

## EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI MELALUI PENDEKATAN MODIFIKASI PERMAINAN BOLAVOLI (Studi pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri )

**Melsaliya Sakarina Sari**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,  
arielsurya@gmail.com

**Sasminta Christina Yuli Hartati**

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,

### Abstrak

Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya prestasi belajar peserta didik, salah satunya adalah kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam membuat dan mengembangkan strategi pembelajaran. Salah satu strategi yang dapat diambil oleh seorang guru ialah dapat menerapkan model permainan yang telah dimodifikasi untuk memotivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Modifikasi merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri, 2) besarnya pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes kepada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri. Sasaran penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri dan jumlah yang diambil sebanyak 30 siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan angket *Formative Class Evaluation* dan lembar observasi Dikjasor.

Hasil Penelitian: rata-rata skor FCE siswa sebelum pembelajaran (*pre-test*) sebesar 2,73 (kategori baik), sedangkan hasil sesudah pembelajaran (*post test*) sebesar 2,87 (kategori sangat baik). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil FCE siswa (*pre-test*) dan (*post test*) terjadi peningkatan sebesar 5,01%. Hasil uji t menunjukkan nilai  $t_{hitung} 4,247 > \text{nilai } t_{tabel} 2,045$  dengan taraf signifikansi 5 %. Maka dapat disimpulkan bahwa : (1) Terdapat pengaruh signifikan dari pemberian modifikasi permainan bolavoli terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri. (2) Pemberian pembelajaran dengan pendekatan modifikasi permainan bolavoli berpengaruh terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri sebesar 5,01%.

**Kata Kunci:** Efektivitas, Modifikasi Permainan Bolavoli, Penjasorkes.

### Abstract

There are many factors which affect the low learning achievement of the students and the low effectiveness of learning physical education. One of them is the physical education sport and health teachers have less creativity in creating and developing learning strategy. A strategy which can be used by teacher to be able to implement the game models that have been modified to motivate the students in following the physical education learning. Modification is an effort which is done by the teachers in order to pay attention to the changes in students' ability and help encouraging those changes.

The objectives of this research are: 1) to find out the effect of volleyball game modification toward the learning of physical education sport and health on the eighth graders of SMPN 1 Ngancar Kediri; 2) to determine how far the effect of volleyball game modification toward the effectiveness of learning physical education sport and health on the eighth graders of Junior High School 1 Ngancar Kediri. Target of the research are the eighth graders of Junior High School 1 Ngancar Kediri and numbers taken are 30 students. This research belongs to experimental research with the descriptive quantitative approach. Data collection technique is done by using *Formative Class Evaluation* questionnaires and physical education observation sheets.

The result of the research: the FCE average score before the learning is 2, 73 (catagorize as good), while the result after the learning is 2, 87 (categorize as very good). Those results show that there is improvement on the result of students' FCE (pre test and post test) as 5, 01%. The result of t-test shows that  $t_{count} 4,247 > t_{table} 2,045$ . With 5% significancy degree.

It can be concluded that: (1) there is significant effect from the modification of volleyball game toward the effectiveness of learning physical education sport and health on the eighth graders of SMPN 1 Ngancar Kediri; (2) the physical education learning lesson using modification of volleyball game given affects the effectiveness of learning physical education sport and health on the eighth graders of SMPN 1 Ngancar Kediri as big as 5, 01%.

**Keywords:** Effectivity, Volleyball Modification, Physical Education.

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pendidikan seseorang atau anggota masyarakat yang didasari secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasar pada Pancasila. Menurut Kristiyandaru (2010 : 33), pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

Dari observasi dan pengamatan yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Ngancar Kabupaten Kediri, peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan terhadap teknik dasar olahraga yang mengacu pada standar kompetensi dan kompetensi dasar, khususnya pada materi bolavoli, sehingga efektivitas pembelajaran disekolah menjadi kurang maksimal. Demikian pula, guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan konsep dan penguasaan materi dasar pada peserta didik, sehingga berakibat pada rendahnya prestasi belajar siswa.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Pembelajaran Penjasorkes Melalui Pendekatan Modifikasi Permainan Bolavoli" pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri. Dari latar belakang yang telah disebutkan sebelumnya, maka dapat dirumuskan : Apakah ada pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap efektivitas pembelajaran dan seberapa besar pengaruh modifikasi tersebut. Tujuannya untuk mengetahui pengaruh dan seberapa besar pengaruh pembelajaran tersebut.

