

Peningkatan Keterampilan Smash Permainan Bola Voli Melalui Metode Resiprokal

Heri Siswanto*

Diterima: Oktober 2012. Disetujui: November 2012. Dipublikasikan: Desember 2012
© Universitas Negeri Semarang 2012

Abstrak Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah melalui penerapan metode resiprokal dapat meningkatkan keterampilan smash kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012. Dalam pengumpulan datanya menggunakan teknik tes untuk mengetahui hasil belajar siswa dan teknik non tes berupa lembar observasi melalui pengamatan untuk mengetahui proses pembelajarannya. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas dengan melakukan dua tindakan dalam dua siklus. Dari hasil penelitian ini diketahui adanya peningkatan pada hasil belajar dan proses pembelajarannya. Dari kondisi awal ke siklus 1 terjadi peningkatan nilai rata-rata dari 71,20 ke 75,02 atau meningkat sebesar 4,22 persen. Pada siklus dua yang merupakan siklus terakhir nilai rata-ratanya adalah 85,26 yang berarti meningkat sebesar 10,24 persen dari kondisi awal. Begitu pula pada proses pembelajarannya menunjukkan adanya peningkatan pada aktifitas dan kreatifitas siswa maupun guru. Sehingga dapat disimpulkan bahwa melalui penerapan metode resiprokal dapat meningkatkan keterampilan smash permainan bola voli kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012.

Kata Kunci: Melalui metode resiprokal dapat meningkatkan keterampilan smash

Abstract The purpose of this study to determine whether the application through reciprocal method can improve the skills of Grade 3 Agronomy 5 smash SMK Negeri 1 Waterford in the second semester of the school year 2011/2012. In tests used in data collection techniques to determine student learning outcomes and non-test techniques such as observation sheets through observations to determine the learning process. The research method used was Classroom Action Research to perform two actions in two cycles. From the results of this research note an improvement in learning outcomes and learning processes. From the initial conditions to an increase in cycle 1 average value of 71.20 to 75.02, an increase of 4.22 percent. In the two-cycle is the last cycle the average value is 85.26, which means an increase of 10.24 per cent of the initial conditions. Similarly, the learning process showed an increase in activity and creativity of students and teachers. It can be concluded that through the implementation of the reciprocal method can improve the skills of the game of volleyball smash Grade 3 Agronomy

*Guru Penjasorkes SMK Negeri 1 Temanggung
E-mail : herisis46@gmail.com

5 SMK Negeri 1 Waterford in the second semester of academic year 2011/2012.

Keywords: Through reciprocal method can improve the skill smash

PENDAHULUAN

Hasil penilaian terhadap siswa yang tergolong rendah sebagaimana tersebut di atas disebabkan karena guru mata pelajaran yang saat ini juga sebagai peneliti ketika melakukan kegiatan pembelajaran pada kompetensi dasar tersebut belum menggunakan metode pembelajaran yang terkait dengan kompetensi dasar tersebut yang mengarah pada peningkatan kualitas pembelajaran. Oleh karena itu pada kegiatan pembelajaran berikutnya tentang smash sudah semestinya menggunakan metode pembelajaran yang mengarah pada peningkatan kualitas pembelajaran. Dalam hal ini melalui metode resiprokal dan latihan, dengan harapan terjadi peningkatan keterampilan pada siswa secara signifikan pada smash permainan bola voli, sehingga persentase siswa yang mencapai atau melampaui KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) akan semakin banyak.

Keadaan yang demikian memerlukan penelitian yang dilakukan secara seksama dimana hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa khususnya untuk mata pelajaran Penjasorkes dalam hal smash pada permainan bola voli. Kegiatan pembelajaran yang menghasilkan peningkatan hasil belajar melalui peningkatan kualitas pembelajaran perlu terus dilakukan oleh guru. Hal tersebut dapat dilakukan melalui berbagai tindakan yang dapat dilakukan oleh guru, diantaranya melalui metode resiprokal dan latihan dengan harapan siswa akan menjadi lebih mudah dalam memahami kompetensi

dasar yang sedang dipelajari. Keadaan ini terjadi pada mata pelajaran Penjasorkes pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012 untuk meningkatkan keterampilan smash pada permainan bola voli.

Permasalahan yang dihadapi dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar Penjasorkes kelas 3 Agronomi 5 pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012 yang dapat dilihat pada hasil penilaian praktek permainan Bola Voli pada semester tersebut. Permasalahan yang lain adalah dalam kegiatan pembelajaran pada kelas tersebut belum menggunakan metode pembelajaran yang mengarah pada peningkatan kualitas pembelajaran.

