisipasi siswa untuk melaksanakan tugas-tugas ajar.

Menurut Mosston (dalam Suryobroto 2001: 38) beranggapan bahwa mengajar adalah serangkaian hubungan yang berkesinambungan antara guru dengan siswa, yaitu:

- a. Mencoba mencapai keserasian antara apa yang diniatkan dengan apa yang sebenarnya terjadi  $MAKSUD = PERBUATAN$  ( $INTENT = ACTION$ ).

- b. Masalah yang bertentangan tentang metode mengajar. Salah satu masalah yang berlanjut dalam menentukan bagaimana mengajarkan sesuatu adalah “Cara apakah yang terbaik?”. Dari sini muncul banyak perdebatan mengenai metode mana yang lebih baik. Pengajaran individual vs. Pengajar kelompok, memecahkan masalah vs. menghafal. Pandangan yang mempertentangkan suatu pendekatan terhadap pendekatan yang lain adalah hanya dalih yang dibuat-buat. Pertanyaan yang sebenarnya adalah: “Pendekatan-pendekatan mana yang dapat mencapai sasaran guru?”. Guru harus berdasar pilihannya atas: kemampuan guru, kebutuhan siswa, besarnya kelas, alat dan fasilitas yang tersedia, media yang ada, tujuan yang ingin dicapai, materi yang dipelajari, lingkungannya. Tujuan yang akan menentukan gaya apa yang akan digunakan dari pada memilih metode atau gaya karena diharapkan akan baik.
- c. Kita juga harus dapat mengatasi kecenderungan-kecenderungan pribadi seorang guru. Seringkali kita tidak dapat membedakan antara sifat-sifat pribadi dengan gaya mengajar. Seorang guru yang sifatnya sangat otoriter seringkali kelihatan seperti sangat bisa mengatur, padahal dalam kenyatannya ia sangat terbuka dalam gaya-gaya mengajarnya. Struktur pengajaran mengatasi sifat-sifat pribadi.
- d. Mengajar-Belajar-Tujuan Interaksi antara guru dan siswa mencerminkan perilaku mengajar dan belajar tertentu. Apabila merencanakan pembelajaran, berbagai gaya didasarkan atas interaksi antara perilaku siswa dan perilaku guru, serta hubungannya dalam mencapai suatu sasaran tertentu.
- e. Mooston memakai perilaku guru sebagai titik masuk Hal ini dapat dinyatakan bahwa perilaku guru akan mengarahkan perilaku siswa.

Setiap tindakan mengajar merupakan hasil dari keputusan yang telah diambil sebelumnya:

- a. Kita perlu memahami hakikat keputusan-keputusannya b. Kita perlu memahami penggolongan keputusan-keputusan yang telah dibuat, yaitu:
  - 1) Keputusan mengenai pokok bahasan, organisasi, dan sasaran
  - 2) Kesemuanya ini diatur dalam tiga perangkat yang merupakan urutan dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar adalah pedoman khusus untuk struktur episode belajar atau pembelajaran, gaya mengajar adalah keputusan-keputusan yang dibuat oleh guru dan siswa didalam peristiwa belajar yang menentukan proses dan hasil belajar dari peristiwa belajar itu sendiri, disini guru wajib berperan untuk mengaktifkan siswa dalam proses pembelajaran.

#### **2.1.4 Hakikat Gaya Mengajar Resiprokal**

Resiprokal berasal dari bahasa inggris *reciprocal* yang artinya berbalasan. Gaya mengajar resiprokal dalam menahan bola menggunakan pendekatan dengan memberikan kebebasan kepada siswa untuk membuat keputusan yang lebih luas. Siswa juga diberikan wewenang bahkan kewajiban untuk menilai namun secara terbatas, yang dimaksud dengan terbatas adalah penilaian ini hanya terbatas oleh seorang siswa terhadap siswa, atau oleh kelompok siswa terhadap seorang siswa. Gaya ini memberikan tanggung jawab kepada siswa untuk mengobservasi penampilan dari teman atau pasangannya dan memberikan umpan balik segera pada setiap kali melakukan gerakan (Husdarta dkk, 2000;29).

Dalam gaya mengajar resiprokal, guru atau pelatih mempersiapkan lembar tugas yang isinya menjelaskan tugas apa yang harus dilakukan serta kriteria evaluasi yang berfungsi untuk menentukan kesesuaian antara hal yang dilakukan dengan rujukan dari guru atau pelatih. Selanjutnya siswa melakukan tugas yang telah diberikan secara bersama-sama dengan pasangan yang telah ditentukan dimana satu orang bertindak sebagai pelaku dan lainnya sebagai pengamat. Pengamat dapat memberikan umpan balik kepada pelaku jika diperlukan sehingga antara pelaku dengan pengamat dapat saling berkomunikasi. Setelah gerakan selesai dilakukan maka anggota pasangan dapat berganti peran, yaitu pelaku menjadi pengamat dan pengamat menjadi pelaku (Husdarta dkk, 2000;29). Peranan guru atau pelatih dalam gaya mengajar ini hanya mengamati sejauh mana peranan pengamat dalam melaksanakan tugasnya. Gaya mengajar resiprokal bersifat efektif diantaranya dapat mengembangkan cara belajar mandiri, pembelajaran tidak monoton, materi lebih cepat dan mudah diterima serta dipahami murid, perubahan yang lebih besar dalam membuat keputusan dari pelatih kepada siswa (Husdarta dkk, 2000;30).

Gaya resiprokal (timbang balik) Mosston dan Sarah (2006:116) adalah interaksi sosial, timbal balik, menerima dan memberikan umpan balik langsung (dipandu oleh kriteria khusus yang disediakan oleh guru). Pada anatomi timbal balik gaya, peran guru adalah untuk membuat semua materi pelajaran, kriteria, dan keputusan logistik dan menyediakan umpan balik bagi pengamat. Peran para peserta didik adalah untuk bekerja di hubungan kemitraan. Salah satu peserta tersebut pelaku yang melakukan tugas, membuat keputusan yang sembilan gaya praktik, sementara pelajar lain adalah pengamat yang menawarkan segera dan terus-menerus umpan balik kepada pelaku, menggunakan



lembar kriteria yang dirancang oleh guru. Diakhir amalan yang pertama, pelaku dan pemerhati beralih peran, maka nama untuk perilaku perintah gaya resiprokal menjadi pelaku 1 pengamat 2 dan pengamat 1 menjadi pelaku 2. Kapan perilaku ini tercapai, tujuan berikut dapat dicapai dalam subjek dan perilaku.

