

## **HASIL BELAJAR PASING BAWAH BOLA VOLI**

(Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal dan Gaya Mengajar Inklusi  
Menggunakan Media Simpai)

**CHRISTIANTI ANGGRAINI MOTTO**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Proses kegiatan belajar mengajar merupakan suatu aktifitas yang bertujuan mengarahkan peserta didik pada perubahan tingkah laku yang diinginkan. Pengertian ini kelihatan cukup simpel dan sederhana, akan tetapi jika ditelaah lebih mendasar, maka akan terlihat rumit dan begitu kompleksnya proses yang dituntut dalam mengelola pelajaran itu sendiri. Universitas sebagai wadah pendidikan formal mempunyai tugas untuk menyelenggarakan pembinaan mental-spiritual, intelektual dan khususnya pembinaan kualitas fisik bagi fakultas ilmu keolahragaan.

Sebenarnya banyak cara yang dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar pada mahasiswa. Salah satunya misalnya dengan menerapkan pembelajaran melalui bantuan media juga gaya mengajar. Media pembelajaran merupakan salah satu strategi mengajar yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar mahasiswa. Juga alat bantu pelaksanaan mengajar merupakan salah satu bentuk pendekatan yang bisa diharapkan

dalam meningkatkan hasil belajar. Keberhasilan proses kegiatan belajar mengajar dapat diukur dari keberhasilan mahasiswa yang mengikuti kegiatan tersebut.

Dalam pembelajaran mata kuliah bola voli khususnya pada materi passing bawah permainan bola voli, dosen harus menguasai materi yang akan diajarkan serta diperlukan juga bantuan media pembelajaran dan gaya mengajar yang dapat meningkatkan juga menghilangkan rasa jenuh mahasiswa pada saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung.

Dalam hubungannya dengan konsep gaya mengajar yang diciptakan Mosston, pada dasarnya pergeseran gaya mengajar yang satu dengan yang lain sejalan dengan pergeseran peran dosen dan mahasiswa. Gaya mengajar yang menekankan pada aktivitas peserta didik merupakan gaya mengajar yang diharapkan mempunyai hasil belajar yang lebih baik.

Berdasarkan pengamatan penulis dengan 2 orang dosen mata kuliah teori dan praktek bola voli serta didukung oleh data dari bidang akademik, maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam melakukan passing bawah bola voli masih jauh dari apa yang diharapkan. Masih banyak mahasiswa yang belum menguasai passing bawah. Kebanyakan passing yang dilakukan kurang maksimal pada perkenaan bola, dari posisi kuda-kuda yang salah, penerimaan bola ditangan, serta hasil pantulan yang kurang baik sehingga tidak sesuai dengan target atau sasaran yang telah ditentukan.

Penulis berasumsi bahwa rendahnya penguasaan passing bawah bola voli tidak terlepas dari faktor-faktor berikut: (1) terbatasnya sarana dan prasarana, (2) alokasi waktu yang terbatas, (3) latar belakang pendidikan, (4) bakat yang dimiliki, (5) tingkat motivasi belajar, (6) penggunaan alat bantu kurang, dan (7) penggunaan gaya mengajar.

Terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi, maka hal ini tidak dapat dibiarkan begitu saja. Oleh karena itu, perlu dirancang suatu pendekatan dengan penuh pertimbangan agar mahasiswa dengan mudah mempelajari keterampilan bermain bola voli.

Salah satu gaya mengajar yang dapat digunakan adalah gaya mengajar Inklusi. Gaya inklusi/cakupan pada prinsipnya adalah memberikan bentuk tugas yang sama dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Gaya mengajar ini sangat cocok diterapkan pada perkuliahan bola voli, dimana secara tidak langsung dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk memilih materi sesuai dengan kemampuannya.

Melalui penggunaan media sebagai alat bantu dalam proses belajar mengajar juga penerapan gaya mengajar sangat membantu mahasiswa dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli dan meningkatkan semangat mahasiswa untuk melakukan pembelajaran.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang ” **Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli (Penerapan**

## **Gaya Mengajar Resiprokal dan Gaya Mengajar Inklusi Melalui Media Simpai**

### **B. Fokus Penelitian**

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar passing bawah bola voli untuk mahasiswa. Agar penelitian ini lebih terarah, mendalam, dan akurat maka perlu dilakukan fokus penelitian. Berdasarkan pertimbangan tersebut, maka penelitian ini difokuskan pada Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal dan Gaya Mengajar Inklusi Melalui Media Simpai Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli.

Sedangkan sub fokus penelitiannya adalah:

1. Proses peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli bagi mahasiswa
2. Efek dari penerapan gaya mengajar resiprokal, gaya mengajar inklusi dan media simpai dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli.

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan penerapan gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi melalui media simpai pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan FIK UNIMA?
2. Apakah hasil belajar passing bawah bola voli pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan FIK UNIMA dapat ditingkatkan dengan penerapan gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi melalui media simpai?

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak baik teoritis maupun praktis.

##### **a. Manfaat Teoritis**

Melalui penelitian ini dapat diperoleh masukan berupa sumbangan terhadap pengembangan teoritis yakni upaya menemukan alasan-alasan dan prinsip-prinsip dalam meningkatkan hasil passing bawah bola voli khususnya Mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan FIK UNIMA.

##### **b. Praktis**

Secara praktis hasil penelitian ini dapat berguna bagi semua pihak dalam rangka peningkatan hasil passing bawah bola voli. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan masukan bagi semua pihak yang berhubungan langsung dengan pelaku olahraga khususnya cabang olahraga bola voli

untuk mempertimbangkan gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi serta penggunaan media alat bantu sampai dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli.

## **KAJIAN TEORETIK**

### **A. Konsep Penelitian Tindakan**

Penelitian Tindakan (PT) atau *action research* pertama kali diperkenalkan oleh ahli psikologis sosial Amerika yang bernama Kurt Lewin pada tahun 1946. Inti gagasan Lewin inilah yang selanjutnya dikembangkan oleh ahli-ahli lain seperti Stephen Kemmis, Robin Mc Taggart, John Elliot, Dave Ebbut, dan sebagainya. Penelitian Tindakan di Indonesia baru dikenal pada akhir dekade 80-an. Oleh karena itu, sampai dewasa ini keberadaannya sebagai salah satu jenis penelitian masih sering menjadi perdebatan jika dikaitkan dengan bobot keilmiahannya.

*Action Research* telah dianggap sebagai cara yang tepat dan efektif untuk mengintegrasikan antara riset pendidikan dan praktek pengajaran. *Action Research* adalah cara yang efektif untuk pengembangan profesional para dosen dan memperbaiki proses belajar-mengajar.