Hasil belajar siswa perlu ditingkatkan supaya persentase siswa yang mencapai atau melampaui KKM bertambah semakin banyak sehingga siswa yang tidak naik kelas berkurang. Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, guru mestinya menggunakan metode yang sesuai dengan materi pembelajaran sehingga pemahaman siswa akan menjadi semakin mantap.

Dalam hal ini guru menggunakan metode resiprokal dan latihan. Oleh karena itu perlu adanya tindakan nyata dalam kegiatan pembelajaran untuk mengatasi permasalahan tersebut, yaitu dengan menggunakan metode resiprokal dan latihan pada pembelajaran praktek permainan bola voli. Tindakan pertama guru adalah melalui metode resiprokal dan latihan yang terbagi dalam beberapa kelompok siswa pada saat mempelajari praktek smash. Tindakan yang kedua melalui metode resiprokal dan latihan secara individu pada saat mempelajari praktek smash.

Rumusan masalah yang menjadi dasar dalam penelitian ini adalah apakah pembelajaran dengan metode resiprokal dan latihan dapat meningkatkan keterampilan smash siswa kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012

Tujuan umum dari penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar Penjasorkes bagi siswa SMK, sedangkan tujuan khususnya yaitu untuk meningkatkan keterampilan smash permainan bola voli kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012.

Pendidikan merupakan faktor penentu kualitas kehidupan suatu bangsa, sehingga pembaruan bidang pendidikan harus selalu dilakukan dalam rangka meningkatkan

kualitas pendidikan nasional, termasuk didalamnya adalah upaya peningkatan kualitas pembelajaran.

Pelajaran akan lebih mudah dihayati dan diterapkan siswa jika guru mengajarkannya dalam umpan balik, bukan dengan hanya menceramahkan/menceritakannya secara lisan (Oemar Hamalik, 2010 : 157). Siswa akan suka memperoleh tingkah laku yang baru apabila melihatnya dan pada akhirnya meniru. Melalui metode ini siswa akan menjadi mudah dalam belajar sesuai dengan yang disampaikan oleh guru, apalagi pelajaran yang berujud praktek.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menerapkan metode resiprokal: (1) Siswa yang dapat melakukan smash dengan metode resiprokal yang telah dipertunjukkan, (2) Guru supaya menetapkan aspek-aspek penting dari umpan balik yang akan dipertunjukkan, (3) Metode resiprokal harus dapat mempertunjukkan sesuatu yang lebih untuk ditiru oleh siswa, (4) Hindarkan tingkah laku metode yang berbenturan dengan nilai-nilai dan keyakinan siswa.

Latihan (practice) adalah merupakan bagian dari kondisi belajar penting, yaitu suatu kondisi eksternal yang berupa pengulangan suatu respon dalam penyajian suatu stimuli. Latihan berfungsi sebagai balikan atau penguatan dan merupakan kondisi yang diperlukan untuk mengembangkan keterampilan yang kompleks. Fungsi dari latihan adalah : (1) Menyajikan kembali sub tugas-sub tugas yang telah dipelajari secara sebagian-sebagian, (2) Mengkoordinasikan sub tugas-sub tugas agar tersusun dalam urutan dan timing yang tepat, (3) Mencegah supaya sub tugas tidak terlupakan.

Latihan dapat dilaksanakan secara terbagi dalam kelompok-kelompok kecil atau secara massal dalam kelompok besar. Kelompok kecil merupakan bagian dari kelas yang dibagi menjadi beberapa kelompok, sedangkan kelompok besar dapat berupa siswa satu kelas yang melaksanakan latihan secara massal. Latihan terbagi lebih bermanfaat dibandingkan dengan latihan massal, pengaruhnya lebih kuat dan terpercaya (Oemar Hamalik, 2010 : 178).

