



MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE *EXPLICIT INTRUCTION*

¹Aditya Indrawansyah Buhang, ²Ruslan, ³Ella H. Tumaloto ⁴Asry Syam

^{1*2*3*4}Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo

Kontak Penulis: ¹buhangadityaindrawansyah@gmail.com, ²ruslan@ung.ac.id, ³ella.tumaloto@ung.ac.id
⁴sepaktkw@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan teknik dasar passing bawah dalam permainan Bolavoli dan untuk meningkatkan teknik dasar passing bawah dalam permainan Bolavoli pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga melalui metode *Explicit Intruction*. Metode yang digunakan adalah penelitian Tindakan kelas. Hasil belajar Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli di Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan melalui penerapan metode *Explicit Instruction* dengan perolehan hasil tes kemampuan siswa dimana pada pelaksanaan kegiatan Pra Siklus diperoleh hasil dimana dari 31 orang siswa terdapat sebanyak 21 orang siswa atau 67.74% memperoleh nilai dibawah standar KKM yang telah ditentukan oleh sekolah dengan kategori “Kurang”, 9 orang siswa atau 29.0% memperoleh kategori “Cukup”, dan 1 orang siswa atau 3,22% memperoleh kategori “Baik”, dengan perolehan nilai rata-rata klasikal sebesar 52,90% sehingga dipandang perlu di terapkan metode *Explicit Instruction* dalam pembelajaran dan dilanjutkan pada kegiatan Siklus I. Pelaksanaan kegiatan siklus I diperoleh terdapat 11 orang siswa atau 35,49% memperoleh nilai dengan kategori “Cukup”, 18 orang siswa atau 58,1% memperoleh nilai dengan kategori “Baik”, dan 2 orang siswa atau 6,46% memperoleh kategori “Sangat Baik” dengan dengan perolehan nilai rata-rata klasikal sebesar 67,42%, namun belum dapat mencapai indikator kinerja yang ditetapkan sehingga kegiatan pembelajaran perlu dilanjutkan kesiklus II. Dan pada pelaksanaan siklus II diperoleh sebanyak 30 orang atau 96,8% sudah bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dan 1 orang atau 3,22% yang dinyatakan belum bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dengan perolehan nilai klasikal sebesar 86,13% dan telah memenuhi Indikator Kinerja yang ditentukan sebesar 85% sehingga dapat diartikan kegiatan pembelajaran tidak perlu dilanjutkan kesiklus III dan dinyatakan selesai.

Kata Kunci: Metode Explicit Intruction, Passing Bawah, Bola Voli

ABSTRACT

This study aims to determine how much the basic technique of lower passing in Bolavoli game is improved and to improve the basic technique of lower passing in Bolavoli game for seventh grade students of SMP Negeri 1 Telaga through Explicit Instruction method. The method used is class action research. The learning outcomes of Lower Passing in Volleyball Games in Class VII SMP Negeri 1 Telaga can be improved through the application of Explicit Instruction method with the acquisition of student ability test results where the implementation of Pre-Cycle activities obtained results where out of 31 students there were 21 students or 67. 74% obtained results below the KKM standard set by the school with the category "Poor", 9 students or 29.0% obtained the category "Fair", and 1 student or 3.22% obtained the category "Good", with the acquisition of a class average value of 52.90%, so it was deemed necessary to apply the Explicit Instruction method in learning and continued in

Cycle I activities. In the implementation of Cycle I activities, 11 students or 35.49% obtained scores in the "Fair" category, 18 students or 58.1% obtained scores in the "Good" category and 2 students or 6.46% obtained the "Very Good" category with a classical average score of 67.42%, but could not achieve the performance indicators set, so the learning activities had to be continued to Cycle II. And in the implementation of Cycle II, it was obtained that 30 people or 96.8% were able to practice passing volleyball games and 1 person or 3.22% who was declared unable to practice passing volleyball games with a classical score of 86.13% and had reached the established performance indicator of 85%, so it could be interpreted that the learning activities did not need to be continued to Cycle III and declared complete.