Pengertian *research* dalam *Action Research* bukan merupakan penelitian untuk tujuan penerbitan. Pengertian *research* disini berarti refleksi dan evaluasi atas pengajaran dosen itu sendiri. Kemmis dan Taggart

mengemukakan bahwa penelitian tindakan adalah suatu bentuk penelitian reflektif diri yang secara kolektif dilakukan peneliti dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktek pendidikan dan sosial mereka, serta pemahaman mereka mengenai praktek dan terhadap situasi tempat dilakukan praktek-praktek tersebut.<sup>1</sup>

Dilakukannya *action research* adalah dalam rangka guru atau pendidik bersedia mengintropeksi, bercermin, merefleksi atau mengevaluasi dirinya sendiri sehingga kemampuannya sebagai seorang guru/ pengajar diharapkan cukup profesional untuk selanjutnya, diharapkan dari peningkatan kemampuan diri tersebut dapat berpengaruh terhadap peningkatan kualitas anak didiknya baik dalam aspek penalaran, keterampilan, pengetahuan hubungan sosial maupun aspek-aspek lain yang bermanfaat bagi anak didik untuk menjadi lebih baik.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan *action research* ialah suatu penelitian yang dilakukan secara sistematis reflektif terhadap berbagai tindakan yang dilakukan oleh tenaga pengajar, dimulai dari disusunnya suatu perencanaan sampai penilaian terhadap tindakan nyata di dalam kelas dalam proses belajar-mengajar untuk memperbaiki kondisi pembelajaran. Sementara itu, dilaksanakannya *action research* diantaranya untuk meningkatkan kualitas pendidikan atau

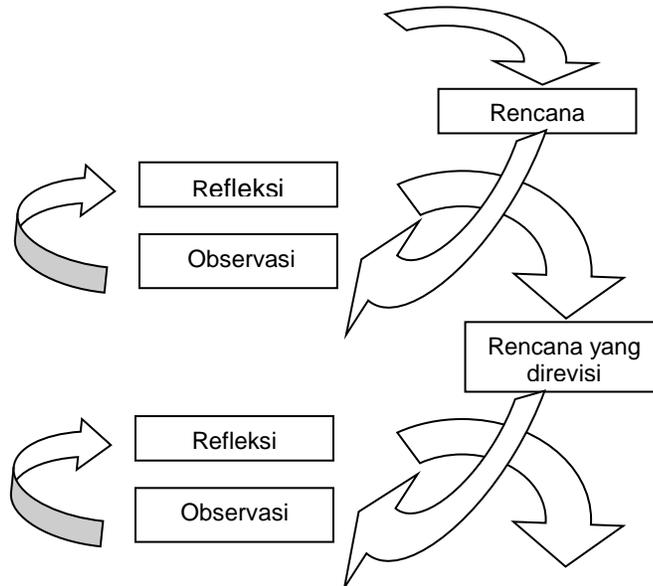
---

<sup>1</sup> Stephen Kemmis, Robbin McTaggart. *The Action Research Planner. 3rd ed* (Victoris Deakin University.1988), h 5

pengajaran yang diselenggarakan oleh guru/ pengajar-peneliti itu sendiri, yang dampaknya diharapkan adanya solusi alternatif untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

*Action research* termasuk penelitian kualitatif walaupun data yang dikumpulkan bisa saja bersifat kuantitatif. *Action research* berbeda dengan penelitian formal, yang bertujuan untuk menguji hipotesis dan membangun teori yang bersifat umum (general). *Action research* lebih bertujuan untuk memperbaiki kinerja, sifatnya kontekstual dan hasilnya tidak untuk digeneralisasi. Namun demikian hasil *action research* dapat saja diterapkan oleh orang lain yang mempunyai latar yang mirip dengan yang dimiliki peneliti.

Dalam penelitian ini digunakan model Kemmis dan Taggart yaitu . merupakan pengembangan konsep dasar yang diperkenalkan oleh Kurt Lewin. Model ini dianggap sesuai dengan penelitian karena mempertimbangkan penekanan pada menangani satu masalah saja pada satu saat (*one problem at a the time*). Penelitian terbatas pada peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan penerapan gaya mengajar inklusi melalui media simpai.



**Gambar 2.1 Model Kemmis dan Taggart.<sup>2</sup>**

Sumber: Share.pdfonline.com; <http://jurnalpendidikanserambiilmu.html>  
(diakses 21 Oktober 2013)

Langkah-langkah penelitian terdiri dari tahap pertama meliputi tindakan (1) perencanaan tahap pertama, (2) tindakan, (3) pengamatan, (4) refleksi. Sedangkan tahap kedua meliputi (1) revisi rencana, (2) tindakan, (3) pengamatan, (4) refleksi. Desain intervensi tindakan yang dipilih yaitu pembelajaran dengan gaya mengajar inklusi melalui media simpai untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli. Tindakan yang dilakukan adalah membuat desain pembelajaran bola voli yang dirancang berdasarkan rencana yang disusun, dibahas antara peneliti dan dosen mata kuliah.

<sup>2</sup> Share.pdfonline.com; <http://jurnalpendidikanserambiilmu.html> (diakses 21 Oktober 2013).

## **B. Konsep Model Tindakan**

### **1. Belajar**

Dalam kamus umum bahasa Indonesia secara etimologis belajar memiliki arti “Berusaha supaya mendapat suatu kepandaian”. Definisi ini memiliki arti bahwa: Belajar adalah sebuah kegiatan dalam rangka mencapai kepandaian atau mencari ilmu. Sehingga dengan belajar manusia menjadi tahu serta memiliki pengetahuan yang luas dan menjadikan manfaat bagi dirinya dan orang lain”. Sedangkan Ashar Arsyad menyampaikan bahwa: Belajar adalah proses yang kompleks yang terjadi apabila ada interaksi antara seseorang dengan lingkungannya”. Agus Kristiyanto dalam hukum kesiapan belajar (*law of readlines*) telah amat jelas ditekankan bahwa: Belajar (termasuk berlatih didalamnya) akan berlangsung sangat efektif jika siswa/ seseorang telah siap untuk memberikan respon, kesiapan yang dimaksud adalah kesiapan untuk adaptasi terhadap stimulus dan juga kesiapan dari sisi kematangan fisik, biologis, antropometrik anak.

*Driden* dan *Vos* yang dikutip dalam M. Furqon Hidayatullah mengemukakan bahwa belajar haruslah memiliki tiga tujuan yaitu: (1) mempelajari keterampilan dan pengetahuan tentang materi-materi pelajaran spesifik; (2) mengembangkan kemampuan konseptual umum, sehingga mampu belajar menerapkan konsep yang sama atau berkaitan dengan

bidang-bidang yang lain yang berbeda; (3) mengembangkan kemampuan dan sikap pribadi yang secara mudah dapat digunakan dalam segala tindakan.

Belajar merupakan sebuah proses yang kompleks pada semua orang dan berlangsung seumur hidup. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar adalah dengan perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif) dan keterampilan (psikomotor) maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif).<sup>3</sup>

Robert N. Gagne dalam Sugiyanto dkk, mendefinisikan belajar adalah suatu perubahan pembawaan atau kemampuan yang bertahan dalam jangka waktu tertentu dan tidak semata mata disebabkan oleh proses pertumbuhan.<sup>4</sup> Sedangkan Menurut S. Nasution dalam Sugiyanto dkk, belajar adalah perubahan pengetahuan, dan perubahan perilaku yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan.<sup>5</sup> Pendapat lain juga menyatakan belajar adalah

---

<sup>3</sup> Eveline Siregar dan Hartini Nara. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. (Bogor: Ghalia Indonesia, 2010), h. 3

<sup>4</sup> Robert N Gagne dalam Sugiyanto, dkk. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. (Jakarta: Universitas terbuka, 1998), h. 276.

<sup>5</sup> *Ibid.*, h. 267.

suatu proses perubahan tingkah laku individu melalui interaksi dengan lingkungan.<sup>6</sup>

Dari beberapa pendapat mengenai belajar, maka secara umum belajar dapat diartikan sebagai suatu proses perubahan pengetahuan, perubahan perilaku dan perubahan psikis serta keterampilan, yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan melalui interaksi dengan lingkungannya. Belajar dalam pendidikan jasmani pada dasarnya berhubungan dengan kesanggupan seseorang untuk menggerakkan anggota badan. Namun, siswa bukan hanya menggerakkan anggota badan, melainkan juga memerlukan keterampilan intelektual dan sikap. Oleh karena itu, bagi seseorang yang ingin mempelajari keterampilan gerak ia terlebih dahulu harus memahami dan menguasai prosedur gerak yang dilakukannya disertai konsep-konsep cara melakukannya.<sup>7</sup>

## **2. Hasil belajar**

Hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan bukan hanya salah satu aspek potensi kemanusiaan saja. Artinya, hasil pembelajaran yang dikategorisasikan tidak dilihat secara fragmentasi atau terpisah, melainkan komperhensif.<sup>8</sup> Sedangkan Nana Sudjana berpendapat

---

<sup>6</sup> Hamalik, Oemar. *Kurikulum dan Pembelajaran*. (Jakarta: PT Bumi Aksara.2005), h. 37.