Keputusan baru, yang dibuat oleh pengamat di set paska dampak, rinci proses intrinsik untuk memberikan umpan balik. Menawarkan umpan balik meliputi:

- a. mengetahui kriteria - harapan tugas
- b. mengamati pelaku kinerja
- c. membandingkan dan kontras pelaku kinerja terhadap tugas kriteria
- d. mengambil kesimpulan tentang apa adalah sama dan apa yang berbeda
- e. berkomunikasi hasil

Lima langkah tidak hanya suatu keharusan bagi siapa pun dalam peran menilai kinerja, tetapi mereka adalah intrinsik proses umpan balik. Sebelum penilaian kinerja dapat dilakukan, seseorang harus jelas kriteria atau model kinerja yang diharapkan. Pada gaya ini, guru memberikan informasi pada kartu kriteria. Setelah kriteria yang diketahui, mengamati kinerja dan mengumpulkan data yang diperlukan sebelum membandingkan dan kontras kinerja dengan kriteria. Langkah ini memberikan pengamat dengan informasi tentang kebenaran dari pelaku kinerja. pengamat sekarang siap untuk mengkomunikasikan hasil kepada pelaku dan menawarkan umpan balik yang sesuai. (Lima langkah sangat penting ketika guru menawarkan umpan balik, juga. Pada kenyataannya, jika satu langkah dari urutan, umpan balik yang tidak akan akurat.)

Tugas utama bagi guru adalah untuk mengatur adegan untuk peran baru dan hubungan baru, memulai perkenalan, guru menjelaskan perlunya hubungan timbal-balik. Beberapa guru telah digunakan berikut: "pada waktu dalam praktik pribadi saya tidak mampu untuk mengedarkan untuk semua siswa dan menawarkan umpan balik ketika diperlukan. Oleh karena itu, praktek baru ini adalah dirancang untuk menghilangkan periode menunggu itu. Setiap siswa akan memiliki mitra siapa yang memiliki jawaban, yang telah Kusediakan, dan siapa yang akan menyediakan informasi untuk Anda saat Anda berlatih. Ada menunggu dalam gaya ini"

Implikasi dari gaya timbal balik hampir sama seperti dua gaya sebelumnya memiliki implikasi yang mempengaruhi guru dan pelajar, jadi apakah gaya ini. Implikasi unik resiprokal gaya adalah:

- a. Guru menerima proses sosialisasi antara pengamat dan pelaku sebagai tujuan yang diinginkan dalam pendidikan.
- b. Guru mengakui pentingnya mengajar peserta didik untuk memberikan akurat dan objektif umpan-balik satu sama lain.
- c. Guru mampu menggeser kekuatan memberikan umpan balik kepada pelajar selama episode gaya timbal balik.
- d. Guru belajar perilaku baru yang memerlukan menahan diri dari langsung komunikasi dengan pemain tugas (pelaku).
- e. Guru bersedia untuk memperluas perilakunya melampaui orang perintah dan praktek gaya dan membutuhkan waktu yang dibutuhkan untuk peserta didik untuk mempelajari peran ini baru dalam membuat keputusan tambahan.

- f. Guru percaya siswa untuk membuat keputusan yang tambahan bergeser kepada mereka.
- g. Guru menerima sebuah kenyataan baru di mana dia bukanlah satu-satunya sumber informasi, penilaian dan umpan balik.
- h. Para peserta didik dapat terlibat dalam peran timbal balik dan membuat keputusan tambahan.
- i. Para peserta didik dapat memperluas peran aktif dalam proses pembelajaran.
- j. Para peserta didik dapat melihat dan menerima guru dalam peran selain yang intrinsik untuk gaya perintah dan praktek.
- k. Para peserta didik dapat menghabiskan waktu belajar (dengan menggunakan kriteria lembar) dihubungan timbal balik tanpa kehadiran terus-menerus guru.

Beberapa kesalahpahaman tentang gaya timbal balik sering mengembangkan di pikiran guru, yaitu:

- a. yang cerdas yang bekerja dengan boneka. Perilaku ini tidak dirancang untuk membedakan tingkat. Sebaliknya, kontribusi utama perilaku ini adalah menciptakan suatu kondisi di mana kedua mitra yang sama dalam peran mereka. Kedua pasangan memiliki kesempatan untuk menggunakan mereka kapasitas dalam konteks sosial gaya ini dan untuk menyesuaikan emosi mereka untuk mengakomodasi proses interaksi.
- b. di gaya resiprokal guru tidak bekerja. Sebaliknya, guru adalah sangat banyak kerja untuk mengajar para peserta didik sosialisasi dan keterampilan komunikasi dan perilaku baru menjadi pengamat dan penerima umpan balik dari rekan. Tidak ada gagasan bahwa pengamat adalah melakukan pekerjaan saya akurat. Guru terus-

menerus bergerak memberikan umpan balik, tetapi tentang aspek yang berbeda dari pendidikan proses. Guru masih bertanggung jawab atas peristiwa-peristiwa dan proses dalam pelajaran.

- c. perilaku ini adalah bukan untuk pelajar yang memiliki kesulitan dalam membandingkan dan kontras kinerja dengan kriteria. Sebaliknya, perilaku ini sangat baik bagi pelajar yang membutuhkan lebih banyak waktu dalam operasi *kognitif* ini. Mereka perlu latihan, dan apa kesempatan yang lebih baik daripada dengan mitra siapa "sama" dalam peran dan mendukung perilaku? Para peserta "defisit" sering dikecualikan dari situasi yang kompetitif. Koperasi sifat timbal balik gaya mengundang kebanyakan pelajar, cepat atau lambat, untuk berpartisipasi.
- d. pengamat mengevaluasi pelaku. Itu adalah kesalahpahaman bahwa peran pengamat adalah untuk mengevaluasi pelaku. Pengamat menyediakan umpan balik yang berbasis pada kriteria konten yang disediakan oleh guru. Fokus dari umpan balik adalah untuk memperkuat dan meningkatkan kinerja. Umpan balik ini tidak menghakimi tetapi lebih informatif tentang apa itu benar dan apa yang salah.