Keywords: *Explicit Instruction Method, Lower Passing, Volleyball*

PENDAHULUAN

Permainan bola voli itu adalah permainan tim atau regu, meskipun sekarang sudah mulai dikembangkan permainan bola voli dua lawan dua dan satu lawan satu yang lebih mengarah kepada tujuan rekreasi seperti voli pantai yang mulai berkembang akhir-akhir ini. Aturan dasar lainnya, bola boleh dimainkan/dipantulkan dengan temannya secara bergantian tiga kali berturut-turut sebelum diseberangkan ke daerah lawan. Pada awalnya ide dasar permainan bola voli adalah memasukan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola itu di daerah lawan. Memvoli artinya memainkan/memantulkan bola sebelum bola jatuh atau sebelum menyentuh lantai. Sebagai olahraga pendidikan bola voli berguna dalam pemeliharaan kesegaran jasmani dan juga berperan dalam pembentukan kerja sama siswa. Sebagai mana seperti cabang-cabang olahraga yang lain, bola voli juga dapat digunakan untuk pembinaan sportifitas dan pengembangan sifat-sifat positif lainnya.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk materi wajib dalam matapelajaran pendidikan jasmani yang harus diajarkan di sekolah- sekolah. Keterlibatan siswa dalam program pembelajaran bola voli diharapkan dapat membantu mengoptimalkan perkembangan dan pertumbuhan siswa, meningkatkan komponen kebugaran jasmani siswa, seperti: daya tahan kekuatan, power, kelentukan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi gerak. Selain mengembangkan aspek fisik pembelajaran bola voli juga diharapkan dapat mengembangkan aspek mental seperti motivasi belajar, percaya diri, keberanian dan disiplin, sikap toleransi dan kerjasama yang merupakan aspek sosial juga diharapkan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. (Rudi dan Arhesa, 2020: 44).

Permainan Bolavoli merupakan suatu permainan yang cukup digemari di SMP Negeri 1 Telaga khususnya di kelas VII. Hal ini dapat dengan jelas terlihat dari materi Bolavoli. Namun begitu, rasa antusiasnya mereka dalam mengikuti mata pelajaran penjaskes khususnya materi Bolavoli, tidak dapat dijadikan suatu jaminan bahwa mereka dapat bermain Bolavoli dengan baik dan benar, terlebih lagi dalam melakukan teknik passing bawah cenderung bola yang mereka passing mendarat di luar lapangan. Hal tersebut dapat dilihat bahwa masih rendahnya kemampuan passing bawah yang mereka miliki.

Hasil pengamatan ditemukan bahwa, rendahnya kemampuan passing bawah pada siswa lebih disebabkan oleh kurang mengerti dan pahami siswa terhadap cara melakukan passing bawah yang baik dan benar, siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik dasar passing bawah, metode yang digunakan dalam proses pembelajaran belum efektif, sementara bila dilihat dari fasilitas sangat menunjang. Adapun cara melakukan teknik passing bawah yang baik dan benar menurut penelitian meliputi : (1). Sikap awal (postur), yaitu kedua kaki dibuka selebar bahu serta kedua lutut sedikit ditekuk dengan badan sedikit dibungkukkan ke depan. (2). Rapatkan serta luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari menjadi sejajar. (3). Ayunkan kedua lengan secara bersamaan ke arah datangnya bola, dalam hal ini siku harus betul-betul dalam keadaan lurus. Letak perkenaan bola harus berada pada bagian prosimal lengan atau diatas dari pergelangan tangan. (4). Dalam melakukan passing bawah ke arah depan, ayunan lengan tidak lebih dari sudut 90° dengan bahu atau badan. Apabila keempat bagian gerakan tersebut dapat dilakukan dengan baik, maka sudah dipastikan passing bawah yang dilakukan akan semakin baik.

Rendahnya kemampuan passing bawah siswa tersebut tidak dapat dibiarkan berlarut-larut, hal ini dikarenakan apabila hal tersebut terjadi maka akan berdampak negative terhadap perolehan nilai siswa dalam mata pelajaran penjaskes. Sehingga sorang guru mampu mencari titik lemah atau solusi untuk dapat meningkatkan passing bawah dalam permainan Bolavoli.