<sup>7</sup> Syarifuddin Aip. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SLTP Kelas*. (Jakarta : PT Grasindo.1997),h. 11.

<sup>8</sup> Suprijono, Agus. *Cooperative Learning*. (Yogyakarta: Puataka Pelajar.2009) h 7

bahwa hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya.<sup>9</sup> Hasil belajar yang dicapai oleh siswa sangat erat kaitannya dengan rumusan tujuan instruksional yang direncanakan oleh guru sebelumnya. Hasil belajar merupakan suatu puncak dari proses belajar yang telah dilakukan.

Bloom mengemukakan bahwa, hasil belajar mencakup kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Domain kognitif adalah knowledge (pengetahuan, ingatan), comprehension (pemahaman, menjelaskan, meringkas, contoh), analysis (menguraikan, menentukan hubungan), synthesis (mengoorganisasikan, merencanakan, membentuk bangunan baru), dan evaluation. Domain afektif adalah receiving (sikap menerima), responding (memberikan respon), valuing (nilai), organization (organisasi), characterization (karakterisasi). Domain psikomotor meliputi initiatory, pre-routine, dan routinized. Psikomotor juga mencakup keterampilan produktif, teknik, fisik, sosial, manajerial dan intelektual.<sup>10</sup>

Secara garis besar, Proses Belajar Mengajar (PBM) sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam pencapaian hasil belajar yang maksimal. Menurut Dimiyati dan Mujiono bahwa hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor, antara lain:

---

<sup>9</sup> Sudjana, Nana. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. (Bandung: Remaja Rosdakarya).2004 h 20

<sup>10</sup> Suprijono, Agus.loc.cit. h 5-7

**a. Faktor Internal**

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri anak itu sendiri dan hal ini, meliputi intelegensi (kemampuan), motivasi belajar dan perhatian. Faktor kemampuan siswa sangat besar sekali pengaruhnya terhadap pencapaian hasil belajar yang dicapai seseorang. Siswa yang memiliki intelegensi tinggi pada umumnya lebih cepat atau lancar dalam belajar, sebaliknya siswa yang intelegensinya rendah belajarnya akan lambat. Motivasi belajar menumbuhkan gairah, kesenangan dan semangat belajar siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi akan bersemangat untuk belajar.

**b. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal adalah faktor-faktor yang berasal dari luar individu atau lingkungan. Faktor eksternal meliputi, ruang lingkup di sekolah maupun di rumah. Lingkungan di rumah antara lain; tempat belajar, penerangan, kebisingan dan tugas yang diberikan oleh orang tuanya. Di rumah misalkan, anak tidak mempunyai kamar sendiri, penerangan kurang baik, pada saat belajar selalu terganggu oleh kegaduhan atau kesibukan-kesibukan dan tugas-tugas yang diberikan oleh orang tuanya.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Dimiyati dan Mudjiono. *Belajar dan Pembelajaran*. Cetakan ketiga. (Jakarta: Rineka Cipta).2006. h 238

Lingkungan ini mencakup lingkungan fisik, alam dan lingkungan sosial. Lingkungan belajar di sekolah, dapat berupa sistem instruksional yang mencakup kurikulum, bahan pelajaran, metode penyajian, sistem belajar dan dapat berupa ruang kelas, bangku, alat-alat dan guru.

### **3. Passing Bawah Bola voli**

Permainan adalah bagian dari bermain yang mempunyai metode atau cara tertentu sesuai situasi, dan memiliki peraturan-peraturan yang tidak boleh dilanggar. Dalam permainan terdapat semangat keberanian, ketangguhan, dan kejujuran pemain.

Permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net. ialah William G. Morgan, seorang guru pendidikan jasmani pada *Young Man Christian Association* (YMCA) di kota Hollkey Negara bagian Massachusset di Amerika Serikat yang pertama kali memperkenalkan olahraga ini namun pada awal dikenalkan istilah bola voli belum digunakan, "*Minonette*" adalah nama yang digunakan saat permainan ini dikenalkan. Bukan hanya nama, peraturan dan bola yang digunakan juga bukan seperti yang di gunakan saat ini, peraturan yang digunakan hanyalah memantul-mantulkan bola dengan memvolinya tanpa menyentuh lantai melewati jaring yang digantung setinggi kira-kira 216 cm dari lantai, bola yang digunakan juga berasal dari bagian dalam bola basket. Setelah melalui percobaan-percobaan berikutnya barulah permainan ini dinamakan "*volleyball*" atau bola voli karena dalam prinsipnya, dasar yang

digunakan dalam “minonette” adalah mem-volley bola ( memukul bola hilir mudik di udara ), barulah secara resmi olahraga ini di beri nama “volleyball” atau bola voli.

Olahraga bola voli adalah olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat baik tua ataupun muda, karena dalam pelaksanaannya permainan ini tidak harus sesuai dengan peraturan yang baku seperti pada pertandingan-pertandingan resmi, baik dari jumlah pemain lapangan ataupun perlengkapan pertandingan, namun dalam pertandingan bola voli yang sah haruslah sesuai dengan peraturan yang sesungguhnya.

Bola voli banyak digemari dimasyarakat dikarenakan alasan-alasan di bawah ini :

1. Olahraga ini dapat beradaptasi terhadap berbagai kondisi yang mungkin timbul didalamnya.
2. Olahraga ini dapat dimainkan oleh segala jenis usia dan tingkat kemampuan.
3. Olahraga ini dapat dimainkan disegala jenis lapangan rumput, kayu, pasir dan berbagai jenis permukaan lantai buatan.
4. Olahraga ini dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan.
5. Olahraga ini hanya membutuhkan sedikit biaya dan kemampuan.
6. Olahraga ini bisa bersifat bisnis dan rekreasi yang sangat populer terbukti dengan adanya sejumlah liga dalam dunia usaha, masyarakat, dunia pendidikan dan umum.

## 7. Olahraga ini hanya membutuhkan sedikit kemampuan.

Tujuan dari permainan adalah melewati bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (diluar perkenaan blok). Bola voli merupakan permainan yang unik, dimana bola diupayakan selama mungkin terbang atau melayang dan setiap tim mempunyai kesempatan mengumpan bola (passing) di arena sendiri sebelum dikembalikan ke daerah lawan.

Cabang olahraga bola voli mempunyai banyak jenis teknik gerakan atau ketepatan yang harus dimiliki oleh seorang pemain, pada dasarnya dituntut untuk menguasai teknik dasar bermain seperti servis, passing atas, passing bawah smash dan blok karena dalam permainan sesungguhnya, permainan sangatlah ditentukan oleh penguasaan pemain terhadap teknik dasar tersebut.

