

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah mendapatkan bukti atau data untuk mencapai sebuah tujuan dan manfaat yang diinginkan. usaha ilmiah kegiatan yang dilakukan harus berdasarkan penelitian karakteristik ilmiah seperti rasional, berdasarkan pengalaman atau ada bukti empiris dan terstruktur. penyelidikan selesai harus dapat diterima oleh nalar atau rasionalitas manusia, jadi apapun penelitian yang dilakukan dapat diterima berdasarkan penalaran seseorang (Veronica et al., 2022) . penelitian bertujuan untuk mengungkapkan pembelajaran permainan olahraga bola voli untuk pengembangan konsep diri pada siswa/siswi. Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas yang umum disingkat dengan PTK dalam bahasa Inggris disebut *Classroom Action Research*, disingkat CAR adalah penelitian yang dilakukan oleh guru dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelasnya. Menurut Arikunto (2007), yang dimaksud dengan “tindakan” adalah suatu kegiatan yang diberikan oleh guru kepada siswa agar mereka melakukan sesuatu yang berbeda dari biasanya, bukan hanya mengerjakan soal yang ditulis di papan tulis, atau mengerjakan LKS.

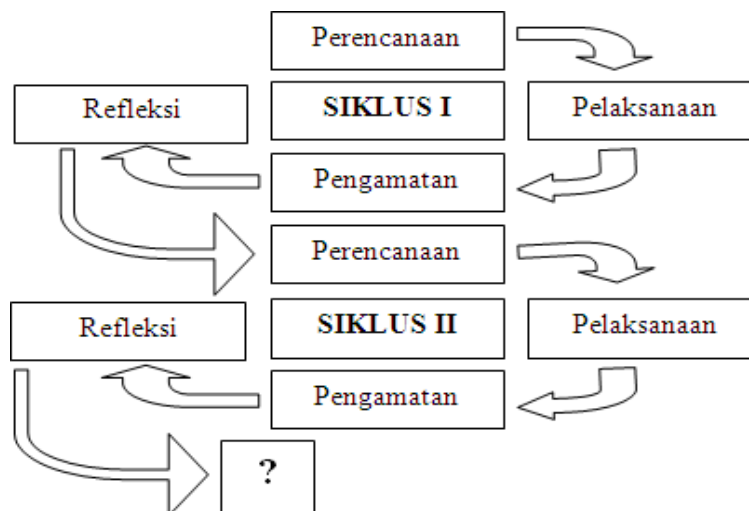
Kemudian Oleh karena itu, tujuan PTK adalah meningkatkan mutu pembelajaran, Aktivitas yang akan dilakukan harus merupakan tindakan yang dianggap lebih unggul dari aktivitas yang dapat dieksekusi. Dengan kata lain tindakan yang diberikan kepada siswa harus tampil kreatif dan inovatif. Yang istimewa dari tindakan ini adalah berbeda dengan apa yang biasa dilakukan guru pada praktik pembelajaran sebelumnya. Sebab, apa yang dilakukan dinilai tidak membuahkan hasil yang memuaskan (Rustiana, 2011) (Nursehah & Rahmadini, 2021). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) juga dapat menjembatani kesenjangan antara teori dan praktik pendidikan. Hal ini terjadi karena kegiatan ini dilakukan

sendiri di dalam kelas dan siswa sendiri ikut serta melalui tindakan, evaluasi, dan refleksi yang direncanakan dan dilaksanakan. Dengan cara ini akan mendapatkan umpan balik yang sistematis terhadap kegiatan belajar mengajar yang dilakukan, sehingga Anda dapat menerapkannya dengan tepat di kelas pembelajaran. Melalui PTK, pendidik dapat mengadaptasi teori-teori lain untuk proses pembelajaran dan tujuan produk yang lebih efektif, optimal dan fungsional(Susilowati, 2018).