Metode pembelajaran bisa didefinisikan jadi kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai sebuah tujuan belajar. Salah satunya yaitu metode pembelajaran *Explicit Intruction*.

Penggunaan metode pembelajaran ini dapat memberikan kontribusi pada passing bawah permainan bola voli.

Metode pembelajaran explicit instruction merupakan metode pembelajaran secara langsung agar siswa dapat memahami serta benar-benar mengetahui pengetahuan secara menyeluruh dan aktif dalam suatu pembelajaran. Widodo (dalam Nurhayati, 2022: 77). Metode pembelajaran ini siswa dibimbing secara selangkah demi selangkah (Trianto, 2010: 41). Metode *Explicit Instruction* atau yang dikenal sebagai pengajaran langsung merupakan suatu metode dimana kegiatan terfokus pada aktivitas-aktivitas akademik sehingga di dalam implementasi kegiatan pembelajaran guru melakukan kontrol yang ketat terhadap kemajuan siswa, pendayagunaan waktu serta suasana atau situasi kelas yang dikontrol secara ketat pula (Annurrahman, 2009: 169). Mengecek pemahaman siswa dengan cara melihat aktivitas siswa dalam mengerjakan soal dan apakah siswa sudah memahami yang dipelajari atau belum, dan memberikan latihan mandiri agar siswa semakin aktif melakukan kegiatan pembelajaran.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Subjek dalam penelitian adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dengan jumlah siswa 31 orang yang terdiri dari 14 orang putra dan 17 putri, yang terdiri dari tiga variabel penelitian diantaranya, variabel input, variabel proses, dan variabel output. Variabel Input meliputi kegiatan guru dalam merencanakan pembelajaran, dan kesiapan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran serta sarana dan prasarana guna meningkatkan keterampilan dasar siswa dalam melakukan passing bawah dalam permainan bola voli. Variabel proses meliputi guru dalam melaksanakan pembelajaran yang telah direncanakan dan aktifitas selama proses pembelajaran dalam melakukan passing bawah dalam permainan bola voli dengan menggunakan metode *Explicit Instruction*. Variabel output yaitu tingkat daya serap siswa pada materi pembelajaran yang diwujudkan dalam bentuk perolehan skor melalui praktek kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. Teknik analisis data dilaksanakan berdasarkan analisis data metode mengalir, yakni proses analisis data mulai dengan menelaah semua data yang terkumpul. Data tersebut direnungkan kembali berdasarkan masalah-masalah yang diteliti dan selanjutnya disusun dalam satuan-satuan dan kategorisasi. Proses analisis data dilakukan sejak awal penelitian dilaksanakan sampai proses pengumpulan data selesai, dan data hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli diambil tes setiap hari siklus, kemudian dianalisis untuk mencari rata-rata dan ketuntasan belajar secara individu maupun kelompok. dan dari data tersebut disesuaikan pada kriteria ketuntasan belajar yang telah ditetapkan pada indikator kinerja penelitian ini.

ANALISIS DAN HASIL

Pelaksanaan penelitian di SMP Negeri 1 Telaga dan dilaksanakan dalam kurun waktu kurang lebih satu bulan yaitu tanggal 8 maret 2021 sampai dengan tanggal 18 maret 2021. Sebelum melakukan tindakan peneliti mengadakan observasi sekolah dan keadaan pembelajaran di kelas.

Observasi merupakan langkah awal pelaksanaan penelitian untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang ada di sekolah yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar di dalam kelas. Dari observasi dan wawancara dengan guru maka ditemukan fakta bahwa ternyata sebagian besar siswa kurang aktif selama mengikuti proses pembelajaran Penjaskes di lapangan terutama pada materi passing bawah permainan bola voli sehingga berpengaruh pada hasil belajar siswa.

Kegiatan observasi ini pula peneliti melaksanakan pembelajaran langsung dengan siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga, untuk mengetahui lebih jelas bagaimana keaktifan siswa dalam melakukan passing bawah pada permainan bola voli. Pada kegiatan observasi ini pula diperoleh hasil dimana dari 31 orang siswa diperoleh sebanyak 21 orang siswa atau 52,90% memperoleh nilai dibawah standar KKM yang telah ditentukan oleh sekolah dengan kategori “Kurang”, 9 orang siswa atau 29,0% memperoleh kategori “Cukup”, dan 1 orang siswa atau 3,22% memperoleh kategori “Baik”.