## KAJIAN TEORITIK

### A. Hakekat Modifikasi Permainan Bolavoli

Modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntutkannya dalam bentuk aktivitas belajar dan dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Bahagia dan Suherman, 2000:1). Sedangkan menurut Soepartono (2000 : 38), modifikasi adalah pendekatan yang didesain dan disesuaikan dengan kondisi kelas yang menekankan kepada kegembiraan dan pengayaan perbendaharaan gerak agar sukses dalam mengembangkan keterampilan.

Modifikasi permainan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai salah satu upaya yang dapat membantu para guru selama kegiatan belajar mengajar berlangsung karena keterbatasan sarana dan prasarana disekolah.

### B. Hakekat Efektivitas Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Efektivitas berasal dari kata efektif yang memiliki daya guna (kamus besar bahasa Indonesia/KBBI).. Menurut pendapat Asmani (2011 : 60), efektif berarti proses pembelajaran tersebut bermakna bagi siswa..

Sedangkan menurut Wardani (2005 : 2.41) "Proses pembelajaran yang efektif hanya mungkin terwujud apabila dilaksanakan oleh guru profesional atau jiwa profesionalisme yang tinggi Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian efektivitas adalah gambaran sejauh mana pembelajaran dapat bermanfaat untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Pembelajaran merupakan proses, cara, perbuatan menjadikan orang atau makhluk hidup belajar (KBBI). Menurut Sukintaka (1992 : 70), pembelajaran bukan hanya bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik, tetapi bagaimana anak didik itu mempelajarinya.

Belajar adalah suatu proses perubahan individu akibat pengalaman interaksi dengan lingkungannya (Wardani, 2005 : 2.4). Dalam pembelajaran pendidikan jasmani pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang mampu membuat siswa aktif, sibuk dan menantang (Maksum, 2010).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu bidang pendidikan yang diadakan di sekolah dasar dan menengah sebagai sarana dalam memberikan kontribusi pada tercapainya tujuan pendidikan nasional melalui aktifitas jasmani., emosional yang serasi, selaras, dan seimbang." Melalui gerak akan didapat perkembangan individu secara menyeluruh yang mencakup perkembangan psikomotor, kognitif dan efektif. Fungsi pendidikan jasmani adalah aspek organik, Neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, emisional (Kristiyandaru, 2010 : 39-40).

Dalam penelitian ini hasil belajar yang ingin dicapai adalah efektivitas pembelajaran penjasorkes setelah dengan menggunakan modifikasi permainan bolavoli. Efektivitas merupakan gambaran sejauh mana pembelajaran dapat bermanfaat untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Efektivitas pembelajaran penjasorkes adalah sejauh mana usaha guru dalam menciptakan lingkungan belajar untuk membelajarkan siswa dalam pembelajaran

pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk mencapai tujuan pembelajarannya.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sedangkan desain penelitiannya pada penelitian ini menggunakan desain *one group pretest - posttest design*. Populasi yang digunakan peneliti adalah siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri terdiri dari 7 kelas yang jumlah siswanya 243 siswa. Sampel penelitiannya adalah kelas VIII A. jumlah siswa kelas VIII A adalah 30 siswa dengan 15 siswa laki – laki dan 15 siswa perempuan.

Instrument dalam penelitian ini adalah Kuisioner FCE (*Formative Class Evaluation*) dan Lembar Observasi Kelas Dikjasor.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa hasil penelitian akan dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dikemukakan pada Bab I, maka dapat diuraikan dengan hasil penelitian dan pembahasan. Dalam penelitian ini akan diteliti tentang pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri.

Data yang akan disajikan berupa data yang diperoleh dari hasil pengisian angket (FCE) yang meliputi tentang: hasil, kemauan, metode dan kerjasama pada pembelajaran pendidikan jasmani materi bolavoli. Data yang disajikan diperoleh dari pengisian angket (FCE) siswa yang dilakukan sebelum (*pre-test*) dan (*post-test*) sesudah perlakuan.