Peran siswa dalam penggunaan gaya resiprokal, yaitu:

- a. Untuk memilih peran pelaku dan pemerhati
- b. Sebagai pelaku, untuk melakukan tugas (seperti *Style B*)
- c. Sebagai pengamat, membandingkan dan kontras pelaku bekerja dengan kriteria, menarik kesimpulan dan menawarkan umpan balik kepada pelaku
- d. Setelah menyelesaikan tugas untuk beralih peran

Peran guru dalam penggunaan gaya resiprokal, yaitu:

- a. Memantau pengamat
- b. Untuk memberikan umpan balik ke pengamat
- c. Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan para pengamat.

Resiprokal dalam bahasa Indonesia artinya saling berbalasan. Pembelajaran dengan gaya ini siswa yang berpasangan saling memberikan umpan balik secara bergantian mengoreksi pasangannya, dalam gaya mengajar resiprokal tanggung jawab memberikan umpan balik bergeser dari guru kepada siswa atau pasangannya bukan dalam bentuk perlakuan melainkan umpan balik secara lisan atau hanya balikan *informative* saja. Gaya mengajar resiprokal dapat dilaksanakan semua tingkatan sekolah mulai dari SD, SLTP dan SMU, namun dalam pelaksanaan dan materinya yang berbeda. Gaya mengajar ini dapat dilakukan dengan kelompok kecil dua orang dan juga lebih dari dua orang, untuk kelompok yang kecil yang hanya dua orang disini hanya ada dua peran yaitu perilaku (a) dan pengamat (b) yang berperan sebagai pemberi umpan untuk kelompok yang lebih dari dua orang, beberapa peran harus dilakukan misalnya sebagai pelaku, penilai kesalahan, dan juga pengawas.

Berikut pelaksanaan gaya resiprokal, yaitu:

- a. Dalam gaya resiprokal ada tuntutan-tuntutan baru bagi guru dan pengamat:
- b. Guru harus menggeser umpan balik kepada siswa (a)
- c. Pengamat harus belajar bersikap positif dan member umpan balik
- d. Pelaku harus belajar menerima umpan balik dari teman sebaya, ini memerlukan adanya rasa percaya

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar resiprokal dituntut untuk berpasangan saling memberikan umpan balik secara bergantian mengoreksi pasangannya, gaya mengajar ini dapat dilakukan dengan kelompok kecil dua orang dan juga lebih dari dua orang. Tujuan dari gaya resiprokal yaitu memberikan umpan balik bergeser dari guru ke teman sebaya. Hasil belajar dengan gaya mengajar resiprokal, guru harus benar-benar mengamati peranan-peranan siswa baik siswa sebagai pelaku atau pun siswa sebagai pengamat, selain mengamati setiap pasangan, gaya mengajar ini juga dapat dilakukan dengan cara satu persatu dari yang sebagai penilai, pencatat dan pengawas atau pengamat.

### **2.1.5 Hakikat Permainan Bola Voli**

Bola voli merupakan jenis permainan olahraga beregu yang masing-masing regu dimainkan oleh dua tim dimana tiap tim beranggotakan enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dipisahkan oleh net atau jaring (Barbara L. Viera, 2004:2). Tujuan dari permainan ini adalah setiap regu yang bermain berusaha melewati bola secara baik melalui net di antara dua antena (rod) sampai bola tersebut menyentuh lantai atau tanah di daerah lawan, dan mencegah agar bola yang dilewatkan tidak menyentuh lantai atau tanah dalam lapangan sendiri. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga pukulan yang terdiri dari operan 15 lengan depan kepada pengumpan, yang selanjutnya diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke bidang lapangan lawan (Barbara L. Viera, 2000:2) Tiap kelompok harus berusaha memukul bola sampai melewati net dan akan mendapat poin 1 jika bola berhasil jatuh ke petak lawan (*rally point*), permainan selesai apabila salah satu tim

mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka.

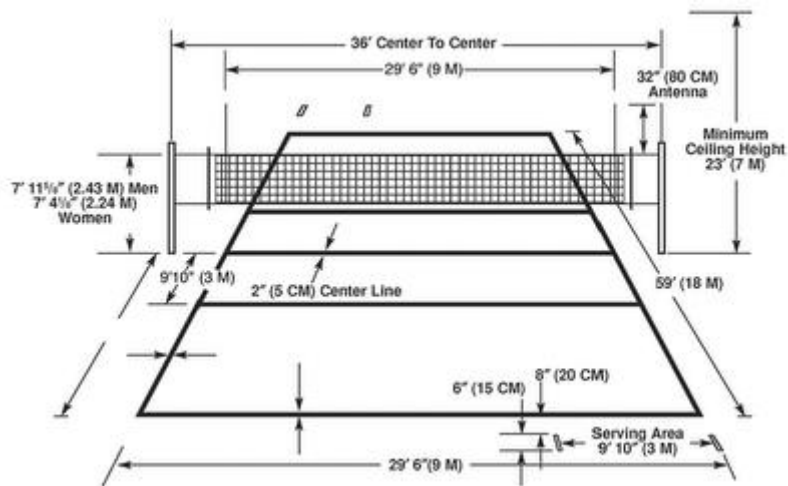
Machfud Irsyada (dalam Agus Dwijatmiko, 2011: 12) permainan bola voli masing-masing yang dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono (2009:13) menyatakan bahwa teknik dasar dalam permainan bola voli adalah teknik *service* bawah, teknik *service* atas teknik *passing* meliputi *passing* bawah dan *passing* atas yang benar. Untuk teknik *passing* atas yang benar adalah dengan memperhatikan sikap tubuh berdiri kangkang, posisi kedua tangan, cara memantulkan bola, dan pandangan mata selalu ke arah bola. Terdapat versi yang berbeda untuk digunakan pada keadaan khusus dan pada akhirnya adalah untuk menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang. Tujuan dari permainan bola voli adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga kali pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan *block*).

Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola “keluar” atau salah satu tim memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (*Rally Point System*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli, akan

memperoleh satu angka dan berhak untuk melakukan servis berikutnya, serta pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam.

Bentuk dan Ukuran Lapangan Bola voli :



**Gambar 2.1 Lapangan Bola Voli**

Sumber : Tim Bina Karya Guru (2004: 18)

Lapangan permainan bola voli berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran 18 x 9 m, lapangan dibagi dua bagian yang sama besar oleh sebuah garis tengah yang di atasnya dibentangkan net dengan ketinggian 2,43 m untuk putra dan 2,24 m untuk putri .