Tingkat keterampilan siswa dalam praktek permainan bola voli dapat diketahui melalui penilaian hasil belajar, yang dapat dilaksanakan melalui berbagai teknik penilaian, sesuai dengan kompetensi dasar yang harus dikuasai. Pada Kurikulum

Tingkat Satuan Pendidikan ada beberapa jenis ulangan, yaitu ulangan harian, ulangan tengah semester, ulangan akhir semester dan ulangan kenaikan kelas. Dari sini dapat terlihat dengan jelas bahwa hasil belajar dapat berupa nilai yang diperoleh melalui ulangan harian. Ulangan harian adalah kegiatan yang dilakukan secara periodik untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik setelah menyelesaikan satu Kompetensi Dasar (KD) atau lebih (Depdiknas, 2007: 1). Karena dalam setiap mata pelajaran memiliki lebih dari satu Kompetensi Dasar (KD) maka ada beberapa kali ulangan harian dalam setiap semesternya. Namun Ulangan harian yang terkait dengan penelitian ini dilaksanakan sebanyak tiga kali yaitu pada saat kondisi awal, siklus 1 dan siklus 2

Ada beberapa teknik pembelajaran yang dapat dipilih oleh guru sesuai dengan karakteristik mata pelajaran atau kompetensi dasar yang akan dikaji. Teknik pembelajaran antara lain metode resiprokal dan latihan. Teknik modelling adalah pembelajaran dimana guru mengajarkannya dalam bentuk umpan balik (Oemar Hamalik, 2010 : 157), sedangkan latihan (practice) adalah suatu kondisi eksternal, yaitu pengulangan suatu respons dalam penyajian suatu stimuli. Latihan berfungsi sebagai suatu balikan dan sebagai penguatan, dan merupakan kondisi yang diperlukan untuk mengembangkan keterampilan yang kompleks (Oemar Hamalik, 2010 : 175).

Penguatan diperlukan untuk memantapkan sambutan-sambutan yang betul, yang telah dipelajari oleh siswa. Maksud dari latihan adalah untuk lebih memantapkan penguasaan siswa terhadap materi atau keterampilan yang baru dipelajari. Latihan berfungsi untuk penguatan dan penguatan diberikan dalam bentuk latihan-latihan. Penguatan hanya terbatas pada pemberian balikan terhadap respons-respons yang betul , yang tampak pada jawaban siswa. Teknik pembelajaran yang cocok untuk meningkatkan keterampilan smash pada permainan bola voli melalui penerapan metode resiprokal.

Diduga dengan menerapkan metode resiprokal dan latihan dapat meningkatkan keterampilan smash pada permainan bola voli kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012.

Metode resiprokal merupakan Miston (1994: 39) adalah metode yang menitik beratkan pergeseran peranan tanggung jawab, pemberian umpan balik dari Guru ke teman sebaya, hal demikian memungkinkan untuk meningkatkan interaksi dan aktifitas siswa, Metode ini memanfaatkan teman sebagai pemberi umpan balik dari penampilannya.

Dengan metode ini akan dapat meningkatkan interaksi siswa sehingga akan lebih meningkatkan kerjasama dalam bermain bola voli sehingga guru bertindak sebagai fasilitator dan mengamati kemajuan tehnik dan aktifitas siswa termasuk didalamnya aktifitas dalam memberikan umpan balik. Metode ini juga untuk meningkatkan peran teman sebaya dalam satu rombel (kelas) dalam mempelajari salah satu teknik permainan bola voli yaitu smash. Pelaksanaan metode ini adalah sebagai dasar smash normal .

Sikap permulaan :

Awalan : secukupnya : yang terpenting adalah 3 langkah terakhir

Postur tubuh tidak boleh tegak badanya mulai dari start sampai pada saat menolak , anda harus tetap membungkuk dengan gerakan yang merupakan satu kesatuan.

Awalan yang dipergunakan menurut tujuan atau arah bola yang akan di spike.

Tolakan : dua kaki

Sikap telapak kaki pada saat take off diusahakan selalu mengarah kearah bola

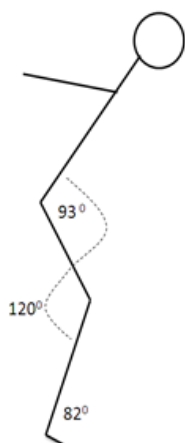
Sewaktu take off diusahakan tolakan atau lompatan jaraknya kurang lebih 1 ayunan dari bola.

Saat pukulan : setinggi mungkin dan secepat mungkin

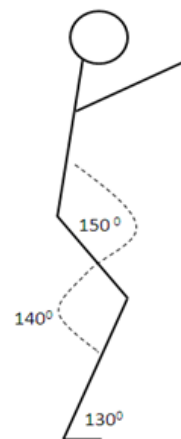
Ayunan lengan jangan sampai : pada waktu tangan berada diatas kepala, siku tangan pukul mendekati telinga. Untuk pemain putera siku mengarah kemuka dan untuk pemain puteri siku boleh mengarah keluar. Suatu melakukan pukulan siku harus dan perkenaan bola pada bagian atasnya dengan cambukan lengan serta gerakan yang aktif. bersama sama cambukan lengan itu harus diikuti gerakan membengkokkan dari busurnya. Kekuatan otot perut sangat penting.