Ketuntasan belajar sesuai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang ditentukan oleh sekolah adalah sebesar adalah 70, dan Indikator kinerja dalam penelitian ini yaitu jika presentasi perolehan nilai siswa dalam penguasaan hasil belajar passing bawah mencapai 85% perolehan nilai klasikal. Namun, pada kegiatan observasi pembelajaran diperoleh daya serap rata-rata siswa hanya mencapai 5,29% dengan nilai rata-rata 52,90% sehingga perlu adanya penerapan metode yang tepat dalam pembelajaran dan dilanjutkan dengan pelaksanaan tindakan Siklus I.

SIKLUS 1

Tahap Perencanaan

Penyusunan rencana pembelajaran meliputi tahap pertama yaitu menyusun RPP siklus pertama yang merupakan tahapan awal perencanaan pembelajaran. Siswa akan melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli sesuai dengan Standar kompetensi dasar sesuai dengan kurikulum yang diterapkan di SMP Negeri 1 Telaga. Tahap kedua yaitu menyiapkan perlengkapan pembelajaran seperti bola voli dan net voli, sesuai metode yang diterapkan dalam pembelajaran.

Tahap Pelaksanaan Tindakan

Siklus I, pelaksanaan tindakan dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan yang setiap kali pertemuan berkisar antara 3 x 45 menit. pertemuan pertama yang dilaksanakan pada hari selasa, tanggal 9 maret 2021, pertemuan kedua dilaksanakan pada hari rabu, tanggal 10 maret 2021, pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari kamis, tanggal 11 maret 2021, kegiatan evaluasi dan refleksi dilaksanakan pada hari jumat, tanggal 12 maret 2021. Pelaksanaan tindakan dilaksanakan sesuai Jadwal Pelaksanaan Tindakan yang telah disetujui dan di tanda tangani oleh Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Telaga.

Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui proses pembelajaran, keaktifan belajar dan prestasi belajar siswa setelah diterapkan metode *Explicit Intruction*. Evaluasi pelaksanaan pembelajaran dilakukan oleh peneliti dengan mengevaluasi kembali masing-masing siswa tentang teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli yang dilaksanakan di akhir pertemuan kedua pada siklus I.

Hasil evaluasi yang diperoleh peneliti dari hasil tes kemampuan siswa kemudian direfleksi yang bertujuan untuk memperoleh gambaran terhadap tindakan yang dilaksanakan peneliti dalam menyajikan materi hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga. Secara rinci dapat dikatakan bahwa tujuan refleksi adalah untuk mengetahui apakah metode pembelajaran *Explicit Instruction* yang menjadi alternatif dalam pembelajaran hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli mampu memberikan efek positif terhadap kemampuan siswa melaksanakan kegiatan pembelajaran, aktifitas siswa, dan peningkatan kemampuan atau hasil belajar pada pembelajaran siklus 1.

Hasil analisis terhadap kemampuan siswa pada materi yang tampak dari capaian hasil belajar pada siklus 1 menunjukkan bahwa dari 31 orang yang dikenai tindakan dengan menerapkan metode pembelajaran *Explicit Instruction*, terdapat 11 orang siswa atau 35,49% memperoleh nilai dengan kategori “Cukup”, 18 orang siswa atau 58,1% memperoleh nilai dengan kategori “Baik”, dan 2 orang siswa atau 6,46% memperoleh kategori “Sangat Baik”.

Temuan ini mengindikasikan bahwa dari aspek kemampuan siswa pada materi hasil belajar passing bawah permainan bola voli pada dasarnya sudah memperoleh peningkatan yang berarti dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada kegiatan pra siklus. Hal ini dibuktikan dengan perolehan skor siswa yang memenuhi KKM sebanyak 20 orang atau sebesar 64,52%, dengan perolehan rata-rata klasikal sebesar 67,42%. Namun, mengacu pada nilai klasikal yang ditentukan dalam Indikator Kinerja dimana indikator pencapaian yang ditentukan sebesar 85% dari 31 siswa bisa mencapai kriteria penilaian sebesar >70, maka dalam penelitian ini mengenai metode pembelajaran *Explicit Instruction* pada materi hasil belajar passing bawah permainan bola voli belum dapat dinyatakan selesai. Ini berarti kegiatan pembelajaran perlu dilanjutkan ke siklus II.