### 2.1.5.1 Teknik Dasar Permainan Bola voli

Teknik dasar dapat diartikan sebagai proses gerak sebagai pondasi dengan tuntutan kondisi gerak sederhana dan mudah. Teknik adalah suatu proses melahirkan



keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli. Dalam mempertinggi prestasi bola voli, teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli 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.

Dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, antara lain:

1) Teknik *Passing*

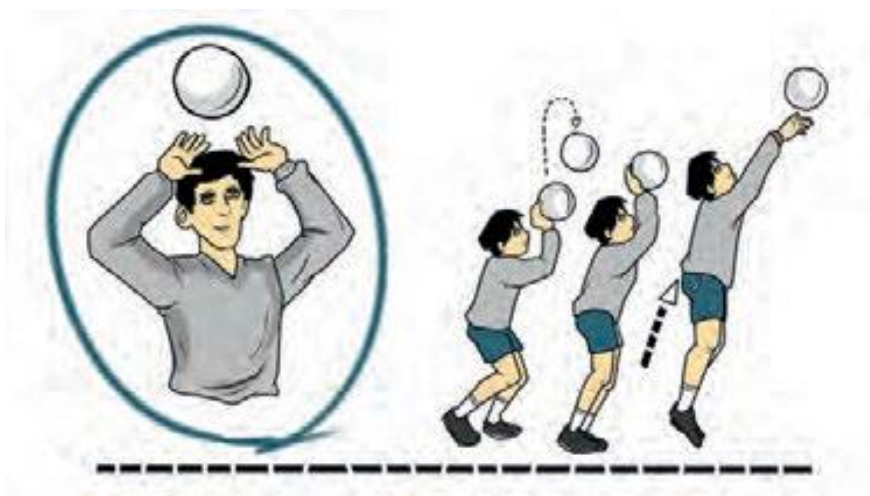
Nuril Ahmadi (2007: 22) mengatakan bahwa “*passing*” adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri”.

Suharno HP. (2009: 15) berpendapat bahwa *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Dalam permainan bola voli, *passing* dapat dilakukan dengan cara:

a) *Passing* atas

*Passing* atas yaitu *passing* bola menggunakan jari dan ibu jari dua-duanya pada saat bola berada di atas dahi depan. *Passing* atas merupakan salah satu teknik yang sering digunakan sebagai umpan untuk menjanjikan bola dalam melakukan *smash*. Agar teman seregu dapat memainkan atau melakukan serangan dengan baik terhadap lawannya, maka teknik *passing* atas tersebut harus dilakukan dengan baik dan tepat.



**Gambar 2.2 Teknik *Passing* Atas**

(teknikdasar-olahraga.blogspot.com)

Cara melakukan teknik *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditekuk hingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan kurang lebih  $45^{\circ}$ , bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan. Sikap pergelangan tangan dan jari-jari tidak berubah (Nuril Ahmadi, 2007: 25)

b) *Passing* bawah

Barbara L. Viera (dalam Maharani Kirana P, 2013:19), mengatakan bahwa “Operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima *spike* memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola terpantul di net”.

Nuril Ahmadi (2007: 23) memainkan bola dengan sisi dalam lengan bawah (*passing* bawah) merupakan teknik bermain yang cukup penting.

Kegunaan teknik lengan bawah antara lain:

- (1) Untuk penerimaan bola servis
- (2) Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan atau *smash*
- (3) Untuk pengambilan bola setelah terjadi *block* atau bola dari pantulan net
- (4) Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh di luar lapangan permainan
- (5) Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Langkah-langkah saat *passing* bawah menurut M. Yunus (dalam Widy Asih Sulastri, 2011: 9-10), yaitu:

- (1) Sikap Permulaan

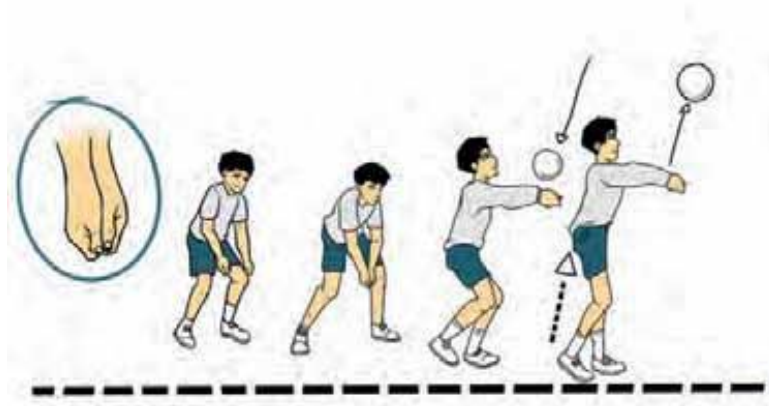
Ambil sikap normal permainan voli, yaitu: kedua lutut ditekuk dengan sedikit dibengkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar dapat memudahkan dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan yaitu punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri saling berpegangan.

### (2) Gerakan Pelaksanaan

Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus. Perkenaan bola pada bagian proximal, dari lengan di atas pergelangan tangan pada waktu lengan membentuk sudut sekitar  $45^\circ$  dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.

### (3) Gerakan Lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk *passing* bawah ke depan tidak melebihi  $90^\circ$  dengan lengan bahu atau badan.



**Gambar 2.3 Teknik *Passing* Bawah**

(<http://gurupenjaskes.com>)

Kesalahan - kesalahan umum pada pelaksanaan teknik *passing* bawah (Nuril Ahmadi, 2007: 24), antara lain:

- (1) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya

- (2) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak  $90^\circ$
- (3) Bola jatuh pada telapak tangan
- (4) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar
- (5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- (6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola lari jauh menyeleweng.
- (7) Kurang menekuk lutut pada langkah persiapan pelaksanaan.
- (8) Persentuhan bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada) sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan *passing*.
- (9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas, dilakukan dengan *passing* bawah.
- (10) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- (11) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama pada wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- (12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat, berputar).
- (13) Lengan pemukul digerakkan dua kali (14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu.

Barbara L. Viera dan Bonnie Jill Fergusson (2004: 21) mengatakan bahwa penghambat kesuksesan operan lengan depan, antara lain:

- (1) Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola. Lanjutan lengan berada di atas bahu.
- (2) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dioper terlalu rendah dan terlalu kencang.
- (3) Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka.
- (4) Lengan terpisah sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operannya salah.
- (5) Bola mendarat di lengan daerah siku, atau menyentuh tubuh.