Selain itu disajikan data hasil pengamatan (lembar obsevasi) pelaksanaan pembelajaran dan aktivitas siswa yang meliputi: Tugas Gerak, *Feed Back*, Evaluasi, Belajar, Gerak, Kegembiraan, dan Kerja Sama. Observasi dilakukan oleh 3 orang pengamat (*observer*) sebanyak 2 kali pertemuan, kemudian hasil observasi tersebut dikumpulkan dan dirata-rata untuk mendapatkan kesimpulan. Pembahasan ini akan membahas penguraian hasil penelitian tentang efektivitas pembelajaran penjasorkes melalui pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri. Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya prestasi belajar peserta didik dan efektivitas belajar dalam pembelajaran yang rendah, salah satunya adalah kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam membuat dan mengembangkan strategi pembelajaran. Salah satu strategi yang dapat diambil oleh seorang guru ialah dapat menerapkan model permainan yang telah dimodifikasi untuk memotivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. Modifikasi

merupakan salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh para guru agar pembelajaran memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.

Begitu juga dalam hal ini pada SMPN 1 Ngancar Kediri, peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan terhadap teknik dasar olahraga, khususnya pada materi bolavoli, sehingga efektivitas pembelajaran di sekolah menjadi kurang maksimal.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang efektivitas pembelajaran penjasorkes melalui pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri, diketahui bahwa:

Hasil jawaban angket FCE siswa (*pre-test* dan *post-test*) dan lembar oberservasi dikjasor selama 2 kali pengukuran menunjukkan hasil yang baik, berikut ini adalah uraian dari hasil penelitian pada masing-masing aspek:

1. Hasil pengukuran FCE pada siswa perempuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) perlakuan menunjukkan bahwa aspek hasil (*result*) menunjukkan peningkatan yang cukup besar yaitu 35,48% dan pada aspek kemauan (*volition*) menunjukkan penurunan sebesar -2,22%, aspek metode (*method*) mengalami penurunan sebesar -4,65% dan aspek kerjasama (*cooperation*) juga menunjukkan penurunan sebesar -2,22%. Secara keseluruhan nilai FCE siswa perempuan menunjukkan peningkatan sebesar 6,96%, meskipun banyak beberapa aspek yang mengalami penurunan yaitu kemauan, metode, dan kerjasama. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa perempuan memberikan respon kurang baik pada aspek kemauan, metode, dan kerjasama sehingga perlu mendapatkan perhatian dan tindak lanjut bagi guru dalam kesempurnaan pelaksanaan pembelajaran.

2. Hasil pengukuran FCE pada siswa laki-laki sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) perlakuan menunjukkan bahwa aspek hasil (*result*) menunjukkan peningkatan yaitu sebesar 3,13% dan pada aspek kemauan (*volition*) menunjukkan tidak ada perubahan, aspek metode (*method*) mengalami peningkatan sebesar 13,51% dan aspek kerjasama (*cooperation*) menunjukkan penurunan sebesar -2,25%. Secara keseluruhan nilai FCE siswa laki-laki menunjukkan peningkatan sebesar 3,17%, meskipun ada aspek yang mengalami penurunan yaitu kerjasama. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa laki-laki memberikan respon yang baik pada pelaksanaan pembelajaran hanya aspek kerjasama yang

perlu mendapatkan perhatian dan tindak lanjut bagi guru dalam kesempurnaan pelaksanaan pembelajaran.

3. Hasil pengukuran FCE secara keseluruhan dari semua siswa diketahui bahwa pada aspek hasil (*result*) menunjukkan peningkatan yaitu sebesar 16,74%, pada aspek kemauan (*volition*) menunjukkan penurunan sebesar -1,12%, aspek metode (*method*) mengalami peningkatan sebesar 3,75% dan aspek kerjasama (*cooperation*) menunjukkan penurunan sebesar -2,23%. Secara keseluruhan nilai FCE siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri menunjukkan peningkatan sebesar 5,01%, meskipun ada aspek yang mengalami penurunan yaitu aspek kemauan dan kerjasama. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa VIII SMPN 1 Ngancar Kediri memberikan respon yang baik pada pelaksanaan pembelajaran hanya aspek kemauan dan kerjasama yang perlu mendapatkan perhatian dan tindak lanjut bagi guru dalam kesempurnaan pelaksanaan pembelajaran. Dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan pemberian modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri yang diukur pada nilai FCE siswa dinyatakan efektif.