Belum optimalnya proses pembelajaran siklus 1 mengisyaratkan bahwa, metode pembelajaran *Explicit Instruction* yang digunakan peneliti dalam penyajian materi hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli pada pembelajaran siklus 1 belum mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan capaian tersebut mengharuskan peneliti melihat kembali aspek-aspek pembelajaran yang dilaksanakan apakah telah sesuai dengan yang direncanakan.

Berdasarkan hasil refleksi siklus I, disimpulkan bahwa perlu diadakan perbaikan dan perubahan pada siklus II, agar kegiatan pembelajaran mencapai hasil yang diharapkan. Berikut usaha perbaikan pada siklus II :

- 1) memberikan dorongan kepada siswa untuk berperan aktif selama pembelajaran, dengan memberikan apersepsi dan mengadakan tanya jawab kepada siswa. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam kegiatan belajar mengajar.
- 2) Berdasarkan hasil tes kemampuan siswa pada siklus I, guru akan membagi siswa menjadi dua kelompok berdasarkan perolehan nilai tes prestasi siklus I. Kelompok 1 terdiri dari siswa yang memperoleh nilai ≤ 70 , dan kelompok 2 terdiri dari siswa yang memperoleh nilai > 70 . Pembagian kelompok bertujuan untuk memfokuskan penerapan metode *Explicit Instruction* pada kelompok 1 dan membantu kesulitan siswa dalam melakukan latihan passing bawah permainan bola voli hingga siswa-siswa tersebut dianggap mampu untuk melakukan latihan passing bawah secara mandiri.

Siklus II

Tahap Perencanaan

Penyusunan rencana pembelajaran pada siklus II hampir sama dengan siklus I. Sebelum melakukan pembelajaran terlebih dahulu peneliti bekerjasama dengan guru mitra untuk mempersiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disepakati bersama pada kegiatan refleksi siklus I. Dan untuk menindak lanjuti hasil evaluasi dan refleksi pada siklus I, maka peneliti dan guru melakukan perbaikan pada pelaksanaan pembelajaran dengan metode *Explicit Instruction*, yaitu dengan membagi siswa ke dalam 2 kelompok. Kelompok 1 adalah siswa yang memperoleh nilai ≤ 70 pada tes kemampuan dan kelompok 2 adalah siswa yang telah memperoleh nilai > 70 . Pembagian kelompok ini tujuannya untuk memberikan bimbingan yang lebih intensif kepada siswa, selain itu juga dapat meningkatkan interaksi siswa.

Tahap Pelaksanaan Tindakan

siklus II, pelaksanaan tindakan dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan, setiap pertemuan berkisar antara 3 X 45 menit. Pertemuan pertama dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 13 maret 2021, pertemuan kedua dilaksanakan pada hari minggu, tanggal 14 maret 2021, pertemuan ketiga dilaksanakan pada hari senin, tanggal 15 maret 2021, kegiatan evaluasi dan refleksi dilaksanakan pada hari selasa, tanggal 16 maret 2021. Pelaksanaan tindakan yang dilakukan pada tahap ini sesuai dengan rencana pembelajaran. Dalam penelitian ini peneliti berperan sebagai pengajar dan membagi kelas menjadi 2

kelompok, yaitu Kelompok 1 adalah siswa yang memperoleh nilai ≤ 70 pada tes kemampuan dan kelompok 2 adalah siswa yang telah memperoleh nilai >70 .

Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi pelaksanaan pembelajaran hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* dilakukan oleh peneliti dengan mengevaluasi kembali masing-masing siswa melakukan teknik dasar passing bawah pada permainan bola voli yang dilaksanakan di akhir pertemuan kedua pada siklus II.