## 2) Teknik *smash*

Pukulan keras atau *smash*, disebut juga *spike*, merupakan bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Pukulan *smash* banyak macam variasinya. *Smash* adalah pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, jalannya bola menukik (Nuril Ahmadi, 2007: 31). Macam-macam pukulan di dalam *smash*, antara lain sebagai berikut:

### a) Pukulan serangan frontal

Arah pukulan bola atau jalannya bola sebagian besar searah dengan arah awalan.

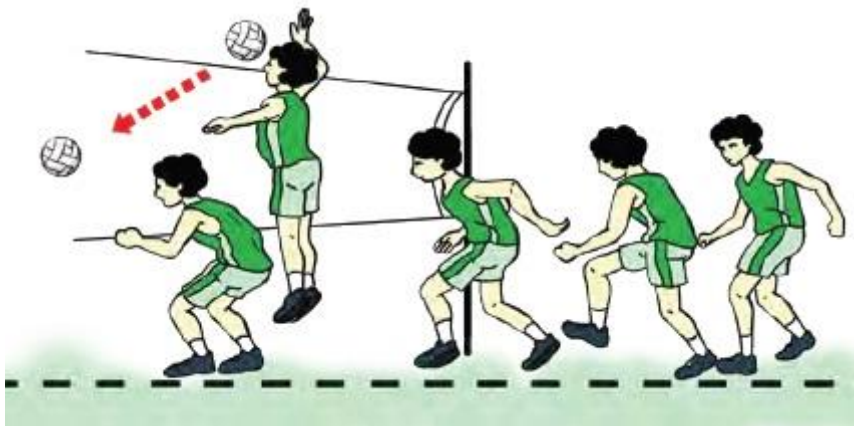
### b) Pukulan berputar

Arah awalan dan arah pukulan saling membentuk sudut. C

### c) Pukulan serangan melalui

Sisi badan Sisi badan menghadap jaring serta arah awalan dan arah pukulan juga saling membentuk sudut.

- d) Pukulan dengan gerakan sendi pergelangan tangan yang dapat diarahkan ke segala arah. Pukulan ini dalam pelaksanaannya dapat dengan putaran tubuh atau tanpa putaran tubuh.

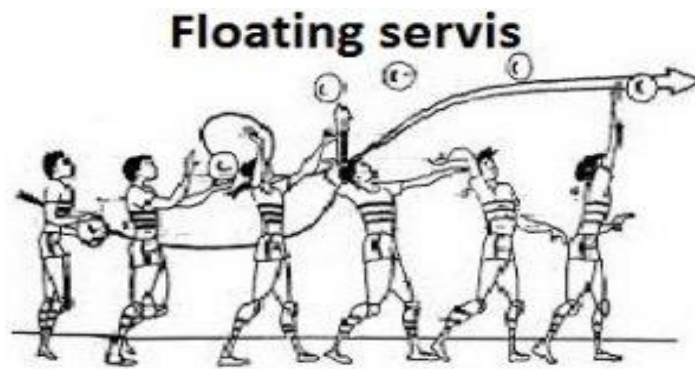


**Gambar 2.4 Teknik *Smash***

(<http://dodolanweb.com>)

### 3) Teknik Servis

Nuril Ahmadi (2007: 20) mengemukakan bahwa servis adalah pukulan yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. Karena pukulan servis berperan besar untuk memperoleh poin. Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli, di antaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), dan servis loncat (*jump service*).



**Gambar 2.5 Teknik Service bawah dan Atas**

(<http://dodolanweb.com>)

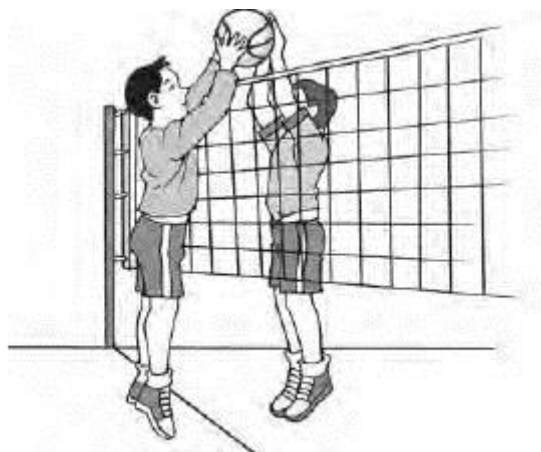
#### 4) *Block* atau bendungan

*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. *Block* dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan *block* tangan digerakkan ke kanan maupun ke kiri) atau juga pasif (tangan pemain hanya dijulurkan ke atas tanpa



digerakkan). *Block* dapat dilakukan oleh satu, dua, dan tiga pemain (Nuril Ahmadi, 2007: 30).

*Blocking* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun, presentase keberhasilan *block relative* kecil karena arah bola *smash* yang akan di *block*, dikendalikan lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian lompatan dan jangkauan tangan pada bola yang sedang dipukul lawan.



**Gambar 2.6 Teknik *Block***

(<http://gurupemjaskes.com>)

### **2.1.6 Hakekat Teknik *Passing Atas* atau *Overhead***

*Passing atas* atau *overhead volley* merupakan unsur yang terpenting dalam permainan bola voli. Banyak perincian yang perlu diperhatikan, sebelum siswa mampu melakukan proses gerak yang sangat rumit dalam *passing atas*. Menurut Durrwachter (2006:12-13), siswa harus mengetahui gaya dan teknik yang sempurna dalam melakukan *passing atas*. Gaya yang sempurna tersebut meliputi :

1. Bentuk dasar gerakan

a. Siap menunggu bola datang

Lutut agak ditekuk. Sikap kaki seperti hendak melangkah dengan posisi selebar bahu. Lengan bawah mendatar.

b. Lari – berhenti – *passing* atas

Cepat menyongsong bola pada posisi tepat. Tangan terangkat dengan siku pada sikap yang wajar dan dengan jarak yang enak. Kaki kembali pada posisi melangkah, agak melebar. Tubuh bertumpu pada kedua kaki secara merata.

c. Sebelum menyentuh bola, posisi agak berjongkok

Gerakkan tangan menyongsong bola berlangsung serentak dengan tekukan lutut.

d. Tungkai diluruskan pada saat menentukan

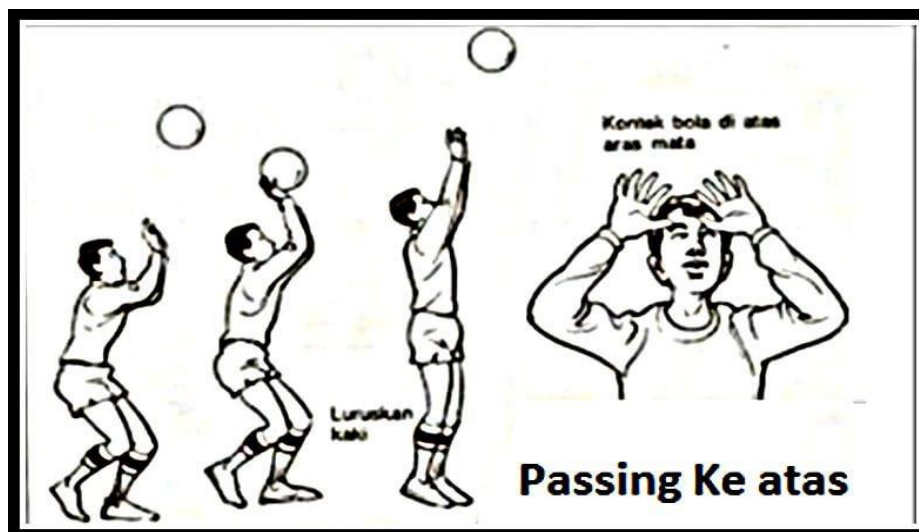
e. Tungkai diluruskan dengan cepat, begitu pula lengan untuk menyongsong bola.

f. Bola dipantulkan tanpa dipegang

Jari-jari tangan menyentuh bola, sedikit di atas kepala.

g. Gerak longgar mengikuti bola

Tungkai, tubuh dan lengan terentang mengikuti arah bola yang sudah dipantulkan. Tangan dan jari tidak boleh kaku.



**Gambar 2.7. Gaya sempurna melakukan *passing* atas**

(Durrwachter, 2006:12-13)

Beutelstahl (2007:21-22) *overhead volley* atau *passing* atas adalah jenis *volley* (suatu pukulan melambungkan bola) yang paling populer. Pemain harus menghadap ke arah tujuan bola sebelum ia mulai melambungkan bola tersebut. Secara umum, sekuensi gerakan pada saat melakukan *overhead volley* terdiri atas tiga tahapan sebagai berikut:

1. Tahap pertama Fase persiapan.

Pemain mempersiapkan diri dengan stance dasar: kedua lutut ditekuk sedikit, jarak antara kedua kaki kira-kira selebar kedua paha, kaki yang satu di depan kaki yang lain. Tubuh harus segera mengambil posisi di bawah bola. Berat badan dibagi merata, bertumpu pada kedua kaki. Tangan ditekuk ke belakang dari pergelangannya, posisi di atas kepala dan jarinya berbentuk "cup" dan dileberkan selebar mungkin.

2. Tahap kedua Fase sentuhan.

Pemain menggerakkan tubuh dan lengannya ke belakang pada waktu terjadinya kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang dibebaskan selebar mungkin. Selama melakukan *overhead volley*, kepala selalu ditegakkan kebelakang dan kedua paha menjuruskan ke depan.

3. Tahap ketiga *Fase follow-through*.

Sesudah selesai melambungkan bola, pemain langsung pindah tempat pada posisi berikutnya.

Untuk mencapai pemahaman teknik dasar *passing* atas atau *overhead* dengan baik maka diperlukan latihan yang teratur dan terukur juga harus memperhatikan kesalahan pada setiap melakukan *passing* atas untuk instropeksi diri sehingga dapat menguasai teknik *passing* atas atau *overhead* dalam permainan bola voli dengan baik. Kesalahan tersebut antara lain meliputi:

1. Tubuh tidak diarahkan sesuai dengan arah tujuan bola. Dengan kata lain *volley* terlalu cepat
2. Bola dimainkan pada saat tubuh bergerak. Dengan kata lain *volley* kurang cermat karena gerakan tubuh pemain
3. Kaki kurang lurus
4. Lengan kurang lurus
5. Pergelangan tangan terlalu kaku. Dengan kata lain *volley* kurang terkontrol
6. Jari-jari lerau kaku dan lurus. Dengan kata lain, bola berputar di udara sesudah di *volley*

7. Ibu jari dijulurkan ke depan. Dengan kata lain, bola akan menyimpang ke kanan dan ke kiri
8. Kedua tangan terlalu jauh yang satu dengan yang lain. Dengan kata lain bola akan menyelinap di antara kedua tangan
9. Gerakkan-gerakan kaki, bagian bawah tubuh dan lengan yang kurang terkoordinasi dengan baik.
10. Timing yang kurang baik sehingga kontak dengan bola terlalu cepat atau sudah terlambat.

#### **2.1.7 Karakteristik Siswa SMA/SMK**

Pertumbuhan yang terjadi sebagai perubahan individu lebih mengacu dan menekankan pada aspek perubahan fisik kearah yang lebih maju. Dengan kata lain, pertumbuhan dapat didefinisikan sebagai proses perubahan fisiologis yang bersifat progresif dan kontinu serta berlangsung dalam periode tertentu. Oleh karena itu, sebagai hasil dari pertumbuhan adalah bertambahnya berat atau tinggi badan, tulang otot menjadi lebih kuat, lingkaran tubuh menjadi lebih besar, dan organ tubuh menjadi lebih sempurna. Pada akhirnya, pertumbuhan ini mencapai titik akhir yang berarti bahwa pertumbuhan telah selesai. Bahkan pada usia tertentu, misalnya usia lanjut, justru terdapat bagian-bagian fisik tertentu yang mengalami penurunan dan pengurangan. Sedangkan perkembangan lebih mengacu pada perubahan karakter yang khas dari gejala-gejala psikologis ke arah yang lebih maju.

Pertumbuhan dan perkembangan manusia mengalami beberapa tahapan, dimana dari setiap tahap memiliki suatu identitas dan karakteristik tersendiri yang dipengaruhi oleh banyak faktor. Perkembangan dapat dicapai karena adanya proses belajar dan proses

belajar hanya mungkin berhasil jika ada suatu pembelajaran yang sesuai dengan tahapan yang sesuai pula.

