



**UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI
METODE KOOPERATIF PADA SISWA KELAS VIII**

SMP NEGERI 4 PULAU MERBAU

Subrihadi¹. Rahmat Sanusi². Rudi Hanafi³

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu
Pendidikan Meranti Kabupaten Kepulauan Meranti

email : hadiesoebrihadie@gmail.com

Submitted : 2025-02-05, Reviwed: 2025-03-26, Accepted : 2025-05-02

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan servis bawah bola voli melalui metode kooperatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau.

Jenis penelitian menggunakan PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 siswa, teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan jumlah populasi 25 siswa. Standar ketuntasan 80% dari jumlah siswa.

Berdasarkan hasil analisis data pelaksanaan siklus I, terdapat 21 siswa yang berhasil mencapai nilai KKM dengan persentase 84%. Sehingga peneliti tidak melanjutkan ke siklus 2 karena siklus 1 sudah mencapai target ketuntasan 80% dari 25 orang siswa. demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan servis bawah bola voli melalui metode kooperatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau.

Kata Kunci : Upaya Peningkatan, Metode Kooperatif, Servis Bawah Bola Voli.

ABSTRACT

The purpose of this study was to improve volleyball lower serve skills through cooperative methods in class VIII students of SMP Negeri 4 Pulau Merbau.

This type of research uses PTK (Classroom Action Research). The population in this study amounted to 25 students, the sampling technique used total sampling, with a population of 25 students. The standard of completeness is 80% of the number of students.

Based on the results of data analysis of the implementation of cycle I, there were 21 students who successfully achieved the KKM score with a percentage of 84%. So that the researcher did not continue to cycle 2 because cycle 1 had reached the target completeness of 80% of 25 students. Thus it can be concluded that there is an increase in volleyball lower service skills through cooperative methods in class VIII students of SMP Negeri 4 Pulau Merbau.

Key Word: Improvement Efforts, Cooperative Method, Volleyball Lower Serve

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan komponen integral dalam sistem pendidikan yang memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan peserta didik secara menyeluruh. Tujuan utama dari PJOK tidak hanya sebatas peningkatan kebugaran fisik, tetapi juga mencakup pengembangan keterampilan motorik, kemampuan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, perilaku moral, gaya hidup sehat, dan pemahaman tentang lingkungan yang bersih melalui kegiatan fisik, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara sistematis (Depdiknas, 2005).

PJOK berorientasi pada empat aspek utama, yaitu aspek fisik, psikomotorik, afektif, dan kognitif. Keempat aspek ini bukan hanya tujuan khusus, melainkan bagian integral dari tujuan pendidikan nasional secara keseluruhan. Sebagaimana dinyatakan dalam Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 Pasal 25 ayat 5, pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan harus dilaksanakan secara teratur, bertahap, dan berkelanjutan dengan memperhatikan perkembangan peserta didik. Oleh karena itu, guru PJOK diharapkan dapat mengimplementasikan pembelajaran secara efektif dan kontekstual sesuai tahap perkembangan siswa.

Salah satu fokus dalam pembelajaran PJOK adalah penguasaan teknik dasar permainan olahraga, termasuk permainan bola voli. Dalam permainan ini, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai siswa, seperti servis, passing, smash, dan blok. Servis bawah merupakan teknik servis dasar yang sering diajarkan pada level sekolah menengah pertama, karena relatif lebih mudah dikuasai oleh siswa pemula (Suharno, 2021). Namun, kenyataannya tidak sedikit siswa yang

masih mengalami kesulitan dalam memahami dan menguasai teknik dasar tersebut.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMP Negeri 4 Pulau Merbau, ditemukan beberapa permasalahan dalam pembelajaran bola voli, khususnya pada materi servis bawah. Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam koordinasi gerak, belum memahami teknik dengan baik, dan kurangnya inovasi dalam penggunaan alat bantu atau modifikasi pembelajaran oleh guru. Hal ini menyebabkan tujuan pembelajaran untuk keterampilan servis bawah belum sepenuhnya tercapai.