Passing dalam permainan bola voli adalah usaha atau upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya agar dimainkan di lapangan sendiri.<sup>12</sup>

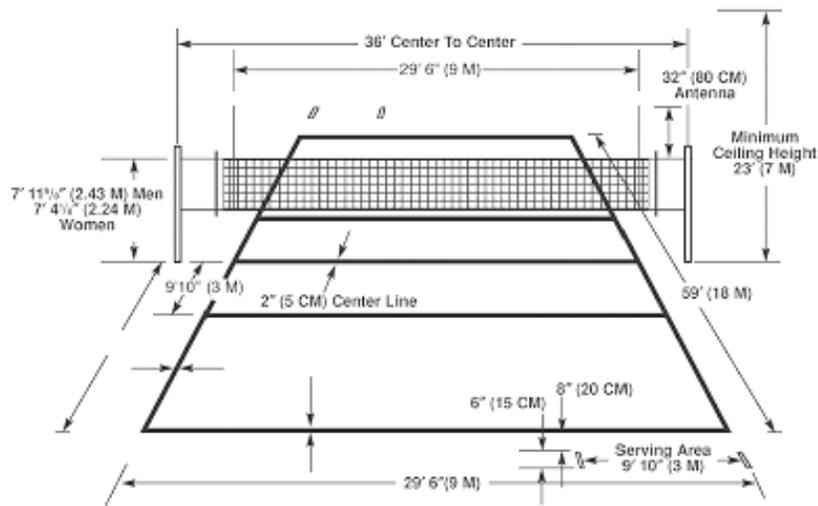
Kompetisi dapat menimbulkan kekuatan, kemampuan, semangat, kreativitas, dan keindahan yang terbaik. William Morgan, penemu permainan bola voli mengenalkan permainan ini karena bola voli tetap memelihara beberapa kekhususan dan elemen-elemennya sepanjang masa. Olahraga permainan bolavoli merupakan

---

<sup>12</sup> Drs. Muhajir, M.Ed, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. (Bandung: Ghalia Indonesia Printing, 2007) h.11.

olahraga beregu, setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing dengan dibatasi oleh net. Ukuran lapangan bola voli adalah sebagai berikut:

- a. Panjang lapangan bola voli : 18 meter
- b. Lebar lapangan bola voli : 9 meter
- c. Lebar garis serang : 3 meter
- d. Tinggi net bola voli untuk putra : 2,43 meter
- e. Tinggi net bola voli untuk putri : 2,24 meter
- f. Lebar net bola voli : 1 meter
- g. Mata jala net bola voli : 10 centimeter
- h. Pita tepian atas net bola voli : 5 centimeter
- i. Pita tepian samping net bola voli : 5 centimeter sepanjang 1 meter
- j. Tinggi antena pada net bola voli : 80 centimeter
- k. Tinggi tiang net bola voli : 2,55 meter
- l. Jarak tiang net dengan garis samping lapangan bola voli : 0,5 – 1 meter



**Gambar 2.2 Lapangan Bola Voli.**<sup>13</sup>

Sumber: Google.com; <http://tarogongvoli.blogspot.com>  
(diakses 21 Oktober 2013).

Permainan bola voli merupakan seni penguasaan gerak yang merupakan keterampilan teknik yang sempurna, beragam taktik, persyaratan psikologis yang luar biasa serta kecepatan dramatis yang menggairahkan sehingga membuat permainan ini sangat menarik.

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai sebagai contoh adalah passing bawah. Para pemain diharuskan dapat melakukan penerimaan bola dengan passing bawah. Passing bawah dilakukan dengan posisi yang benar sehingga para pemain dapat menerima bola dengan passing bawah dan mengumpan untuk memulai penyerangan.

<sup>13</sup> Google.com; <http://tarogongvoli.blogspot.com> (diakses 29 September 2018).

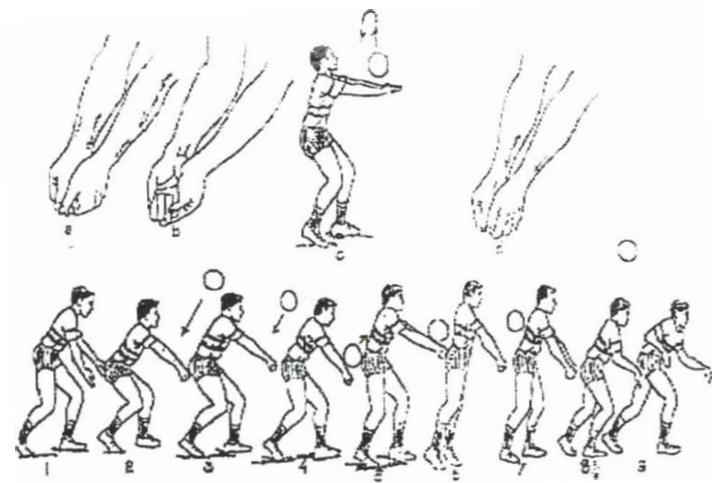
Dalam melakukan gerakan teknik passing bawah, para pemain berdiri dengan tangan sejajar dengan bahu, tumit sedikit diangkat dan kaki kanan maju sedikit dari kaki kiri. Tekuk sikut tangan dan kaki dan lekukan badan sedikit ke depan sejajar dengan lutut. Pastikan kepala dan bahu sejajar dengan lutut dan tangan ke depan dan badan dilekukan 45 derajat. Kepala menghadap ke depan untuk mengikuti arah bola.<sup>14</sup>

Sedangkan menurut Barbara, cara melakukan teknik passing bawah yaitu posisi kaki melangkah dan meregangkan selebar bahu, kedua kaki ditekuk (sikap rendah) membungkukan badan, satukan telapak tangan dan lengan diluruskan, menjangkau ke arah bola, perkenaan bola diatas sedikit pergelangan tangan, dilanjutkan dengan mengayunkan kedua lengan untuk memukul sambil meluruskan badan dan kedua kaki, juga tangan agar tetap berada dibawah bahu, berikan gerakan lanjutan terhadap bola dengan berat badan ke arah bola untuk menjaga keseimbangan badan.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> American Sport Education Program. *Coaching Youth Volleyball*. (United State of America), h. 93.

<sup>15</sup> Barbara L Viera dan Bonnie Jill Ferguson, *Bolavoli Tingkat Pemula*, Alih bahasa: Monti. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996), h. 20.



**Gambar 2.3 Rangkaian Gerakan Passing Bawah.<sup>16</sup>**

#### **4. Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli**

Kemampuan dalam melakukan serangkaian gerakan yang dimulai dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir/ gerakan lanjutan secara baik dan benar. Cara melakukan passing bawah yang benar adalah menyatukan telapak tangan dengan ibu jari dalam keadaan sejajar. Kedua sikut diputar kearah dalam sehingga bagian lengan yang datar dan lembut menghadap keatas. Landasan yang terbentuk dari menyatukan kedua tangan tadi harus sedatar mungkin, agar hasil pantulan bola menjadi sempurna. Tangan harus sejajar dengan paha, tahan kedua tangan anda jauh dari badan. Usahakan menempatkan tubuh di belakang bola atau menghadap kearah bola datang, redam kekuatan bola dan arahkan bola kearah yang diinginkan dengan menggunakan

<sup>16</sup> American Sport Education Program. *Coaching Youth Volleyball*. (United State of America), h. 93.

tubuh, melalui gerakan mengulurkan kaki sambil menyentuh bola dengan sedikit atau tanpa mengayunkan lengan (gerakan mendorong). Sikap kaki dibuka selebar bahu dan salah satu kaki berada di depan.

## 5. Media Simpai

Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Menurut Soepartono, media berasal dari bahasa latin merupakan bentuk jamak dari “Medium yang secara harfiah berarti “Perantara” atau “Pengantar” yaitu perantara atau pengantar sumber pesan dengan penerima pesan.<sup>17</sup> Media sering juga disebut dengan perangkat lunak yang bukan saja memuat pesan atau bahan ajar untuk disalurkan melalui alat tertentu, tetapi juga dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan mahasiswa sehingga mendorong terjadinya proses belajar dari dirinya. Dengan demikian media harus digunakan secara kreatif dalam arti dosen harus menyiapkan dan merancang dengan tepat agar memungkinkan mahasiswa belajar lebih banyak, mencamkan lebih baik apa yang dipelajari dan meningkatkan performa mereka sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Disinilah dosen dituntut lebih berhati-hati dalam memilih dan menetapkan media yang tepat dalam proses pembelajaran.