Hasil pengamatan aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri yang dilakukan selama 2 kali pertemuan menunjukkan hasil yang baik, berikut ini adalah uraian dari hasil pengamatan (observasi) pada masing-masing pertemuan:

1) Hasil pengamatan (observasi) pada pertemuan pertama tahap awal pembelajaran menunjukkan hasil yang cukup dengan persentase sebesar 67,79% dan proses pembelajaran menunjukkan hasil yang baik dengan persentase sebesar 74,66%, sedangkan pada tahap akhir pembelajaran juga menunjukkan hasil yang baik dengan persentase sebesar 77,72%. Hal ini dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri yang diukur pada aktivitas guru dan siswa dari tahap awal sampai tahap akhir pembelajaran dapat dinyatakan baik.

2) Hasil pengamatan (observasi) pada pertemuan kedua pada tahap awal pembelajaran menunjukkan hasil yang cukup dengan persentase sebesar 70,73% dan proses pembelajaran menunjukkan hasil yang baik dengan persentase sebesar 77,21%, sedangkan pada tahap akhir pembelajaran juga menunjukkan hasil yang baik dengan persentase sebesar 80,95%. Hal ini dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan

pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri yang diukur pada aktivitas guru dan siswa dari tahap awal sampai tahap akhir pembelajaran dapat dinyatakan baik.

3) Berdasarkan hasil pengamatan dua pertemuan tersebut di atas, maka dapat dikatakan bahwa pada tahap awal pembelajaran, proses pembelajaran dan akhir pembelajaran menunjukkan peningkatan. Dapat dikatakan bahwa pemberian modifikasi permainan bolavoli pada mata pelajaran penjasorkes ternyata dapat meningkatkan aktivitas siswa dan guru selama pelaksanaan pembelajaran.

Hasil penelitian di atas selama 2 kali pertemuan memberikan hasil yang menggembirakan. Pengukuran efektivitas pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan melalui: angket FCE dan lembar observasi Dikjasor, semua menunjukkan hasil yang baik pada setiap pertemuannya. Hal ini dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri dinyatakan efektif.

Hasil tersebut juga ditunjang dengan hasil uji t yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari hasil penghitungan nilai  $t_{hitung} 4,247 > \text{nilai } t_{tabel} 2,045$  dengan taraf signifikansi 5%, pembelajaran dengan pendekatan modifikasi permainan bolavoli terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes pada siswa (laki-laki dan perempuan) kelas VIIIA SMPN 1 Ngancar Kediri.

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil penelitian tentang efektivitas pembelajaran penjasorkes melalui pendekatan modifikasi permainan bolavoli pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri, dapat disimpulkan yaitu Terdapat pengaruh yang signifikan dari hasil penghitungan nilai  $t_{hitung} 4,247 > \text{nilai } t_{tabel} 2,045$  dengan taraf signifikansi 5% terhadap efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dan pemberian pembelajaran dengan pendekatan modifikasi permainan bolavoli berpengaruh terhadap efektivitas pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMPN 1 Ngancar Kediri sebesar 5,01%.

### Saran

Sesuai dengan hasil penelitian dijadikan sebagai acuan bagi sekolah-sekolah yang lain, dalam usaha untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah, khususnya pada materi bolavoli. Dan disesuaikan dengan kondisi siswa, seperti kondisi dan karakter siswa

laki-laki dan perempuan, sehingga siswa dapat beraktivitas mengikuti pembelajaran sampai selesai tanpa mengalami kelelahan.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Asmani, Jamal Ma'mur. 2011. *7 tips Aplikasi PAKEM (Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan)*. Jogjakarta: Diva Press

Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.

Surabaya : Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2009. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.

Maksum, Ali. 2010. *Kualitas guru pendidikan jasmani di Sekolah : Antara Harapan dan Kenyataan*. Makalah dipresentasikan dalam forum penelitian Balitbag Depdiknas.

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan untuk SMP kelas VIII*. Bandung: Yudhistira.

Soepartono. 2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D-III.

Tim Penyusun. 2006. *Panduan Penulisan dan Penilaian Skripsi*. Surabaya: Unesa University Press.

Wardani, I G. A. K.2005. *Psikologi Belajar*. Jakarta :Universitas Terbuka.

Wijaya, Made Agus dan Astono. 2006. *Hibah Penelitian Asisten Deputi Olahraga Pendidikan Deputi bidang Pemberdayaan OlahragaKementerian Pemuda dan OlahragaRepublik Indonesia*. (laporan akhir). Surabaya: Unesa Pasca Sarjana Prodi Pendidikan Olahraga.