Saat mendarat : kedua kaki mengeper

Keseimbangan dan koordinasi setelah memukul harus terjaga baik kemudian mendarat dengan 2 kaki yang mengeper serta selalu siap untuk memainkan bola lagi, tempat mendarat harus diusahakan pada tempat yang sama pada saat take offnya.



Posisi dari pada badan / tubuh sewaktu take off



Posisi badan / tubuh sewaktu jump

Stong spike adalah bergerak dengan cepat dan keras

Weak spike jalanya bola lebih perlahan

Siswa yang lain mengamati pelaksanaan kegiatan tersebut sekaligus memberikan umpan balik (masukan) yang berkaitan dari pelaksanaan tersebut. Guru mengamati jalannya pelaksanaan sambil dibantu kolaborasi mencatat siswa yang memberikan umpan balik dan guru memberikan arahan dan catatan segala kejadian yang berkaitan dengan pelaksanaan kegiatan.

Pengaruh ataupun dampak dari kegiatan pembelajaran ini : 1) siswa aktif mengikuti pembelajaran materi smash. 2) peserta aktif memberikan umpan balik, masukan berkaitan dengan kegiatan yang dilakukan teman lain. 3) peserta didik trampil melakukan smash.

METODE

Penelitian dilakukan selama enam bulan, dari bulan Januari 2012 sampai dengan bulan Juni 2012, di kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung. Yang memiliki 48 rombongan belajar dari kelas 1 sampai dengan kelas 4 yang meliputi kompetensi keahlian Agribisnis Tanaman Perkebunan (ATP), Teknologi Pengolahan Hasil Pertanian (TPHP) dan Kimia Analis (KA).

Subjek penelitiannya adalah seluruh siswa kelas 3 Agronomi 5 sejumlah 32 anak. Dilihat dari latar belakang tempat tinggalnya sebagian besar bertempat tinggal di desa, sedangkan latar belakang orang tuanya

sebagian besar sebagai petani, disamping juga ada yang berprofesi lain.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari sumber data primer maupun sumber data sekunder. Sumber data primer merupakan sumber data yang berasal dari subyek penelitian yaitu siswa kelas 3 Agronomi 5 pada SMK Negeri 1 Temanggung yang berupa nilai ulangan harian yang berupa nilai praktek. Sedangkan sumber data sekunder merupakan sumber data yang berasal dari selain subyek penelitian yang berupa data yang berasal dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh teman sejawat dalam proses pembelajaran.

Data yang diperoleh pada kondisi awal merupakan hasil belajar siswa yang berasal dari nilai ulangan harian, serta kreatifitas dan aktifitas siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang diperoleh melalui hasil pengamatan. Data pada siklus 1 merupakan data hasil belajar siswa yang berasal dari nilai ulangan harian dan kreatifitas serta aktifitas siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang diperoleh melalui pengamatan pada siklus 1. Data pada siklus 2 merupakan data hasil belajar siswa yang berasal dari nilai ulangan harian dan kreatifitas serta aktifitas siswa dalam mengikuti proses pembelajaran yang diperoleh melalui pengamatan pada siklus 2.

Upaya pengumpulan data dalam suatu penelitian dapat menggunakan berbagai macam teknik dan alat pengumpulan data. Tetapi karena dalam penelitian ini meneliti tentang pembelajaran maka teknik dan alat pengumpulan data yang digunakan

menyesuaikan dengan jenis penelitian ini.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik tes dan teknik non tes. Sedangkan alat pengumpulan datanya berbentuk praktek senam pada teknik tes untuk memperoleh data tentang hasil belajar, sedangkan pada teknik non tes alat pengumpulan datanya berupa lembar observasi yang digunakan untuk melakukan pengamatan pada proses pembelajaran dalam rangka memperoleh data siswa yang terkait dengan proses pembelajaran.

Supaya dalam penelitian ini diperoleh data yang valid maka menggunakan validitas yang sesuai dengan data yang dikumpulkan. Dalam penelitian ini untuk memperoleh data yang valid tentang hasil belajar maka pada penyusunan butir soal tes diawali dengan penyusunan kisi-kisi butir soal tes supaya penyebaran soal tes tidak mengelompok pada materi tertentu saja dan disesuaikan dengan kurikulum yang berlaku. Untuk memperoleh data pada proses pembelajaran supaya diperoleh data yang valid maka penelitian ini menggunakan triangulasi sumber yang berasal dari guru, siswa dan teman sejawat dan triangulasi metode dengan menggunakan alat butir soal tes dan lembar observasi.

Analisis terhadap data kuantitatif menggunakan analisis deskriptif komparatif, yaitu dengan cara membandingkan nilai tes pada kondisi awal dengan nilai tes pada siklus 1, nilai tes siklus 1 dengan nilai tes pada siklus 2 dan nilai tes kondisi awal dengan nilai tes pada kondisi akhir. Kemudian dilanjutkan dengan refleksi, yaitu membuat simpulan berdasarkan deskriptif komparatif yang dilanjutkan membuat ulasan berdasarkan simpulan dan menentukan tindak lanjut berdasarkan simpulan dan ulasan. Data kualitatif dari proses pembelajaran dianalisis dengan deskriptif kualitatif yang dilanjutkan dengan refleksi, yaitu dengan cara membandingkan proses pembelajaran dari kondisi awal dengan siklus 1, siklus 1 dengan siklus 2

dan dari kondisi awal dengan siklus akhir. Kemudian dilanjutkan membuat simpulan, ulasan dan tindak lanjut.

Dalam penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas. Tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi dua tindakan yang masing-masing dilakukan pada siklus 1 dan siklus 2.

Tindakan pada siklus 1 adalah melaksanakan kegiatan pembelajaran tentang praktek bola voli melalui metode resiprokal dan latihan secara kelompok. Setelah guru memberi contoh pada permainan bola voli smash strong spike, siswa melakukan latihan dengan cara kelas dibagi menjadi 5 kelompok siswa dan masing-masing kelompok siswa berlatih untuk menguasai keterampilan smash pada permainan bola voli tersebut.

Sedangkan tindakan pada siklus 2 yaitu melaksanakan kegiatan pembelajaran tentang permainan bola voli smash weak spike tentang smash latihan secara individu. Setelah guru memberi contoh smash permainan bola voli weak spike, dilanjutkan dengan berlatih secara individu untuk menguasai keterampilan smash permainan bola voli tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penilaian terhadap praktek permainan bola Voli kelas 3 Agronomi 5 SMK Negeri 1 Temanggung pada semester genap tahun pelajaran 2011/2012 tergolong rendah. Hal ini terlihat pada hasil penilaian tersebut yang diikuti oleh 32 siswa. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai terendah yang diperoleh siswa adalah 73, sedangkan nilai tertinggi 86, dengan nilai rata-rata 79,50 (lihat tabel). Siswa memiliki nilai dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang ditetapkan sekolah sesuai dengan kurikulum yang berlaku yaitu sebesar 75 berjumlah 17 anak (53,13%). Keadaan tersebut terjadi pada kegiatan pembelajaran dengan pokok bahasan yang telah diadakan penilaian melalui ulangan harian pertama.

Table 1. Analisis Siswa Melakukan Smash Strong Spike

No	Uraian Kegiatan	Jenis Kelamin		Jumlah	%
		Laki-Laki	Perempuan		
1	Siswa yang memberikan umpan balik	9	2	11	34,37
2	Siswa yang tidak memberikan umpan balik	17	4	21	65,63
	Jumlah	26	6	32	100

Table 2. Analisis Siswa Melakukan Weak Spike

No	Uraian Kegiatan	Jenis Kelamin		Jumlah	%
		Laki-Laki	Perempuan		
1	Siswa yang memberikan umpan balik	25	4	29	90.63
2	Siswa yang tidak memberikan umpan balik	1	2	3	9.38
	Jumlah	26	6	32	100

Pada pelaksanaan tindakan siklus 1 meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan penutup. Pada saat kegiatan pendahuluan digunakan untuk menyiapkan siswa agar siap menerima pembelajaran. Pelaksanaan tindakan dalam kegiatan pembelajaran pada siklus 1 adalah melaksanakan kegiatan pembelajaran dengan cara guru memberi contoh smash permainan bola voli yang dilanjutkan latihan secara kelompok dengan cara kelas dibagi menjadi 5 kelompok siswa dan masing-masing kelompok siswa berlatih untuk menguasai keterampilan smash permainan bola voli tersebut.