Salah satu upaya untuk mengatasi hal di atas adalah penggunaan media dalam proses pembelajaran. Karena fungsi media dalam proses pembelajaran adalah sebagai

---

<sup>17</sup> Soepartono, *Media Pembelajaran*. (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTA Setara D-III, 2000). h.3

penyajikan stimulus, informasi dan untuk meningkatkan keserasian mahasiswa dalam melaksanakan pembelajaran dan juga menghilangkan rasa jenuh mahasiswa pada saat menerima pelajaran.

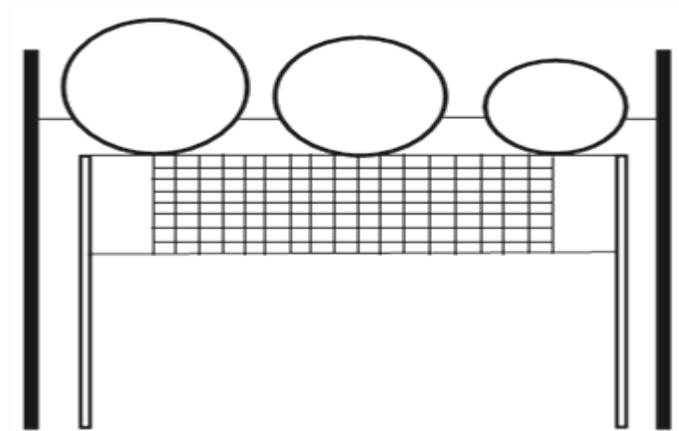
Manfaat media dalam proses pembelajaran secara umum adalah memperlancar proses interaksi antara dosen dan mahasiswa dan untuk membantu mahasiswa belajar secara optimal. Manfaat media dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Penyampaian materi pelajaran
- b. Proses intruksional menjadi lebih menarik
- c. Proses belajar mahasiswa menjadi lebih interaktif
- d. Jumlah waktu belajar-mengajar dapat dikurangi
- e. Kualitas belajar mahasiswa dapat ditingkatkan.

Adapun bentuk media dalam proses pembelajaran passing bawah dalam bola voli pada penelitian ini adalah pembelajaran dengan bantuan media simpai dimaksudkan untuk memperbaiki hasil belajar passing bawah dan merangsang mahasiswa untuk belajar lebih efektif. Dengan adanya media ini mahasiswa tidak akan merasa bosan dalam melaksanakan pembelajaran.

Media simpai yang digunakan adalah terbuat dari kayu rotan berbentuk bulat dengan ukuran masing-masing rotan terdiri dari tiga jenis ukuran besar, sedang, dan kecil dengan diameter 75 cm, 50 cm, dan 30 cm. Media ini digunakan dengan cara simpai diletakkan diatas net dengan diikat diantara dua tiang dengan ketinggian

masing-masing simpai untuk yang berukuran 30 cm ketinggiannya tepat berada diatas net, 50 cm  $\pm$  30 cm dari net, sedangkan ukuran 75 cm ketinggiannya  $\pm$  1 meter dari atas net.



**Gambar 2.4 Sasaran Passing Bawah dengan Media Simpai.**<sup>18</sup>

Pembelajaran ini dilakukan dengan cara mahasiswa melakukan passing bawah dengan sasaran media simpai yang diletakan diatas net. Dengan perlakuan bola dilemparkan oleh mahasiswa kemudian mahasiswa yang menerima melakukan passing bawah.

Kegiatan ini dilakukan dengan membentuk tiga kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 10 siswa. Kelompok pertama bertugas sebagai pelempar dan mengambil bola, yang mengambil bola kemudian memberikan bola kepada pelempar atau pengumpan dan seluruh kelompok kedua melakukan passing bawah

---

<sup>18</sup> *Ibid.*, h. 47

dengan sasaran bola melewati atau masuk ke media simpai. Kelompok yang melakukan passing bawah melakukan dengan sekali perlakuan yang dilanjutkan

dengan temannya dengan sasaran media simpai yang kemudian dilanjutkan melakukan passing bawah ke simpai berikutnya dengan ukuran yang lebih kecil. Setelah itu bergantian dengan kelompok kedua bertugas sebagai pengumpan dan mengambil bola. Dimaksudkan untuk membantu mahasiswa dalam menempatkan bola yang diarahkan. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam memperbaiki hasil belajar passing bawah juga mengarahkan mahasiswa agar dapat bersaing dengan kelompok yang lain untuk memasukkan bola ke arah simpai berikutnya yang semakin lebih sulit. Adapun kelebihan media simpai dibanding dengan tanpa media simpai adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.1 Kelebihan Media Simpai Dibanding dengan  
Tanpa Media Simpai**

<b>Media Simpai</b>	<b>Tanpa Media Simpai</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Penyampaian materi dapat diseragamkan</li> <li>✓ Proses belajar mahasiswa dapat lebih interaktif</li> <li>✓ Proses intruksi akan lebih menarik</li> <li>✓ Perkuliahan lebih efektif dan tidak membosankan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dosen adalah penentu jalannya proses perkuliahan</li> <li>✓ Mahasiswa ditempatkan sebagai objek belajar yang berperan secara pasif</li> <li>✓ Kemampuan diperoleh melalui latihan-latihan</li> <li>✓ Tidak efektif dan cenderung membosankan</li> </ul>

## 6. Gaya Mengajar Resiprokal (*Reciprocal Style*)

Menurut Moston gaya Resiprokal merupakan pengembangan dari gaya latihan yang ditingkatkan pelaksanaannya untuk memperbesar hubungan sosialisasi dengan teman serta mengambil manfaat dari adanya umpan balik dengan segera<sup>19</sup>. Gaya ini melibatkan teman untuk memberikan umpan balik atas pelaksanaan tugasnya. Gaya resiprokal tersebut memiliki karakteristik dapat mengaktifkan mahasiswa dan dosen dalam setiap kegiatan perkuliahan.

Dengan pendekatan gaya mengajar tersebut, mahasiswa menjadi lebih aktif dalam belajar dan memperoleh bimbingan belajar, termasuk di dalamnya memperoleh kesempatan mengevaluasi yang lebih lama dan intensif.

Dalam proses belajar, mahasiswa menjalankan tugas sesuai dengan tugas dan petunjuk dosen. Tahapan yang harus dilalui oleh seseorang dalam rangkaian kegiatan pembelajaran gaya resiprokal, menurut Mosston dan Ashworth<sup>20</sup>.

- 1) Tahapan *Pre-Impact*, pada tahap ini, menyeleksi dan mendesain pokok bahasan, mendesain petunjuk, pelaksanaan dan kriteria penilaian dalam bentuk lembar isian, menentukan perlengkapan pada setiap episode.

---

<sup>19</sup> Jonathan Doherty., *Teaching Styles in Physical Education and Mosston's Spectrum*. H. 1. 2004  
<http://www.short-media.org/shortaholisnewsletter23newlook.htm> (diakses 01 Oktober 2018)

<sup>20</sup> Musca Musston and Ashwort, S. *Teaching Physical Education 5<sup>th</sup> ed.*, 2002, dikutip langsung (atau tidak langsung) oleh Mark Byra, 2002., h. 19-23.