Hasil evaluasi yang diperoleh peneliti dari hasil tes kemampuan siswa kemudian direfleksi yang bertujuan untuk memperoleh gambaran terhadap tindakan yang dilaksanakan guru dalam menyajikan materi passing bawah pada permainan bola voli dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga Secara rinci dapat dikatakan bahwa tujuan refleksi adalah untuk mengetahui apakah metode *Explicit Instruction* yang menjadi alternatif dalam pembelajaran hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli mampu memberikan efek positif terhadap kemampuan guru melaksanakan kegiatan pembelajaran, aktifitas siswa, dan peningkatan kemampuan atau hasil belajar pada pembelajaran siklus II.

Hasil analisis terhadap kemampuan siswa pada materi yang tampak dari capaian hasil belajar pada siklus II menunjukkan bahwa dari 31 orang yang dikenai tindakan dengan menerapkan metode *Explicit Instruction*, terdapat 1 orang atau 3,22% yang dinyatakan belum bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dengan kriteria “Cukup” dan 30 orang atau 96,8% sudah bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dan dinyatakan sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan yaitu sebesar >70 .

Hasil pencapaian nilai diatas ditemukan bahwa dari aspek kemampuan siswa pada materi hasil belajar passing bawah permainan bola voli telah mencapai kriteria ketuntasan minimal yang ditentukan oleh sekolah. Hal ini dibuktikan dengan dengan perolehan skor siswa yang memenuhi KKM sebanyak 30 orang atau sebesar 96,8%, dengan perolehan rata-rata klasikal sebesar 86,13%. Dan telah memenuhi Indikator Kinerja yang ditentukan sebesar 85% sehingga dapat diartikan kegiatan pembelajaran tidak perlu dilanjutkan kesiklus III dan dinyatakan selesai.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat dinyatakan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan hasil belajar siswa dalam melakukan passing bawah permainan bola voli dari kegiatan pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II. Pada proses pembelajaran pada kegiatan pra siklus peneliti cenderung masih menggunakan metode konvensional (ceramah) dan mempraktekkan secara langsung dalam menjelaskan materi pembelajaran sehingga kegiatan pembelajaran lebih banyak didominasi oleh peneliti, sedangkan siswa cenderung pasif dalam kegiatan pembelajaran.

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 1 Telaga maka dapat diketahui adanya peningkatan keaktifan dan prestasi belajar siswa dengan penerapan metode *Explicit Instruction* pada materi hasil belajar passing bawah permainan bola voli. Peningkatan tersebut terlihat dari antusias siswa dalam bertanya dan mengemukakan pendapat selama proses pembelajaran. Selain itu juga keaktifan belajar siswa nampak saat siswa berinteraksi dengan peneliti ataupun dengan siswa lainnya. Metode *Explicit Instruction* dipandang lebih menarik minat siswa dalam melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dan mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, karena dalam melakukan latihan passing bawah peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan passing bawah secara berulang-ulang sampai siswa merasa mampu untuk melakukannya secara bertahap dimana peneliti

mengarahkan siswa untuk melakukan latihan passing pada lapangan voli dan secara bertahap siswa di arahkan untuk melakukan passing bawah pada lapangan voli.

Proses pembelajaran pada siklus I pada dasarnya sudah dilaksanakan sesuai dengan apa yang direncanakan namun, belum sepenuhnya berhasil dan berjalan dengan lancar. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai siswa dimana terdapat 11 orang siswa atau 35,49% memperoleh nilai dengan kategori “Cukup”, 18 orang siswa atau 58,1% memperoleh nilai dengan kategori “Baik”, dan 2 orang siswa atau 6,46% memperoleh kategori “Sangat Baik”, dengan nilai rata-rata atau nilai klasikal sebesar 67,42, namun belum memenuhi indikator kinerja yang ditetapkan pada penelitian sehingga penelitian dilanjutkan pada siklus II. Dan untuk memenuhi pencapaian hasil sesuai dengan indikator kinerja yang telah ditetapkan, dipandang perlu diadakan perbaikan dan perubahan pada siklus II, agar kegiatan pembelajaran mencapai hasil yang diharapkan dengan usaha perbaikan sebagai berikut :