Di Dalam (Muslim & Tang, 2021) menurut Suharsimi dan Arikunto (2006: 16), model penelitian tindakan mempunyai empat tahapan yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) observasi, dan (4) refleksi. Tahapan ini terdiri dari pengembangan rencana tindakan yang menjelaskan apa yang akan dilakukan, mengapa, kapan, dimana, siapa dan bagaimana.

3.2 Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan model Spiral Kemmis dan Mc.Taggart (Wiraatmadja, 2005, hlm 66). Seperti tampak pada gambar berikut ini:



(Sumber : Subroto T dkk, 2016, hlm. 37)

Gambar 3. 1 Alur Penelitian PTK Model-Kurt Lewin

Gambar di atas dengan jelas menunjukkan urutan kegiatan dalam penelitian tindakan. Penelitian tindakan dimulai dengan perencanaan. Dengan kata lain, merupakan rencana tindakan yang dilaksanakan untuk memperbaiki, meningkatkan, atau mengubah perilaku sebagai solusi. Implementasi (tindakan) adalah apa yang dilakukan peneliti untuk memperbaiki, mengubah, atau memperbaiki sesuatu yang diinginkan. Observasi adalah kegiatan mengamati proses dan hasil tindakan yang dilakukan. Refleksi merupakan suatu kegiatan yang melibatkan pemeriksaan, melihat, dan mempertimbangkan akibat dari suatu tindakan. Jika refleksi menunjukkan bahwa suatu tindakan memerlukan perbaikan, maka rencana tindakan selanjutnya mengulangi tindakan tersebut dengan memperbaiki atau mengoptimalkan tindakan sebelumnya. Hal ini diulangi hingga permasalahan yang diteliti terpecahkan secara optimal.

3.3 Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 12 KOTA BANDUNG yang berlokasi Jalan Raya Dr. Setiabudi No.195, Gegerkalong, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40153. Dengan waktu yang direncanakan.

3.4 Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel

1. Populasi

“Populasi merupakan suatu kumpulan manusia, benda, peristiwa atau kejadian yang dapat memberikan data dan informasi, serta memiliki kuantitas atau kualitas dan karakteristik tertentu yang sesuai dengan masalah yang diteliti untuk dipelajari, dan kemudian ditarik kesimpulannya (Nurwiyandi, 2019). Kemudian menurut Margono (2004), populasi adalah segala informasi yang menjadi titik fokus perhatian peneliti lingkup dan waktu yang telah ditentukan. Populasi Ketika semua orang memberi data, maka populasi atau jumlahnya sama dengan banyak orang (Saputra & Riyadi, 2017). Jadi populasi ini bukan hanya orang, akan tetapi obyek dan juga benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan hanya jumlah yang ada pada obyek ataupun subyek yang dipelajari, akan tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki

oleh obyek dan subyek. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/siswi SMP Negeri 12 KOTA BANDUNG.

2. Sampel

Sampel adalah hasil penarikan sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi yang diputuskan (Nurwiyandi, 2019). kemudian (Jiwuk, 2019) mengatakan Sampel diambil dengan maksud dan tujuan tertentu, seseorang diambil sebagai sampel karena peneliti tersebut menganggap bahwasannya seseorang tersebut memiliki informasi yang diperlukan sebagai peneliti. Pada umumnya kita tidak bisa melakukan penelitian terhadap semua anggota dari suatu populasi dikarenakan terlalu banyak, yang bisa dilakukan adalah mengambil apa representative dari suatu populasi kemudian diteliti. Peneliti mengambil Sampel peserta didik kelas VIII-i yang berjumlah 32 orang (15 laki-laki dan 17 perempuan) di SMP Negeri 12 KOTA BANDUNG.

3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah pedoman tertulis tentang tindakan, pengamatan, dan kuisioner yang disiapkan oleh seorang peneliti untuk mendapatkan sebuah informasi yang ingin ditelitinya.