Masa remaja terletak diantara masa anak dan masa dewasa. Masa remaja adalah tahapan yang pada umumnya dimulai sekitar usia 15 tahun. Awal masa remaja ditandai dengan pertumbuhan fisik sangat pesat dengan mulai berfungsinya hormon-hormon sekunder pada permulaan masa remaja. Pertanda fisik yang sudah menyerupai manusia dewasa ini tidak di ikuti dengan perkembangan psikis yang sama pesatnya. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju kehidupan orang dewasa merupakan masa yang sulit dan penuh gejolak sehingga sering disebut sebagai masa badai dan topan (*strum and drang*), masa pancaroba dan berbagai.

Arajoo T.V (2006) menyatakan bahwa aspek *kognitif* meliputi fungsi intelektual seperti pemahaman, pengetahuan dan ketrampilan berpikir. Untuk siswa SMP perkembangan *kognitif* utama yang dialami adalah formal operasional, yang mampu berpikir abstrak dengan menggunakan simbol-simbol tertentu atau mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal yang tidak terikat lagi oleh objek-objek yang bersifat konkrit, seperti peningkatan kemampuan analisis, kemampuan mengembangkan suatu kemungkinan berdasarkan dua atau lebih kemungkinan yang ada, kemampuan menarik generalisasi dan inferensasi dari berbagai kategori objek yang beragam. Selain itu ada peningkatan fungsi intelektual, kapabilitas memori dalam bahasan perkembangan konseptual. Dengan kata lain, bahasa merupakan salah satu alat vital untuk kegiatan *kognitif*.

## 2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan

Penelitian relevan berfungsi sebagai landasan dalam sebuah penelitian. Kajian yang relevan dengan penelitian ini:

1. Penelitian mengenai proses pembelajaran baik secara teori maupun praktek di lapangan telah banyak dilakukan salah satunya penelitian tentang “Upaya Peningkatan Minat *Passing* Bawah Bola voli Mini melalui Bermain pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Redin Kecamatan Gebang Kabupaten Purworejo Tahun Ajaran 2013/2014” oleh Edi Nugroho (2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD Negeri 1 Redin yang berjumlah 21 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan permainan dapat meningkatkan penguasaan *passing* bawah pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Redin. Berdasarkan hasil tes pada siklus pertama rata-rata nilai siswa adalah 68,45 meningkat menjadi 79,76 pada siklus kedua, sedangkan pada siklus ketiga nilai rata-rata siswa menjadi 88,10 meningkat dibanding siklus pertama dan kedua. Pada siklus ketiga 100% siswa dapat mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) yaitu 65 untuk nilai Penjaskes di SD Negeri 1 Redin.
2. Penelitian yang dilakukan Sukarti (2010), yang berjudul “Upaya Meningkatkan Pembelajaran *Passing* atas Permainan Bola voli dengan Modifikasi Bola Pada Siswa Kelas IV SD Kadisobo 2 Sleman”. Penelitian tersebut merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, panduan observasi dan angket tanggapan siswa. Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa (1) Dengan adanya modifikasi bola motifasi siswa

meningkat, hal ini ditunjukkan dengan adanya antusias dan semangat siswa dalam mengikuti

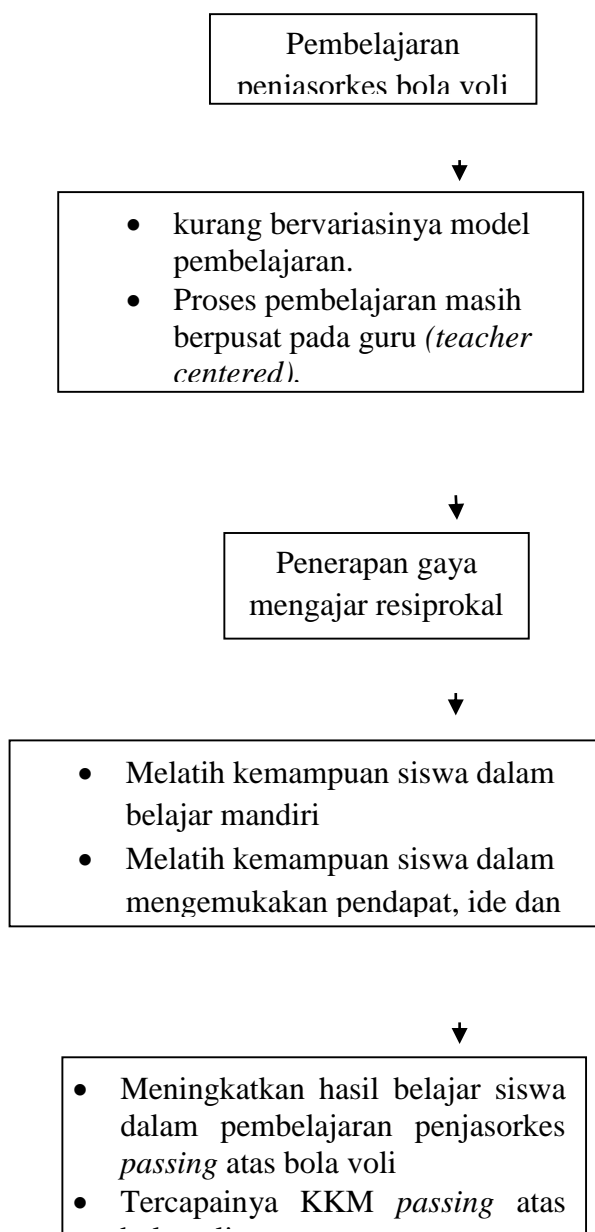
3. Penelitian yang dilakukan oleh Taufiq Hidayat (2014) dengan judul “ Hasil Belajar *Passing* atas Bola voli Pada Siswa Kelas IV SD N Blimbingsari Kec. Sooko Kab. Mojokerto”. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di kelas IV SD N Blimbingsari Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto, siswa mengalami kesulitan dalam melakukan *passing* atas bolavoli secara sempurna. Kesalahan siswa banyak terjadi pada pola keterampilan gerak. Dari latar belakang di atas maka dalam penelitian ini mencoba mendeskripsikan “Hasil Belajar *Passing* Atas pada siswa kelas IV SD N Blimbingsari Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto”. Subyek penelitian adalah siswa siswi kelas IV SD N Blimbingsari Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto sebanyak 19 siswa. Penelitian ini dilaksanakan bulan januari 2014. Hasil ketuntasan belajar *passing* atas bola voli siswa kelas IV SD N Blimbingsari Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto sebesar 84,21%