- 1) Memberikan dorongan kepada siswa untuk berperan aktif selama pembelajaran, dengan memberikan apersepsi dan mengadakan tanya jawab kepada siswa. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam kegiatan belajar mengajar.
- 2) Membagi siswa menjadi dua kelompok berdasarkan perolehan nilai tes prestasi siklus I. Kelompok 1 terdiri dari siswa yang memperoleh nilai ≤ 70 , dan kelompok 2 terdiri dari siswa yang memperoleh nilai > 70 . Pembagian kelompok bertujuan untuk memfokuskan penerapan metode *Explicit Instruction* pada kelompok 1 dan membantu kesulitan siswa dalam melakukan latihan passing bawah permainan bola voli hingga siswa-siswi tersebut dianggap mampu untuk melakukan latihan passing bawah secara mandiri.

Siklus II, setelah dilakukan perbaikan-perbaikan dalam penerapan dalam pembelajaran dengan menggunakan metode *Explicit Instruction* dalam pembelajaran hasil belajar passing bawah permainan bola voli berhasil dengan signifikan. Hal ini berdasarkan pertimbangan berbagai masukan oleh observer, peneliti melakukan tindakan perbaikan. Tindakan perbaikan pembelajaran pada siklus II telah memberikan perubahan yang bersifat positif yakni guru melakukan dengan baik skenario pembelajaran. Sikap peneliti dalam merespon kelemahan pada pelaksanaan pembelajaran siklus I memberikan hasil yang baik.

Kondisi belajar siswa mengalami perubahan kearah yang lebih baik seiring dengan adanya upaya optimalisasi yang diberikan peneliti dalam pembelajaran. Peneliti melakukan upaya untuk meningkatkan kondisi dinamis pembelajaran. Hal itu merupakan langkah perbaikan terhadap hasil refleksi yang dilakukan dengan bantuan koreksi dari observasi pada siklus I. Perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dilakukan secara berurutan. Perencanaan pembelajaran dibentuk secara kolaboratif dengan pengamatan, Peneliti mampu melaksanakan program pembelajaran sesuai rencana yang telah disepakati. Keunggulan yang ditemukan pada pembelajaran siklus kedua memberikan dampak pada peningkatan hasil belajar melalui evaluasi tes kemampuan siswa. Semangat atau motivasi belajar siswa menjadi lebih meningkat. Hal itu ditunjukkan dengan siswa menerima pembelajaran semakin bergairah dan situasi belajar berubah menjadi aktif, kreatif dan menyenangkan. Peneliti memberikan bimbingan kepada siswa yang mengalami kesulitan melakukan passing bawah permainan bola voli dengan memfokuskan penerapan metode *Explicit Instruction* pada siswa yang memperoleh nilai ≤ 70 , sehingga hasil belajar menjadi lebih baik.

Secara umum proses pembelajaran pada kegiatan siklus II yang menerapkan metode *Explicit Instruction* pada materi hasil belajar passing bawah permainan bola voli pada siswa kelas VII² SMP Negeri 1 Telaga telah berlangsung dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai siswa dimana terdapat 1 orang atau 3,22% yang dinyatakan belum bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dengan kriteria “Cukup” dan 30 orang atau 96,8% sudah bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dan dinyatakan sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM)

yang ditetapkan yaitu sebesar >70 . Pada kegiatan siklus II, peneliti menerapkan perubahan-perubahan yang menjadi saran dari observer selaku guru mitra pada penelitian ini. Sehingga perolehan nilai evaluasi kemampuan siswa mengalami peningkatan secara signifikan sesuai dengan harapan sehingga pembelajaran tidak dilanjutkan pada siklus III dan penelitian mengenai peran metode *Explicit Instruction* dalam peningkatan kemampuan passing bawah permainan bola voli dinyatakan selesai.