1. Variabel Konsep Diri

a) Definisi Konsep Diri

Pengertian konsep diri adalah evaluasi mengenai kesesuaian individu dengan sikap yang dimilikinya terhadap dirinya sendiri. Hal ini berkaitan dengan perasaan individu terhadap dirinya sendiri. Proses evaluasi diri ini didapat dengan membandingkan diri dengan orang lain, menerima perlakuan dari orang lain, entah itu penghargaan atau ejekan. Seorang guru pendidikan jasmani harus memahami komponen-komponen yang membentuk dan mengembangkan konsep diri yang positif pada anak. Setiap komponen memegang peran penting dalam memberikan pengaruh terhadap perasaan patut dan pantas yang pada akhirnya akan menentukan evaluasi positif atau negatif terhadap diri sendiri. Komponen-komponen tersebut terdiri dari: a. Merasa diakui oleh lingkungan sekitar, b. Merasa mampu, c. Merasa pantas, d. Menerima diri sendiri, e. Menerima keterbatasan. Konsep diri yang

Wildan Nulmufti, 2024

PENGEMBANGAN KONSEP DIRI MELALUI PEMBELAJARAN PERMAINAN OLAHRAGA BOLA VOLI (PENELITIAN TINDAKAN KELAS DI KELAS VIII-i SMP NEGERI 12 KOTA BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

positif dapat dibentuk dengan menerapkan umpan balik yang tepat. Faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah harga diri dan harga diri realistis Kedua faktor ini membuat perbedaan besar kemampuan guru untuk memfasilitasi hal ini anak terbiasa menghargai prestasinya, terbiasa memahami kekurangan dan kesalahannya dan membimbing anak untuk memahami di mana itu Kegagalan dan faktor apa penyebabnya, jadi tujuannya Penilaian realistis tidak berarti penghindaran tinjauan negatif (Lutan, 2001) & (Harjasuganda, 2008).

b) Kisi-kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen untuk mengukur peningkatan konsep diri siswa menggunakan pembelajaran bola voli adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Komponen kriteria penilaian (Lutan, 2001) & (Harjasuganda, 2008).

NO	ASPEK KONSEP DIRI	INDIKATOR	KATEGORI	HASIL
1	MERASA DIAKUI DI LINGKUNGAN SEKITAR	Selalu di tunggu kehadirannya		
		Teman merasa kehilangan		
		Mendapatkan perlakuan baik dari teman		
		Tidak merasa dirugikan		
2	MERASA MAMPU	Melaksanakan tanggung jawabnya		
		Mempunyai tolak ukur		
		Kepercayaan diri tinggi		
		Mempunyai motivasi diri tinggi		
3		Menerima kekurangan diri		

	MENERIMA DIRI SENDIRI	Berpikir lebih realistis		
		Menerima saran dan keritikan		
		Tidak adanya tekanan emosi yang berat		
4	MENERIMA KETERBATASAN	Tidak mudah mengeluh		
		Selalu berpikir positif		
		Sikap lapang dada		
		Berprilaku seadanya		

c) Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI PARTISIPASI SISWA

SIKLUS ...

Hari/tanggal:

Waktu :

Tabel 3. 2 Penilaian pengembangan konsep diri melalui pembelajaran permainan bola voli

NO	Nama Siswa	Aspek di Nilai																Jumlah
		MERASA DIAKUI DI LINGKUNGAN SEKITAR				MERASA MAMPU				MENERIMA DIRI SENDIRI				MENERIMA KETERBATASAN				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1																		
2																		
3																		

Wildan Nulmufti, 2024

PENGEMBANGAN KONSEP DIRI MELALUI PEMBELAJARAN PERMAINAN OLAHRAGA BOLA VOLI
(PENELITIAN TINDAKAN KELAS DI KELAS VIII-i SMP NEGERI 12 KOTA BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
dst																		

Keterangan :

1 = Kurang sekali : jika siswa aktif bermain bila siswa bermain tidak sungguh - sungguh

2 = Kurang : jika siswa aktif bermain bila melakukan gerakannya dengan asal.

3 = Cukup : jika siswa aktif bermain namun melakukan gerakannya cukup.