Kegiatan pembelajaran ini memerlukan waktu dua kali pertemuan dengan alokasi waktu masing-masing pertemuan 2 x 45 menit. Setiap pertemuan meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan penutup. Kegiatan inti pada pertemuan pertama setelah diberi contoh dilanjutkan dengan latihan secara kelompok, sedangkan pada pertemuan kedua setelah diadakan latihan secara kelompok dilanjutkan dengan penilaian.

Dari hasil pengamatan ini dapat diketahui adanya peningkatan hasil belajar siswa berupa peningkatan nilai ulangan harian pada siklus 1 bila dibanding pada saat kondisi awal. Demikian pula tingkat aktifitas dan kreatifitas siswa dalam proses pembelajaran pada siklus 1 meningkat dibanding dengan pada saat kondisi awal. Hasil belajar siswa yang berupa nilai ulangan harian dapat terlihat pada tabel 3.

Tabel 3. Nilai Ulangan Harian Siklus 1

Uraian	Uh Siklus 1
Nilai terendah	73
Nilai tertinggi	86
Nilai rerata	79.50
Rentang nilai	13

Pada siklus 2 pelaksanaan tindakan meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti

dan penutup. Pada saat kegiatan pendahuluan digunakan untuk menyiapkan siswa agar siap menerima pembelajaran. Pelaksanaan tindakan dalam kegiatan pembelajaran pada siklus 2 adalah melaksanakan kegiatan pembelajaran dengan cara guru memberi contoh smash permainan bola voli yang dilanjutkan dengan latihan secara individu, yaitu siswa berlatih smash permainan bola voli secara individu seperti yang telah dicontohkan oleh guru.

Kegiatan pembelajaran ini memerlukan waktu dua kali pertemuan dengan alokasi waktu masing-masing pertemuan 2 x 45 menit. Setiap pertemuan meliputi kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan penutup. Kegiatan inti pada pertemuan pertama setelah diberi contoh smash permainan bola voli oleh guru dilanjutkan dengan latihan secara individu dan pada pertemuan kedua adalah latihan secara individu yang dilanjutkan dengan penilaian.

Dari hasil pengamatan ini dapat diketahui adanya peningkatan hasil belajar siswa berupa peningkatan nilai ulangan harian pada siklus 2 bila dibanding pada saat siklus 1. Demikian pula tingkat aktifitas dan kreatifitas siswa pada proses pembelajaran siklus 2 meningkat dibanding dengan pada saat siklus 1. Hasil belajar siswa yang berupa nilai ulangan harian dapat terlihat pada tabel 4 dibawah ini.

Tabel 4. Nilai Ulangan Harian Siklus 2

Uraian	Uh Siklus 2
Nilai terendah	77.52
Nilai tertinggi	93
Nilai rerata	85.26
Rentang nilai	15,48

Dari kondisi awal ke kondisi akhir terdapat peningkatan aktifitas dan kreatifitas siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, begitu juga hasil belajarnya meningkat dari rata-rata 79,50 pada kondisi awal menjadi rata-rata 85,26 pada kondisi akhir atau meningkat

sekitar 12,99 persen.

PENUTUP

Kegiatan pembelajaran melalui metode resiprokal dan latihan sangat baik atau cocok untuk meningkatkan keterampilan smash permainan bola voli sehingga kegiatan pembelajaran menjadi efektif dan siswa aktif. Hal itu terbukti ketika diadakan penilaian hasilnya baik. Begitu pula dari hasil pengamatan terlihat adanya aktifitas dan kreatifitas siswa dan guru.

Untuk mengintensifkan penerapan metode resiprokal dapat disarankan :

Kepada kepala sekolah untuk selalu memberikan motivasi kepada guru untuk menggunakan metode yang bervariasi sesuai dengan materi dan karakteristik siswa khususnya metode yang melibatkan siswa

untuk memberikan umpan balik (masukan)

Kepada guru supaya selalu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan berkaitan dengan berbagai metode kegunaan serta manfaatnya, sehingga pembelajaran dapat efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- . 1997. *Kurikulum Pendidikan Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Depdiknas. 2006. *Pengembangan Model Pembelajaran yang Efektif*. Jakarta: Direktorat Pembinaan SMP.
- . 2007. *Standar Penilaian Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Hamalik, Oemar. 2010. *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Miston Muska Aswart. 1994. *Teaching Physical Education*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Muhajir. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Smk Kelas XII*. Bandung : Yudhistira.