Data hasil evaluasi kemampuan belajar siswa pada materi passing bawah permainan bola voli dengan menerapkan metode *Explicit Instruction* dalam pembelajaran, dapat dilihat peningkatan kemampuan siswa yang diawali dari kegiatan pra siklus, siklus I, dan siklus II.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan siswa pada materi hasil belajar Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli di Kelas VII SMP Negeri 1 Telaga dapat ditingkatkan melalui penerapan metode *Explicit Instruction* dengan perolehan hasil tes kemampuan siswa dimana pada pelaksanaan kegiatan Pra Siklus diperoleh hasil dimana dari 31 orang siswa terdapat sebanyak 21 orang siswa atau 67.74% memperoleh nilai dibawah standar KKM yang telah ditentukan oleh sekolah dengan kategori “Kurang”, 9 orang siswa atau 29.0% memperoleh kategori “Cukup”, dan 1 orang siswa atau 3,22% memperoleh kategori “Baik”, dengan perolehan nilai rata-rata klasikal sebesar 52,90% sehingga dipandang perlu di terapkan metode *Explicit Instruction* dalam pembelajaran dan dilanjutkan pada kegiatan Siklus I. Pelaksanaan kegiatan siklus I diperoleh terdapat 11 orang siswa atau 35,49% memperoleh nilai dengan kategori “Cukup”, 18 orang siswa atau 58,1% memperoleh nilai dengan kategori “Baik”, dan 2 orang siswa atau 6,46% memperoleh kategori “Sangat Baik” dengan dengan perolehan nilai rata-rata klasikal sebesar 67,42%, namun belum dapat mencapai indikator kinerja yang ditetapkan sehingga kegiatan pembelajaran perlu dilanjutkan ke siklus II. Dan pada pelaksanaan siklus II diperoleh sebanyak 30 orang atau 96,8% sudah bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dan 1 orang atau 3,22% yang dinyatakan belum bisa melakukan latihan passing bawah permainan bola voli dengan perolehan nilai klasikal sebesar 86,13% dan telah memenuhi Indikator Kinerja yang ditentukan sebesar 85% sehingga dapat diartikan kegiatan pembelajaran tidak perlu dilanjutkan ke siklus III dan dinyatakan selesai.

REFERENSI

- Ambar Rina dan Susilo. (2014). *Permainan Bola Voli Lanjutan*. Jakarta:LPP Press UNJ
- Annurahman Wena, Made. (2009). *Strategi pembelajaran inovatif Kontemporer*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aris, S. (2014). Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Isman, H., Supriatna, E., & Triansyah, A. (2019). Pengaruh Metode Drill Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 9(1).
- Nadia, Z, Cica., & Rahman. (2020). *Model Explicit Intruction dalam Materi Kawih Sunda*. Volume 11, No. 1, April - 2020, Hal. 1-9. *Jurnal Kajian Bahasa, Sastra, dan Budaya Daerah* serta Pengajarannya. <https://ejournal.upi.edu/index.php/lokabasa/article/view/25161/pdf>
- Nurhayati. (2022) *Meningkatkan Hasil Belajar Matematika Menggunakan Metode Explicit Intruction pada Siswa Kelas III MI Miftahul Jannah Cijantung*. Vol 2. No. 2, April 2022 P-ISSN : 2774-8014, e-ISSN : 2774-7034. Hal 76-81.
- Pujianto, D., & Insanisty, B. (2013). *Dasar-Dasar Penelitian Pendidikan Jasmani*. Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu.
- Rudi., & Arhesa, Sandra..(2020). *Model Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli untuk Usia Sekolah Dasar*. Vol. 2, No. 1, Januari 2020, pp. 44-49. *Research Physical Education and Sports*:
- Saeful, Agus. (2017). *Penerapan Model Pembelajaran Explicit Intruction untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pokok Bahasan Cahaya dan Sifatnya Pada Siswa Kelas V di SD Negeri 1 Sembawa*. Vol. 4(1), 1-5 Retrieved from <http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/lensapendas/article/view/488>
- Syatria, Dicky., Yusmawati., & Pelana, Ramdan. (2019). *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif*. Vol. 15, No. 02, Desember 2019, pp. 141-152. *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*.
- Subagio, Manaris., Pujianto, Dian., & Nopiyanto, Eko, Yahya. (2022). *Pengaruh Latihan drill passing melalui circuit training terhadap kemampuan passing bawah siswa ekstrakurikuler bola voli putra SMP Negeri 10 Kota Bengkulu*. Vol. 3 No. 1, April 2022, pp. 74-85. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*.
- Trianto. (2010). *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksara