

Kurangnya Minat Siswa Terhadap Permainan Bola Voli di SMA Muhammadiyah Wonosobo

Muhammad Rizqi Nasution¹, Rahmita Nurul Muthmainnah²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

rizqinasoetion5@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) menjelaskan proses pelaksanaan kemampuan motorik kasar melalui Kegiatan permainan bola voli siswa/siswi kelas XII-2 SMA Muhammadiyah Wonosobo tahun ajaran 2023/2024; 2) mendeskripsikan peningkatan kemampuan motorik kasar melalui kegiatan permainan bola voli pada siswa/siswi kelas XII-2 SMA Muhammadiyah Wonosobo tahun ajaran 2023/2024. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas kolaboratif dengan menggunakan modifikasi model service dan passing yang meliputi empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Subjek penelitian adalah Siswa/siswi kelas XII-2 Bahasa SMA Muhammadiyah Wonosobo yang berjumlah 30 orang, 7 orang laki-laki, dan 23 orang perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisa data kualitatif. Indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu jika minimal 80% atau 24 anak dari 30 anak memiliki kemampuan motorik kasar dengan kriteria berkembang sangat baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Proses pelaksanaan kegiatan dalam permainan bola voli meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa/siswi kelas XII-2 SMA Muhammadiyah Wonosobo meliputi : a) gerak lengan; b) gerak kaki; c) kombinasi gerakan lengan dan kaki; 2) kegiatan permainan bola voli dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa/siswi.

Kata kunci: Kemampuan Motorik Kasar, Kegiatan, permainan bola voli, siswa/siswi kelas XII.

1. Pendahuluan

Bola voli merupakan salah satu olahraga yang populer di kalangan siswa SMA, termasuk di SMA Muhammadiyah Wonosobo. Selain menjadi kegiatan fisik yang menyenangkan, bola voli juga mempromosikan kerja sama tim, keterampilan motorik, dan kebugaran fisik. Dalam rangka memperdalam pemahaman tentang aspek-aspek teknis dan strategis dalam permainan bola voli, serta untuk meningkatkan efektivitas latihan bagi siswa kelas XII-2 di SMA Muhammadiyah Wonosobo, penelitian ini bertujuan untuk melatih motorik kasar. Aktivitas motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan Sebagian besar tubuh meliputi otot-otot yang lebih besar.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kelas XII-2, SMA Muhammadiyah Wonosobo, pada bulan Februari-Maret 2024. Penentuan tempat penelitian didasarkan pada hasil pengamatan penelitian terhadap kurangnya kemampuan motorik kasar pada siswa/siswi di kelas XII Bahasa SMA Muhammadiyah Wonosobo. Penelitian tindakan ini adalah siswa/siswi kelas XII-2 yang

berjumlah 20 orang yang terdiri dari 8 orang perempuan dan 12 orang laki-laki. Hasil intervensi tindakan yang diharapkan dari penelitian tindakan yang dilakukan ini adalah meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa/siswi kelas XII-2 yang sesuai dengan tindakan yang diberikan pada siswa/siswi yaitu kegiatan senam irama. Meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa/siswi dapat dilihat melalui beberapa kriteria yakni : pertama peningkatan kemampuan gerak lengan, kedua peningkatan gerak kaki, ketiga peningkatan kemampuan kombinasi gerakan lengan dan kaki. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan Teknik penelitian tindak kelas. Dalam penelitian tindakan kelas ini, dilakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik siswa/siswi terhadap mata pelajaran olahraga yaitu melalui penerapan metode pembelajaran penemuan terbimbing (*discovery learning*).

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada tahap peneliti melakukan penilaian awal untuk mengetahui kemampuan motorik kasar pada siswa/siswi SMA Muhammadiyah Wonosobo. Data yang dikumpulkan berupa hasil tes kemampuan melakukan gerak lengan, gerak kaki, dan gerakan kombinasi lengan dan kaki. Data yang dikumpulkan terdiri atas tes awal dan tes akhir kemampuan melakukan gerak lengan, gerak kaki, dan gerakan kombinasi lengan dan kaki.

Tabel 1

Data Pra Praktik

| Tingkat Kemampuan | Jumlah Siswa |
|-------------------|--------------|
| Sangat Baik | 0 |
| Baik | 4 |
| Sedang | 6 |
| Tidak Baik | 5 |
| Sangat Tidak Baik | 5 |

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa tidak ada siswa/siswi kemampuan motorik kasarnya. Yang tergolong sangat baik, diketahui 20% siswa/siswi memiliki tingkat kemampuan baik pada kemampuan motorik kasar, 30% siswa/siswi Sedang, 25% tidak baik, dan 25% sangat tidak baik dalam kemampuan motorik kasar. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti melakukan tindakan yaitu merupakan mengambil tes praktik pada materi olahraga senam irama.

Siklus 1

Setelah diberikan perlakuan gerak kaki, gerak lengan, dan kombinasi gerak lengan dan kaki, kemudian dilakukan dengan musik atau irama untuk melihat perubahan yang terjadi pada kemampuan gerakan siswa/siswi. Gambaran mengenai kondisi passing siswa/siswi SMA Muhammadiyah Wonosobo setelah diberi arahan menggunakan musik atau irama, digambarkan dalam table berikut ini.

Table 2

Data Praktik

| Tingkat Kemampuan | Jumlah Siswa |
|-------------------|--------------|
| Sangat Baik | 6 |
| Baik | 10 |
| Sedang | 4 |
| Tidak Baik | 0 |
| Sangat Tidak Baik | 0 |

Dari table data diatas terlihat tidak ada lagi siswa/siswi dengan tingkat kemampuan sangat tidak baik, siswa/siswi sangat baik memperoleh presentase sebanyak 30%, siswa/siswi yang memperoleh kemampuan baik sebanyak 50%, dan siswa/siswi yang berada di tingkat kemampuan sedang sebanyak 20%.

4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran praktik olahraga senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar terhadap siswa/siswi kelas XII-2 SMA Muhammadiyah Wonosobo. Tingkat kemampuan tersebut terlihat pada table diatas, siswa/siswi yang kemampuan motorik kasar meningkat terhadap mata pelajaran olahraga senam irama dari Tabel 1 dan 2.

5. Ucapan Terima Kasih

Atas segala bantuan dan dukungan tersebut, maka pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih kepada Ibu Rahmita Nurul Mutmainnah Md., m.Sc., selaku dosen pembimbing PLP terintegritas KKN, Bapak Budi Prasetya, S.Pd, selaku kepala sekolah SMA Muhammadiyah Wonosobo, para guru dan staf SMA Muhammadiyah Wonosobo.

.Daftar Pustaka

- Aip Syarifuddin dan Muhadi, (1993), *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Bambang Sujiono, dkk. (2014). *Metode Pengembangan Fisik*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka
- Chaplin, (1997), *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka
- Elizabeth B. Hurlock, (1978), *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Kamtini, (2005), *Bermain melalui Gerak dan Lagu*. Jakarta: Depdikbud
- Mardiana, Purwadi dan Wira Indra Satya, (2010), *Materi Pendidikan Jasmani dan Ade Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Muhajir, (2017), *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Indonesia: Kementrian Pendidikan dan kebudayaan.
- Peraturan menteri pendidikan dan Kebudayaan No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan.
- Slameto, (2010), *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta
- Suharsimi Arikunto, (2010), *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sumantri, (2005), *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Remaja*. Jakarta: Depdiknas
- Woerjati Sk, dkk, (Tanpa Tahun), *Buku Mata kuliah Senam Irama*, Yogyakarta, Program Studi PJKR UNY