3 = Baik : jika siswa aktif bermain dan melakukan gerakannya baik.

d) Catatan Lapangan

Catatan lapangan adalah alat yang penting bagi penelitian. Catatan tersebut berguna untuk memberikan gambaran selama proses penelitian berlangsung. Kegiatan-kegiatan yang teramati dicatat berguna untuk merefleksikan kegiatan yang akan dilakukan oleh peneliti. Adapun format catatan lapangan yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut:

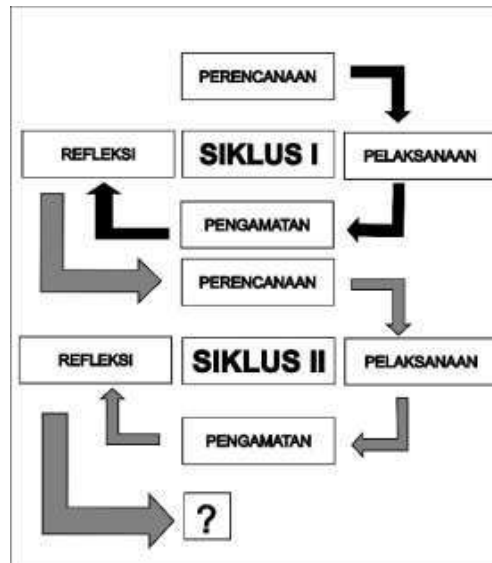
CATATAN LAPANGAN	
Hari/tanggal :	
Tempat :	
Siklus :	
Pengajar :
Observer	

Gambar 3. 2 Lembar Catatan Lapangan

3.6 Prosedur penelitian

Sesuai dengan desain PTK yang direkomendasikan dalam "Buku Pedoman Penulisan Penelitian Kegiatan Kelas Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan", maka prosedur PTK mengacu pada desain penelitian yang dipertimbangkan secara bertahap. Dengan kata lain, ini adalah tahap memutuskan rencana tindakan dan melaksanakan rencana tersebut. Tahap – tahap ini bersifat daur ulang atau siklus. Berikut disajikan dalam bentuk gambar

Arikunto dkk (2008, hlm. 15)



Gambar 3. 3 Prosedur atau tahapan PTK

Jumlah siklus bergantung pada ketercapaian Standar Ketuntasan Minimal (SKM) atau Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada kelas dan sekolah yang diteliti. Siklus berbeda dengan tindakan atau pertemuan, setiap siklus terdiri atas minimal dua tindakan atau pertemuan, setiap PTK terdiri atas minimal dua siklus. Penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa tahap, yaitu perencanaan pelaksanaan, pengamatan dan refleksi (Idham Maulana Yusuf, 2018). Di bawah ini adalah uraiannya :

1. Pendahuluan

- 1) Tindakan pendahuluan yang dilakukan sebelum pelaksanaan siklus meliputi:
- 2) Memohon izin kepada kepala sekolah untuk mengadakan penelitian di SMP Negeri 12 KOTA BANDUNG
- 3) Mengadakan wawancara kepada guru pendidikan jasmani kelas VIII karakteristik kelas.
- 4) Menyusun dan mengembangkan instrument atau alat pengumpul data, dengan tahapan sebagai berikut: menentukan indikator variabel yang akan

diteliti, membuat format observasi, menentukan indikator atau target pencapaian, dokumentasi berupa foto dan video.