- 2) Tahapan *Impact*, pada tahap ini, dosen terlibat di dalam semua kegiatan yang sudah diputuskan pada tahapan *pre-impact*. Tujuan membuat keputusan adalah untuk melibatkan para mahasiswa dalam berperan aktif dan untuk melanjutkan keputusan-keputusan pada tahap *pre-impact*. Dosen merespon atas pertanyaan mahasiswa (pengamat) berkenaan hasil pengamatan. Dosen harus berkeliling mengamati dan mengoreksi teman yang berperan sebagai pelaku.
- 3) Tahapan *Post-Impact*, pada saat proses stimulus respon sedang berlangsung, dosen mengamati penampilan setiap mahasiswa serta memberikan umpan balik kepada mereka, kemudian periksa kembali tahapan *post-impact* yang ada pada anatomi dan amati gerakan-gerakan yang kurang tepat kemudian beri petunjuk untuk memperbaikinya secara lisan, baik berupa pernyataan perbaikan, pernyataan penilaian maupun pernyataan netral. Menggunakan pernyataan yang cocok dengan situasi yang sedang terjadi. Bila terjadi kesalahan, gunakan umpan balik yang sifatnya memperbaiki/ korektif. Bila penampilan memuaskan, berikan umpan balik penilaian, dan sebagainya. Semua interaksi pada fase ini dimulai dari dosen.

## **7. Gaya Mengajar Inklusi (*Inclusion Style*)**

Gaya mengajar inklusi pada prinsipnya adalah memberikan bentuk tugas yang sama dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Gaya mengajar inklusi merupakan gaya kelima dari spektrum gaya mengajar Mosston, dimana gaya mengajar inklusi ini

memperkenalkan berbagai tingkat tugas. Mahasiswa diberi tugas yang berbeda-beda sesuai dengan tingkat kemampuan yang dimiliki. Dalam gaya ini mahasiswa didorong untuk menentukan tingkat penampilannya dan memberikan kesempatan untuk menganalisis dan sintesis tugas.

Pendekatan gaya mengajar inklusi menekankan pada pemberian kebebasan yang lebih luas pada mahasiswa. Kebebasan itu berupa penilaian terhadap kemajuan belajarnya oleh dirinya sendiri. Kemudian atas dasar penilaian itu mahasiswa membuat keputusan sendiri untuk melanjutkan atau mengulang gerakan atau pokok bahasan yang lebih lanjut. Dengan kata lain dapat dinyatakan bahwa keputusan yang harus dibuat oleh mahasiswa itu berkenaan dengan pelaksanaan tugas gerak atau pokok bahasan, penilaian hasil belajar oleh dirinya sendiri, dan laju proses belajar itu sendiri.

Gaya mengajar inklusi bertujuan untuk melibatkan semua mahasiswa menyesuaikan terhadap perbedaan individu, memberi kesempatan untuk memulai tugas pada tingkat kemampuan sendiri, memberi kesempatan untuk menilai tugas dengan tugas-tugas yang lebih ringan dan dilanjutkan ke tingkat tugas yang lebih sulit (berjenjang) sesuai dengan tingkat kemampuan tiap mahasiswa, belajar melihat hubungan antara kemampuan merasa dan tugas apa yang dapat dilakukan oleh mahasiswa, individualisasi dimungkinkan karena memilih diantara alternatif tingkat tugas yang telah disediakan.

Gaya mengajar inklusi adalah pedoman mengajar yang dipakai oleh dosen untuk menyajikan materi perkuliahan secara keseluruhan secara rinci dipaparkan

tingkat kesulitannya. Gaya mengajar inklusi dapat dicontohkan pada media simpai yang telah disediakan dan dengan ukuran yang berbeda-beda, pada saat melakukan passing bawah mahasiswa diberi kesempatan melakukan passing bawah melewati atau memasukkan kesimpai yang pertama dengan ukuran yang terbesar kemudian setelah teknik dasar dan arah sasaran telah sesuai dengan ketentuan, mahasiswa melakukan gerakan passing yang sama tetapi kearah simpai yang lebih kecil lagi. Setiap mahasiswa harus melakukan teknik passing dengan benar dan kearah sasaran yang tepat. Jika setiap mahasiswa telah melakukan yang sesuai dengan gerakan dasar dan arah yang sesuai maka siswa dapat dikatakan berhasil melakukannya. Akan tetapi keberhasilan itu tidak diperoleh semua mahasiswa dengan tingkat kesulitan yang sama, sebagian mahasiswa dapat melakukannya dengan mudah dan melewati ketiga simpai dengan baik, sedangkan sebagian lagi harus mengarahkan kemampuannya untuk dapat melakukan dan melewati ketiga simpai tersebut.

Hal ini berarti kita telah memberikan suatu standar tunggal bagi semua mahasiswa, dan banyak mahasiswa yang akan dikeluarkan dengan menaikkan tingkat kesulitan dari tugas tersebut. Jika dibuat kelompok yang berbeda dalam melakukan passing bawah, dan mahasiswa memilih kelompok yang bisa dilakukannya hal ini akan memungkinkan seluruh mahasiswa untuk menyesuaikan tingkat kemampuannya dengan kemampuan yang dimilikinya.

Proses belajar mengajar pertemuan (*pre-impact*) tugas dosen yaitu menyiapkan materi perkuliahan tentang materi passing bawah dalam berbagai tingkat kesulitan memungkinkan mahasiswa untuk dapat memilih materi tersebut sesuai

dengan kemampuan dan mudah mempelajarinya. Bentuk materi perkuliahan disajikan dalam lembaran tugas berisi materi bola voli secara lengkap mulai dari sikap permulaan gerak pelaksanaan dan gerak lanjutan dari materi bola voli.

Pada tahap pertemuan (*impact*) tugas dosen: (1) memimpin dan mengkoordinir pemanasan, (2) dosen menjelaskan secara lengkap dengan menggunakan gaya mengajar inklusi yaitu menjelaskan secara keseluruhan cara mempelajari materi bola voli agar mahasiswa mempunyai gambaran tentang materi bola voli yang benar. Proses perkuliahan pada tahap ini materi pelajaran disajikan dalam bentuk utuh sehingga merupakan satuan unit tidak terpisahkan, (3) menjelaskan tentang tingkat kesulitan materi bola voli dibantu dengan contoh gerakan, penglihatan dan pendengaran diorganisasikan dalam sebuah gerakan, kemudian mahasiswa akan mempresepsikan contoh tersebut secara bersama-sama.

Setelah mahasiswa dapat memahami dan mengerti teknik gerakan melalui lembaran tugas berisi gambar dan penjelasan dosen, maka secara kognitif mahasiswa siap untuk belajar. Kesiapan mahasiswa dalam belajar ini didukung oleh adanya jadwal pasti untuk belajar. Individu tidak dapat belajar sampai dirinya siap. "Kesiapan perkembangan" atau kesiapan untuk belajar, menentukan saat kapan belajar itu dapat dan harus dilakukan.<sup>19</sup> (4) mempersilahkan untuk memulai mempelajari materi bola voli sesuai dengan lembaran tugas yang telah disiapkan. (5)

---

<sup>19</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan* terjemahan Istimiwidayanti dan Soedjarwo (Jakarta: Erlangga, 1990), h. 6.

mengawasi jalannya proses perkuliahan agar tidak menyimpang dari tujuan, dan (6) memimpin dan mengkoordinir pendinginan/ penenangan.

Tahap-tahap belajar pada pertemuan (*impact*) di dalam tahap belajar gerak mencakup tahap belajar kognitif, asosiatif dan otomatisasi. Pada tahap kognitif ini mahasiswa membutuhkan informasi tentang pelajaran yang akan dipelajarinya dan cara pelaksanaan gerakan yang ditugaskan untuk dilakukan. Tahap kognitif merupakan tahap awal dalam belajar gerak. Tahap ini disebut tahap kognitif karena merupakan tahap pertama mahasiswa belajar yaitu memahami bentuk gerakan yang akan dipelajari. Pada tahap ini mahasiswa belum mencoba untuk melakukan bentuk gerakan. Jika tahapan ini diterapkan pada perkuliahan bola voli maka tahap ini mahasiswa mulai berpikir tentang apa yang dimaksud dengan bola voli dan bagaimana cara melakukannya. Di sini mahasiswa mempelajari materi bola voli berdasarkan informasi dan penjelasan yang diberikan oleh dosen melalui lembaran tugas.