Dalam rangka mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan penerapan metode pembelajaran yang inovatif dan mampu meningkatkan motivasi serta keterampilan siswa secara efektif. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah metode pembelajaran kooperatif. Metode ini menekankan pada kerja sama antarsiswa dalam kelompok kecil untuk mencapai tujuan pembelajaran bersama, yang terbukti mampu meningkatkan keterlibatan dan keterampilan motorik siswa (Arsyad, 2018).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya peningkatan keterampilan servis bawah bola voli melalui metode kooperatif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau.

A. Kajian Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini antara lain:

1. **Sholeh Prasetyo (2022)** dalam penelitiannya yang berjudul "Upaya Peningkatan Passing Bawah Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif dalam Permainan Bola Voli pada Siswa

Kelas V SD Negeri 1 Mutihan Tahun Ajaran 2021/2022". Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah siswa melalui penerapan metode pembelajaran kooperatif. Menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK), penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 28 siswa kelas V SD Negeri 1 Mutihan. Instrumen yang digunakan meliputi lembar penilaian keterampilan, observasi siswa, dan observasi guru. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan keterampilan passing bawah siswa dari kondisi awal sebesar 21% hingga mencapai 86% siswa yang memenuhi KKM setelah siklus II. Hal ini membuktikan bahwa metode pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan keterampilan dasar passing bawah dalam permainan bola voli.

2. **Chelsi Pressilia (2019)** dalam penelitiannya berjudul "Upaya Meningkatkan Keterampilan Servis Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Alat pada Siswa Kelas VII-2 di SMPN 25 Pekanbaru", meneliti efektivitas penggunaan alat bantu modifikasi dalam pembelajaran keterampilan servis bawah. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan populasi sebanyak 34 siswa, yang sekaligus menjadi sampel penelitian. Hasil pelaksanaan pada siklus I menunjukkan bahwa 76% siswa mencapai KKM. Setelah

dilakukan perbaikan pada siklus II, capaian meningkat menjadi 82% siswa yang memenuhi KKM. Temuan ini mengindikasikan bahwa modifikasi alat dapat meningkatkan keterampilan servis bawah dalam pembelajaran bola voli.

B. Kerangka Berpikir

Kemampuan servis bawah dalam permainan bola voli merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting dikuasai oleh siswa. Untuk memperoleh hasil servis bawah yang optimal, diperlukan penerapan metode pembelajaran yang efektif dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah metode modifikasi alat, yakni dengan menggunakan bola plastik sebagai pengganti bola voli standar selama proses pembelajaran. Penggunaan bola plastik bertujuan untuk mengurangi hambatan psikomotorik siswa dan meningkatkan kenyamanan saat berlatih teknik dasar servis bawah.

Selain itu, metode pembelajaran kooperatif juga dipandang efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa. Pembelajaran kooperatif melibatkan siswa dalam kelompok kecil yang heterogen untuk saling membimbing dan belajar bersama. Dengan pengelompokan seperti ini, siswa tidak hanya menerima materi dari guru, tetapi juga saling membantu dalam menguasai keterampilan melalui diskusi, pengamatan, dan praktik bersama. Guru tetap memegang peran sentral dalam memberikan arahan dan materi secara terstruktur sebelum siswa melanjutkan pembelajaran melalui

Siklus	Jumlah	Persentase	Kategori
Siklus 1	21	84%	Tuntas
	4	16%	Tidak Tuntas

interaksi kelompok.

Kombinasi antara modifikasi alat dan pendekatan kooperatif diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan produktif, serta meningkatkan penguasaan teknik servis bawah secara bertahap. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa penerapan metode pembelajaran kooperatif yang dipadukan dengan modifikasi alat memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan servis bawah dalam permainan bola voli.

C. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang dilaksanakan di lingkungan kelas dengan tujuan meningkatkan keterampilan servis bawah melalui metode bermain. Menurut Arikunto (2011:57), PTK adalah jenis penelitian yang dilakukan oleh guru, baik secara kolaboratif dengan peneliti lain atau oleh guru itu sendiri yang juga berperan sebagai peneliti. Penelitian ini berfokus pada perbaikan dan peningkatan proses serta praktik pembelajaran di kelas atau di sekolah tempat guru tersebut mengajar.