- a. Melakukan observasi awal pembelajaran.
 - b. Menentukan jadwal penelitian.
2. Perencanaan Tindakan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

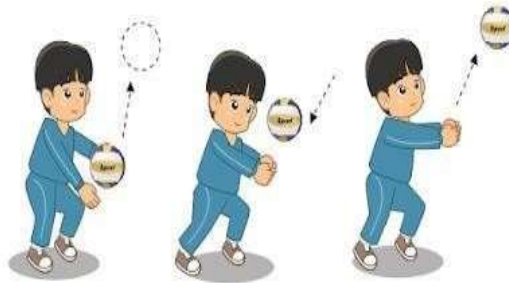
(RPP)

KEGIATAN	DEKSRIFSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
PENDAHULIAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam 2. Siswa melakukan do'a sebelum belajar (meminta seorang siswa untuk memimpin do'a) 3. Guru melakukan absensi kehadiran siswa sambil menanyakan kabar serta menanyakan keterangan jika ada siswa yang tidak hadir. 4. Guru menanyakan kesehatan serta kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran. 5. Menyanyikan salah satu lagu wajib Nasional 6. Guru mengingatkan kembali tentang materi sebelumnya 7. Guru menguraikan materi yang akan diajarkan 8. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, kompetensi dasar dan indikator pencapaian kompetensi yang akan dicapai dan rencana kegiatan yang akan dilakukan 9. Guru memotivasi siswa untuk mengkondisikan 	10 Menit

	<p>suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat olahraga yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari</p>	
INTI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberi kesempatan kepada siswa menyampaikan sejauh mana pemahamannya terkait permainan Bola Voli, dan memancing siswa untuk menceritakan pengalamannya 2. Siswa kemudian menonton serta mengamati video pembelajaran tentang rangkaian teknik dasar passing bawah 3. Setelah siswa mengamati video pembelajaran, Guru bertanya kembali kepada siswa tentang <ul style="list-style-type: none"> - Apa yang siswa ketahui tentang permainan Bola Voli? - Apa saja rangkaian tahapan passing bawah bola voli? 4. Siswa kembali menyimak penjelasan guru mengenai teknik dasar dalam permainan bola voli khususnya pada teknik passing bawah 5. Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dipahami terkait materi yang sedang diajarkan. 6. Guru mengarahkan siswa menuju lapangan guru mendemonstrasikan tahapan melakukan passing bawah 7. Siswa memperagakan rangkaian Teknik dasar passing bawah, tanpa menggunakan bola terlebih dahulu 8. Siswa melakukan <i>stretching</i> pemanasan di 	45 Menit

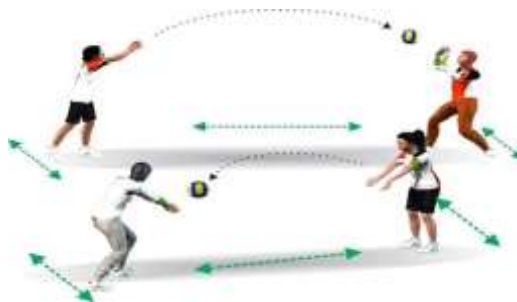
	<p>lapangan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pemanasan Statis kemudian dinamis - Pemanasan dengan <i>Game</i> permainan modifikasi <p>9. Aktivitas eksplorasi siswa dengan latihan passing bawah</p> <p>Siswa mengamati dan peragakan gerakan memantulkan bola ke lantai dan melambungkan bola dengan kedua tangan permainan bola voli berikut ini.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri tegak, kaki kiri di depan dan kaki kanan dibelakang. b. Panatulkan ke lantai c. Pada saat bola melambung dan mengarah ke bawah lakukan passing bawah d. Poros atau pusat gerakan berada pada kedua bahu. e. Lakukan pembelajaran ini secara berulang-ulang di tempat <div data-bbox="715 1352 1129 1603" data-label="Image"> </div> <p>Aktifitas melambungkan bola ke atas kemudian passing dengan kedua tangan.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri tegak, kedua kaki dibuka, kedua lutut sedikit ditekuk b. Lambungkan bola dengan kedua tangan. 	
--	---	--

- c. Pada waktu bola mengarah ke bawah passing dengan dua tangan saat bola berada di depan dada.



10. Aktivitas eksplorasi siswa dengan latihan passing atas

- a. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama
- b. Siswa melakukan passing atas
- c. Setiap kelompok memegang bola satu
- d. Tiap kelompok membikin lingkaran secukupnya
- e. Kemudian lakukan dengan memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai lalu lakukan dengan passing bawah secara bergantian



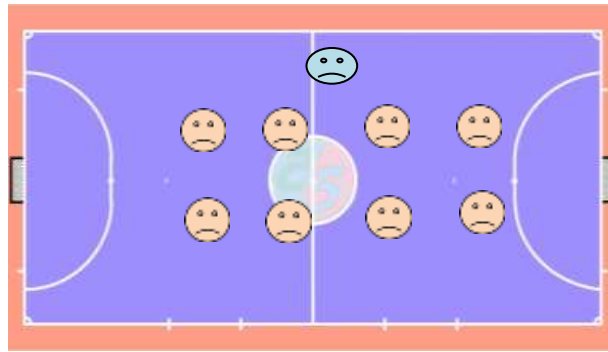
11. Aktivitas eksplorasi siswa dengan latihan pembelajaran drill smash tanpa bola


- a. Guru membagikan kelompok menjadi 4

	<p>kelompok dengan sama rata</p> <ol style="list-style-type: none"> b. Siswa melakukan awalan smash c. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu d. Tiap kelompok membikin barisan untuk melakukan sikap awalan smash e. Melangkah 3 kali lalu loncat melewati cons f. Setelah itu bergantian untuk melakukan sikap awalan smash <p>12. Guru menginstruksikan siswa membuat lingkaran kemudian melakukan gerakan pendinginan (<i>Cooling Down</i>)</p> <p>13. Siswa dibentuk dalam beberapa kelompok heterogen</p> <p>14. Guru membagikan LKPD kepada masing-masing kelompok</p> <p>15. Siswa bekerja sama untuk mendiskusikan dan mengerjakan LKPD</p> <p>16. Setiap perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya, sementara kelompok lain menyimak kemudian mengajukan pertanyaan.</p> <p>17. Siswa mengumpulkan hasil pekerjaan LKPD, kemudian Guru memeriksa hasil pekerjaan siswa</p> <p>18. Guru menyampaikn hasil perolehan nilai siswa baik Sikap, Praktek maupun Pengetahuan.</p> <p>1. Memberikan Apresiasi atau <i>reward</i> kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik</p>	
--	---	--

PENUTUP	<p>2. Guru memfasilitasi siswa dalam menemukan kesimpulan dari materi pembelajaran yang sudah dipelajari.</p> <p>3. Memberikan penguatan kepada siswa dengan memberikan pesan agar jangan malas belajar dan selalu mencerminkan sikap pelajar.</p>	
PENUTUP	<p>4. Guru menyampaikan materi pembelajaran yang akan dilaksanakan dipertemuan selanjutnya</p> <p>5. kemudian berdoa bersama untuk mengakhiri pembelajaran.</p>	5 Menit

Siklus 1	Kegiatan
Tindakan 1	<p>12. Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengecek kesiapan belajar siswa, lapangan, dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran. • Guru membariskan siswa • Guru bersama menyuruh siswa untuk memimpin berdoa bersama-sama • Guru mengecek kehadiran • Guru mengecek apakah ada yang sakit atau tidak • Menyampaikan tujuan pembelajaran