Dalam tahap belajar ini, kemampuan indera dalam mencerna materi perkuliahan diajarkan sangat menentukan keberhasilan dalam belajar. Berdasarkan informasi tersebut mahasiswa memperoleh gambaran bagaimana melakukan gerakan materi bola voli yang benar. Proses belajar ini berlangsung dalam otak, sehingga mahasiswa dalam mengolah dan mencerna informasi yang sangat ditentukan oleh kemampuan akalnya, khususnya dalam memutuskan belajar gerakan bola voli yang benar.

Setelah melalui proses pencernaan di dalam otak, mahasiswa memperoleh gambaran tentang gerakan bola voli yang benar. Awalnya mahasiswa terlihat ragu-ragu, bahkan mungkin takut, akan tetapi setelah dicoba secara berulang-ulang gerakan bola voli dapat dikuasai.

Dalam tahap kognitif ini setelah penyerapan informasi oleh masing-masing mahasiswa, pada diri mereka terbentuk *motor program* yang terpola di dalam pikirannya. Pola tersebut akan selalu ditunjukkan pada saat mahasiswa melakukan gerakan. Apabila pola gerakan tersebut benar maka mahasiswa akan berhasil dalam melakukan gerakan secara efisien dan dinamis. Sebaliknya apabila pola tersebut salah maka mahasiswa salah dan kaku dalam melakukan gerakan yang dipelajarinya.

Setelah tahap-tahap belajar gerak secara kognitif dikuasai, selanjutnya mahasiswa diberi kebebasan untuk mencoba tugas yang diberikan oleh dosen, dan menentukan sendiri tentang; (a) berapa kali mahasiswa akan mengulangi percobaan, (b) memilih tugas lebih sulit atau yang lebih mudah dan (c) kapan pindah ke bagian tugas yang lainnya.

Setelah tahap kognitif dikuasai, maka selanjutnya tahap akan dimasuki mahasiswa adalah tahap asosiatif. Tahap ini merupakan tahap lanjutan dari tahap kognitif, tahap kognitif semakin ditinggalkan dan mahasiswa memusatkan perhatiannya pada cara melakukan pola gerak yang baik, bukan lagi mencari-cari pola mana yang akan dilakukan.

Tahap ini disebut juga tahap menengah, karena tahap ini ditandai dengan kemampuan menguasai gerakan semakin kompleks. Mahasiswa berupaya untuk dapat melakukan gerakan-gerakan rangkaian agar tidak terputus-putus pelaksanaannya. Dengan mengulang-ulang dalam latihan mahasiswa menemukan gerakan secara teknis benar berarti dapat menghemat tenaga dalam melakukannya. Dengan terus melakukan latihan dan pengulangan-pengulangan, maka kesalahan dibuat semakin berkurang.

Dikaitkan dengan contoh yang dipilih yaitu tingkat kesulitan didalam materi bola voli maka untuk menguasai gerakan bola voli yang benar mahasiswa akan mengalami kegagalan dalam proses belajarnya. Untuk mengurangi kesalahan-kesalahan dibuat pada saat mempelajari gerakan bola voli mahasiswa dapat meminta bantuan teman untuk mengoreksinya. Lebih ideal apabila untuk setiap gerakan merupakan bagian dari gerakan bola voli dibuat rekaman dalam video. Melalui rekaman gerakan, evaluasi dan koreksi kesalahan dibuat oleh mahasiswa, dapat mudah dilakukan.

Pada dasarnya tahap ini merupakan rangkaian belajar berkesinambungan yang dimulai dari tahap kognitif dan tahap asosiatif sehingga akan menjadi rangkaian gerakan benar walaupun belum otomatis. Tahap ini merupakan bagian awal dari tahap otomatis. Pada bagian awal tahap otomatis ini gerakan yang dilakukan mahasiswa mungkin belum sepenuhnya benar, sehingga perlu disempurnakan agar mahasiswa benar-benar menguasai gerakan yang merupakan materi perkuliahan yang disajikan tersebut, yakni materi bola voli.

Di dalam tahap pertemuan (*impact*) ini mahasiswa, setelah melakukan pemanasan, mendengarkan penjelasan dosen dan mempelajari lembaran tugas tentang materi bola voli, memilih dan menentukan materi perkuliahan, langkah berikutnya mahasiswa melakukan gerakan sesuai materi perkuliahan, langkah berikutnya mahasiswa melakukan latihan masing-masing dan diakhiri perkuliahan melakukan pendinginan/ penenangan.

Pada tahap setelah pertemuan (*post impact*) tugas dosen memberikan umpan balik kepada mahasiswa secara perorangan tentang apa yang telah dikerjakannya, kekurangan dan kemajuan yang dicapai dalam mempelajari materi bola voli. Pemberian umpan balik dalam proses pendidikan dapat menggunakan umpan balik tertunda, karena pemberian informasi tambahan segera setelah selesainya penampilan dapat mengganggu individu dalam memproses atau mengambil keputusan dari balikan informatif intrinsik yang diberikan oleh dosen tersebut, jadi komentar dosen harus ditunda untuk sementara waktu.<sup>20</sup>

Secara rinci pelaksanaan gaya mengajar inklusi dijabarkan pada tabel 2.1 berikut ini:

---

<sup>20</sup> B.E.Rahantoknam, *Guru Pendidikan Jasmani sebagai Fasilitator*, Semlok Pola Sistem Operasional Pendidikan Jasmani, Sebagai Basis Olahraga Indonesia Menjelang Era Globalisasi (Jakarta: 1997), h. 105.

**Tabel 2.2 Anatomi Gaya Mengajar Inklusi (*Inclusion Style*)**

<b>Tahap-tahap</b>	<b>Dosen</b>	<b>Mahasiswa</b>
Pra pertemuan ( <i>pre impact</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan materi perkuliahan tentang materi bola voli secara keseluruhan tingkat kesulitan</li> <li>2. Bentuk materi perkuliahan disajikan dalam lembaran tugas berisi materi bola voli</li> <li>3. secara keseluruhan mulai dari sikap permulaan, gerak pelaksanaan sampai gerak lanjutan.</li> </ol>	
Saat pertemuan ( <i>impact</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memimpin dan mengkoordinir pemanasan</li> <li>2. Menjelaskan secara lengkap tentang cara belajar dengan gaya mengajar inklusi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pemanasan</li> <li>2. Mendengarkan penjelasan dosen</li> </ol>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Menjelaskan secara keseluruhan tingkat-tingkat kesulitan dalam materi bola voli dan dibantu dengan gambar-gambar materi bola voli</li> <li>4. Mempersilahkan mahasiswa untuk memulai mempelajari materi bola voli</li> <li>5. Mengawasi jalannya proses belajar materi bola voli</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Mendengarkan dan mempelajari materi perkuliahan bola voli lembaran tugas sebelum memulai perkuliahan</li> <li>4. Memilih tingkat kesulitan dari materi perkuliahan untuk memulai belajar</li> <li>5. Menentukan berapa kali mengulangi gerakan pada tingkat kesulitan dalam setiap pertemuan</li> </ol>
Pascapertemuan ( <i>post impact</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan umpan balik secara perorangan</li> </ol>	

Beberapa hal penting dari gaya mengajar inklusi dalam perkuliahan khususnya bola voli adalah:

1. Gaya mengajar ini memperlihatkan perbedaan individu, untuk belajar supaya cepat maju dan berhasil.
2. Mahasiswa mengembangkan konsep mereka sendiri berkaitan belajar dengan penampilan fisik.