### **2.3 Kerangka Berpikir**

Berdasarkan latar belakang di atas, Hasil observasi yang dilaksanakan oleh peneliti menemukan data fakta yang mendasari pelaksanaan penelitian ini, Salah satu upaya untuk meningkatkan penguasaan *passing* atas khususnya perlu diterapkan metode pembelajaran yang tepat dalam hal ini peneliti menggunakan metode gaya mengajar resiprokal adalah strategi belajar dengan sejumlah siswa sebagai anggota kelompok kecil yang tingkat kemampuannya berbeda., masih kurang bervariasinya model pembelajaran yang digunakan oleh guru sehingga kurang menarik perhatian siswa, proses pembelajaran masih berpusat pada guru (*teacher centered*), guru belum maksimal melaksanakan



pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran, kurangnya sarana dan prasarana yang juga menunjang proses pembelajaran, siswa belum terlibat secara aktif untuk menemukan sendiri konsep/materi pembelajaran.



**Gambar 2.8 Kerangka Berfikir**

## **2.4 Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kajian teoritis dan kerangka berfikir diatas, maka dapat diasumsikan hipotesis tindakanya sebagai berikut: ada peningkatan hasil belajar siswa menggunakan gaya mengajar resiprokal pada pembelajaran penjasorkes materi *passing* atas bola voli siswa kelas XI TKJ SMK Al Ma'arif Demak tahun 2020.

The logo of Universitas Wahid Hasyim Semarang is a circular emblem with a scalloped border. It features a central shield with an open book and a quill pen. The text 'UNIVERSITAS WAHID HASYIM' is written around the top half of the circle, and 'SEMARANG' is at the bottom. There are also stars and a sun-like symbol in the background.

**HALAMAN INI TIDAK TERSEDIA**

**BAB III DAN BAB IV**

**DAPAT DIAKSES MELALUI**

**UPT PERPUSTAKAAN UNWAHAS**

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan pembelajaran dengan pendekatan gaya mengajar resiprokal mampu meningkatkan hasil belajar dan meningkatkan meningkatkan aktivitas gerak siswa dalam permainan bola voli khususnya teknik passing atas bagi siswa kelas XI SMK Al Ma'arif Demak tahun 2020. Peningkatan hasil belajar dan keaktifan gerak siswa dalam permainan bola voli tersebut dapat dilihat dari tingkat ketuntasan nilai siswa pada siklus I dan siklus II. Pada siklus I yaitu siswa tuntas sebanyak 10 dengan presentase 52,7%. Pada siklus II siswa yang tuntas sebanyak 16 atau 84,3%. Dapat dilihat presentase peningkatan hasil belajar penjas dalam permainan bola voli dengan pendekatan gaya mengajar resiprokal dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 31,6% atau meningkat 6 siswa.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan simpulan dari Pelaksanaan Tindakan Kelas dengan gaya mengajar resiprokal di atas, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru

Guru hendaknya dapat menerapkan pembelajaran pada materi *passing* atas bola voli dengan gaya mengajar resiprokal, sehingga dapat membantu guru dalam mengorganisasikan materi ajar serta memudahkan peserta didik dalam memahami materi pelajaran dan mempraktikkan materi.

2. Bagi Siswa

Peserta didik hendaknya mempersiapkan diri dengan baik untuk mengikuti pembelajaran dengan memperhatikan guru, dan aktif dalam proses pembelajaran sehingga hasil belajar peserta didik dapat meningkat.

3. Bagi Sekolah

Pihak sekolah hendaknya memberikan motivasi pada guru untuk melakukan perbaikan pendidikan dan pengajaran, serta memonitoring kinerja guru dari persiapan hingga pelaksanaan pembelajaran dan melengkapi sarana prasarana pendukung pembelajaran agar proses belajar mengajar berlangsung secara aktif, kreatif dan inovatif.

4. Bagi Peneliti

Peneliti harus mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran, gaya pembelajaran yang akan digunakan dalam proses pembelajaran secara maksimal sebelum pelaksanaan penelitian, agar tidak mengalami hambatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Agus Dwi Jatmiko. (2011). *Peningkatan Permainan Pembelajaran Bolavoli Melalui Pendekatan Pakem Pada Siswa Kelas V A SDIT Alam Nurul Islam*. Skripsi. FIK-UNY.
- Arma Abdoelah dan Agus Manadji. (2004). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Asep Kurnia Nenggala. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Cetakan 1. Bandung : Grafindo media Pratama
- Barbara L. Viera, MS; Bonnie Jill Ferguson, MS. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. (Alih Bahasa: Monti) Jakarta: Dahara Prize Semarang
- Durrwachter, Gerhard. 1986. *BOLA VOLLEY (Belajar dan Berlatih Sambil Bermain)* diterjemahkan oleh Agus Setiadi. Jakarta : Gramedia
- Husdarta. 2000 *belajar dan pembelajaran*. Jakarta. Depdiknas
- Krismanto. (2003). *Beberapa Teknis, Model dan Strategi Matematika. Makalah. Disampaikan dalam rangka pelatihan pengembangan SMU 20 Juli sd 10 Agustus 2003*. Depdiknas, Ditjen Dikdasmen PPPG Yogyakarta.
- L. Viera, Barbara dan Bonnie Jill Fergusson. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- M. Sobry Sutikno, (2009). *Belajar Pembelajaran. Prospeet*. Bandung.
- M. Yunus. (2002). *Olahraga Bola Voli*. Jakarta : Departmen Pendidikan dan Kebudayaan
- Martinis Yamin. (2005). *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Ciputat: Gaung Persada Press.
- Qoriah, Anirotul, 2011, *Filsafat Olahraga*. Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Olahraga: Unnes.
- Rochiati Wiriaatmadja (2009) *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

- Rusli Lutan. (2000). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Suharno, H.P. (2001). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto, (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Sukintaka, (2006). *Teori Bermain untuk D2 PGSD PENJASKES*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi, Arikunto, dkk. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Tim Penjaskes SLTP. (2005). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Yudhistira.
- Yusmawati., Mulyana., Engkus, K. (2004). *Pendekatan Gaya Mengajar Resiprokal dan Gaya Mengajar Priksa Sendiri terhadap Hasil Belajar Sikap Lilin*. Jakarta:FIKUNJ