Jenis penelitian menggunakan beberapa model siklus. Menurut Arikunto (2010:137) mengemukakan model yang didasarkan pada konsep pokok bahwa penelitian tindakan terdiri dari empat pokok yang menunjukkan langkah, yaitu:

- 1) Perencanaan (planning)
- 2) Tindakan (acting)
- 3) Pengamatan (observing)
- 4) Refleksi (reflecting)

Data berupa hasil tes dilakukan sebagai data kumulatif. Data tersebut dianalisis secara deskriptif, yakni dengan membandingkan nilai tes antar siklus yang dianalisis adalah

nilai siswa sebelum menggunakan metode kooperatif dengan nilai siswa setelah menggunakan metode kooperatif sebanyak dua siklus. Data berupa nilai tes antar siklus tersebut dibandingkan hingga hasilnya dapat mencapai batas keterampilan atau indikator keberhasilan yang telah ditetapkan.

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan modul yang telah disusun sebelumnya. Langkah-langkah pelaksanaan tindakan atau kegiatan pembelajaran ini terdiri dari atas tiga tahap:

- 1) Kegiatan pendahuluan
- 2) Kegiatan inti
- 3) Kegiatan penutup

D. Tempat & Waktu Penelitian

Tempat Penelitian: Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 4 Pulau Merbau. Waktu Penelitian: Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2025

E. Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. (Arikunto, 2010:173). Penelitian yang dimaksud di sini adalah melakukan penelitian suatu tindakan atau usaha dalam proses pembelajaran pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau berjumlah 25 orang.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016:85). Dengan sampel 12 orang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan metode kooperatif tipe Make a Match dalam meningkatkan keterampilan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII

SMP Negeri 4 Pulau Merbau, dapat disimpulkan bahwa metode ini terbukti efektif dalam memfasilitasi peningkatan keterampilan siswa dalam olahraga bola voli.

Dalam siklus pertama, penggunaan metode Make a Match memberikan dampak yang signifikan terhadap hasil belajar siswa, terlihat dari peningkatan aktivitas dan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran.

Metode Make a Match adalah teknik pembelajaran kooperatif yang melibatkan siswa dalam kegiatan pencocokan informasi atau kartu yang berbeda-beda, dimana mereka harus bekerja sama untuk menemukan pasangan yang sesuai. Dalam konteks pembelajaran servis bawah bola voli, kartu-kartu tersebut berisi instruksi atau gambar yang menggambarkan teknik-teknik yang harus dikuasai, seperti posisi tubuh, gerakan kaki, dan cara memukul bola. Proses ini tidak hanya melatih siswa dalam memahami dan mempraktikkan teknik servis bawah, tetapi juga memupuk keterampilan sosial dan kerja sama antar siswa.

Melalui penerapan metode ini, siswa menjadi lebih aktif dalam belajar, karena mereka terlibat langsung dalam pencocokan informasi dan berkolaborasi dengan teman-teman sekelompok. Hal ini memperkuat pemahaman mereka terhadap materi, serta memperbaiki keterampilan teknis yang dibutuhkan dalam permainan bola voli. Dengan demikian, Make a Match bukan hanya meningkatkan aspek kognitif siswa, tetapi juga aspek sosial, karena siswa harus saling berinteraksi, mendiskusikan, dan membantu satu sama lain dalam menyelesaikan tugas.

Siswa yang terlibat dalam metode Make a Match menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan servis bawah bola voli dibandingkan dengan siswa yang menggunakan metode pembelajaran konvensional. Peningkatan ini tercermin dalam hasil tes yang menunjukkan adanya kemajuan yang lebih tinggi pada siklus pertama. Siswa tidak hanya menguasai teknik secara lebih mendalam, tetapi juga merasa lebih percaya diri dalam melakukan teknik tersebut, karena mereka terbiasa bekerja sama dan saling memberi umpan balik.

Selain itu, melalui observasi yang dilakukan selama siklus pertama, terlihat bahwa siswa menjadi lebih aktif dalam berinteraksi, baik dengan guru maupun dengan sesama siswa. Hal ini menunjukkan bahwa metode ini tidak hanya memfasilitasi pemahaman materi, tetapi juga meningkatkan kemampuan komunikasi dan kerjasama tim, yang merupakan komponen penting dalam pembelajaran olahraga.

Secara keseluruhan, penerapan metode kooperatif tipe Make a Match pada pembelajaran servis bawah bola voli di kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa, baik dalam aspek teknik maupun sosial. Metode ini memungkinkan siswa untuk belajar dengan cara yang menyenangkan, interaktif, dan efektif, serta memperkuat keterampilan sosial yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan hasil belajar yang signifikan ini menunjukkan bahwa strategi pembelajaran aktif yang melibatkan kerja sama antar siswa dapat mempercepat proses pemahaman dan keterampilan teknis dalam olahraga.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan metode kooperatif tipe Make a Match dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan servis bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Pulau Merbau. Pembelajaran yang dilaksanakan dalam siklus pertama menunjukkan hasil yang sangat memuaskan, dengan 21 dari 25 siswa berhasil mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), yang berarti 84% dari siswa telah mencapai tingkat keberhasilan yang ditargetkan.

Pada siklus pertama, siswa menunjukkan perkembangan yang signifikan dalam keterampilan servis bawah bola voli. Metode kooperatif tipe Make a Match yang diterapkan mendorong siswa untuk aktif bekerja sama dalam kelompok untuk mencocokkan informasi terkait teknik servis bawah, seperti posisi tubuh, gerakan kaki, dan cara memukul bola. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga memperkuat kemampuan sosial dan kerja sama mereka, yang sangat bermanfaat dalam konteks pembelajaran olahraga.

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti memutuskan untuk tidak melanjutkan penelitian ke siklus kedua karena target ketuntasan telah tercapai pada siklus pertama. Hal ini menunjukkan bahwa metode kooperatif tipe Make a Match sudah cukup efektif dalam meningkatkan keterampilan servis bawah siswa, dan hasil yang dicapai sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang ditetapkan

sebelumnya, yaitu 80% siswa mencapai nilai KKM.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa penerapan metode kooperatif tipe Make a Match dalam pembelajaran bola voli dapat meningkatkan keterampilan servis bawah siswa secara signifikan. Oleh karena itu, metode ini dapat dijadikan alternatif yang efektif dalam pengajaran olahraga, terutama dalam meningkatkan keterampilan teknis dan memfasilitasi pengembangan keterampilan sosial siswa melalui kerja sama dalam kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2007). Panduan olahraga bola voli. Era Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Rineka Cipta.
- Beutelstahl, D. (2011). Belajar bermain bola voli. Pionir Jaya.
- Djamarah, S. B., & Zain, A. (2010). Strategi belajar mengajar. Rineka Cipta.
- Durrwachter. (2006). Bola voli: Belajar dan berlatih sambil bermain. Gramedia.
- Koessyanto, H. (2003). Belajar bermain bola voli. FIK UNNES.
- Masri'an, & Aminarni. (2016). Penjasorkes. Erlangga.
- Nurhadi. (2003). Pendekatan kontekstual (Contextual Teaching and Learning). Depdiknas.
- Rahayus, E. T. (2013). Strategi pembelajaran pendidikan jasmani. Alfabeta.
- Sagala, S. (2006). Konsep dan makna pembelajaran. Alfabeta.
- Sugihartono, et al. (2007). Psikologi pendidikan. UNY Press.
- Suhadi. (2005). Pengaruh pembelajaran bola voli terhadap kemampuan kognitif anak sekolah dasar. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 1, 3–5.
- Suharno, H. P. (2004). Dasar-dasar permainan bola voli. Percetakan Siliwangi.
- Sunardi, & Kardiyo, D. W. (2013). Bolavoli. UNS Press.

- Suyanto, & Jihad, A. (2013). Menjadi guru profesional: Strategi meningkatkan kualifikasi dan kualitas guru di era global. Erlangga.
- Syarifuddin, A., & Muhadi, M. (2002). Pendidikan jasmani dan kesehatan. Depdikbud Direktorat Jenderal Perguruan Tinggi.
- Wina, S. (2011). Penelitian tindakan kelas. Kencana.