Berdasarkan uraian di atas maka keuntungan menggunakan gaya mengajar inklusi (*inclusion style*) adalah:

1. Mahasiswa telah mempunyai gambaran secara keseluruhan tentang cara mempelajari materi bola voli melalui penjelasan dosen dan lembaran tugas sehingga mahasiswa akan mudah memilih dan menentukan dimana ia mulai belajar.
2. Mahasiswa memperoleh penjelasan dari dosen tentang cara memilih tingkatan-tingkatan tugas akan dipelajarinya.
3. Mahasiswa bebas memilih materi perkuliahan.
4. Mahasiswa dapat membagi waktu pada materi mana memerlukan banyak waktu untuk mempelajari materi sulit dan materi yang mudah.

Sedangkan kekurangan dari gaya mengajar inklusi (*inclusion style*) pada perkuliahan bola voli adalah:

1. Mahasiswa akan kurang serius dalam belajar karena setelah diberi penjelasan dosen, mahasiswa belajar sendiri.
2. Sulit mengontrol bagi mahasiswa berkemampuan kurang.

### **C. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Samsudin yaitu "Pengaruh Gaya Mengajar dan Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Bola voli" Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan terhadap penerapan gaya mengajar dan motor educability dalam permainan bola voli.

### **D. Kerangka Teoretik**

Seorang dosen berkewajiban menciptakan proses belajar mengajar yang efektif sehingga mencapai hasil belajar sesuai dengan yang diharapkan. Untuk itu, dosen harus mampu menggunakan metode pembelajaran dan media sebagai alat bantu proses pembelajaran yang sesuai dan dapat meningkatkan minat, kreatifitas, dan menghindarkan kejenuhan belajar pada mahasiswa.

Segala daya upaya dilakukan dosen supaya kegiatan pembelajaran yang terjadi di luar kelas tetap menarik misalnya dengan menggunakan metode pembelajaran yang tidak monoton dan penggunaan media yang sesuai dengan materi pembelajaran dan diharapkan mahasiswa dapat

menyerap materi secara maksimal yang akan berdampak terhadap hasil belajar yang diperoleh.

Dalam perkuliahan, penggunaan media dan gaya mengajar merupakan faktor penting yang tidak dikesampingkan. Untuk itu media dan gaya mengajar sangat berperan penting pada hasil proses perkuliahan, saran dan prasarana juga mendukung pada keberhasilan perkuliahan mahasiswa. Media simpai, gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi yang diawali dengan berbagai tingkat tugas, kemudian mahasiswa melakukan penafsiran sendiri dan memilih tugas awalnya sesuai dengan tugas yang telah disiapkan. Mahasiswa melakukan tugas yang dipilihnya dan mengulangi tugas tersebut berdasarkan berhasil atau tidaknya tugas awal, kemudian mencoba tugas berikutnya dengan sasaran simpai yang lebih kecil lagi dan menafsir hasilnya-hasilnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka diharapkan dengan penerapan gaya mengajar resiprokal dan gaya megajar inklusi melalui media simpai dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Manado.

### **E. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan rumusan kerangka teoritis di atas, maka hipotesis yang dirumuskan peneliti adalah sebagai berikut:

Dengan diterapkannya gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar inklusi serta penggunaan media sampai pada mata kuliah bola voli, maka hasil belajar passing bawah mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Manado akan meningkat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Arikunto Suharsini, Suharjo, Supandi. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara, 2010.
- Arikunto Suharsini. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara, 2003
- Agus, Suprijono. *Cooperative Learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.
- American Sport Education Program (ASEP). *Melatih Bolavoli Remaja*, terjemahan Novi Lestari. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama, 2008.
- Aip Syarifudin. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SLTP*. Jakarta: PT Grasindo, 1997.
- Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi. Jakarta: PPs UNJ, 2012.
- Candra. <http://chandrax.wordpress.com/p.01.2010> (diakses 13 Maret 2014).
- Dick Bob. *You Want To Do An Action Research*. [www.uqnet.au-22b](http://www.uqnet.au-22b) dick (diakses 24 Maret, 2014).
- Dimiyati, Mudjiono. *Belajar dan Pembelajaran*. Cetakan ketiga. Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Fauzi Anis, Rifyal Ahmad Lugowi. *Pembelajaran Mikro*, Suatu Konsep dan Aplikasi. Jakarta: Prestasi Pustaka, 2010.
- google.com: <http://tarogongvoli.bogspot.com> (diakses 21 Oktober 2013).
- Hamalik, Oemar. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2005.
- James, Tangkudung. "Metodologi Penelitian Kajian dalam Olahraga." *James Tangkudung's Lab* , 2018.

- James, Tangkudung. *SPORT PSYCHOMETRICS: Basics and Instruments of Sports Psychometric*.  
[https://www.researchgate.net/publication/328599852\\_SPORT\\_PSYCHO\\_METRICS\\_Basics\\_and\\_Instruments\\_of\\_Sports\\_Psychometric](https://www.researchgate.net/publication/328599852_SPORT_PSYCHO_METRICS_Basics_and_Instruments_of_Sports_Psychometric) (diakses 29 Oktober 2018).
- James, Tangkudung. *METODOLOGI PENELITIAN Kajian Dalam Olahraga*.  
[https://www.researchgate.net/publication/328601573\\_METODOLOGI\\_PENELITIAN\\_Kajian\\_Dalam\\_Olahraga](https://www.researchgate.net/publication/328601573_METODOLOGI_PENELITIAN_Kajian_Dalam_Olahraga) (diakses 29 Oktober 2018).
- Kunandar. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008.
- Mulyatiningsih Endang. *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, 2011.
- Matthew B.R Hergenanhahn, H.Olson. *Theories Of Learning*. Jakarta: Kencana, 2009.
- Muhajir, Drs, M.Ed, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Ghalia Indonesia Printing, 2007.
- Mills.E, Geoffre. *Action Research A Guide For The Teacher Researcher*. USA: Merril Prentice, 2003.
- Madya Suwarsih. *Teori dan Praktek Penelitian Kelas (Action Research)*. Bandung; Alfabeta, 2011.
- Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004.
- Sukmadinata Nana Syaodih. *Pengembangan Kurikulum: Terori dan Praktek*. PT Remaja Kosdakarya, 1997.
- Slameto. *Belajar dan Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta. PT. Rineka Cipta. 2003.
- Suharsini Arikunto. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta; Bumi Aksara, 2003.
- Sugiyanto dkk. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka, 1998.

- Samsudin. *Pengaruh Gaya Mengajar dan Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Bola Voli*. Jakarta: PPS UNJ, 2013.
- Undang-undang Republik Indonesia No.23 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: BP Cipta Jaya, 2003.
- Tangkudung, James, and Wahyuningtyas Puspitorini. "Kepelatihan olahraga, pembinaan prestasi olahraga." *Jakarta: Cerdas Jaya* , 2006
- Tangkudung, J. Ilmu Faal (Fisiologi). *Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya*, 2006
- Tangkudung, James, and Puspitorini Wahyuningtyas. "Kepelatihan Olahraga Edisi II." *Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya* , 2012.
- Tangkudung, James, and Wahyuningtyas Puspitorini. "Paragames Paralympic." *Jakarta: Intermedia Publishing* , 2012.
- Wulandari Fiffy Yeti. *Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Melalui Permainan untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lari Cepat Pada Anak Sekolah Dasar Kelas V*. Jakarta: PPS UNJ, 2011.
- Viera Barbara L dan Bonnie Jil Ferguson. *Bolavoli Tingkat Pemula*, Alih bahasa: Monti. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996.