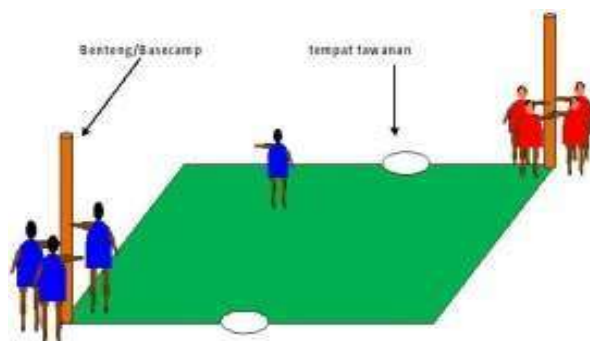


keterangan :
 = Guru
 = Siswa

Pemanasan

Pemanasan ini melalui permainan yang akan di tugaskan oleh guru. Permainannya adalah polisi tikus Guru membagi siswa menjadi 2 kelompok sama banyak, kemudian guru menjelaskan cara aturan bermainpolisi tikus kepada siswa. Cara bermainnya : permainan ini dilakukan untuk menjaga tikus agar tidak kabur Pemain yang keluar dari penjara dianggap menyerbu terlebih dahulu. Pemain ini apabila dikejar oleh musuh dan tersentuh tangan musuh dianggap tertangkap. Pemain yang tertangkap dianggap sebagai tawanan. Pemain ini dapat kembali mempertahankan bentengnya apabila telah diselamatkan oleh temannya, dengan cara menyentuh tangan atau bagian tubuhnya. Kelompok pemain dinyatakan mendapatkan nilai apabila dapat menyentuh basecamp atau lawannya.

Permainan polisi tikus



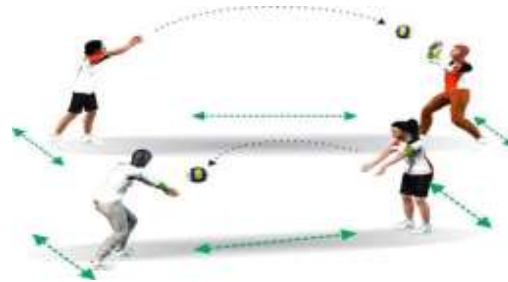
13. Kegiatan inti

Passing dalam pembelajaran *bola voli* : Merupakan teknik yang dilakukan untuk mengumpan bola kepada teman seregu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Terdapat 2 jenis passing dalam permainan bola voli yaitu passing bawah dan passing atas.

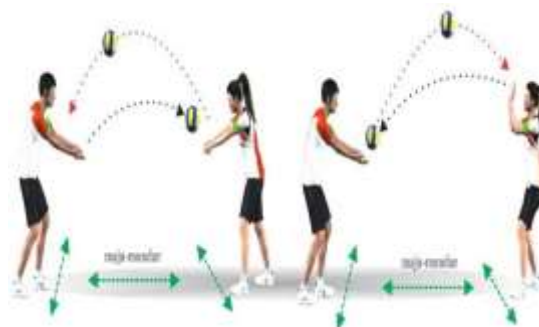
Passing bola voli ini usaha yang dilakukan oleh suatu pemain untuk mengoper bola keteman timnya untuk dimainkan di daerah sendiri. Passing bawah merupakan gerakan untuk mengoper bola ke teman yang dilakukan dengan kedua tangan dikepal dan dipukul dari bawah ke atas. Perkenaan bola di tangan ada di bagian pergelangan tangan. Hasil bola dari *passing* ini adalah melambung.

Cara melakukannya dril passing bawah :

1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama



2. Siswa melakukan passing bawah
3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin lingkaran secukupnya
5. Kemudian lakukan dengan memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai lalu lakukan dengan passing bawah secara bergantian

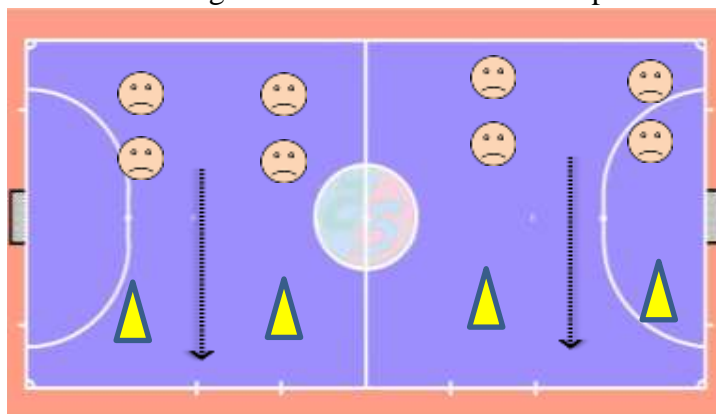


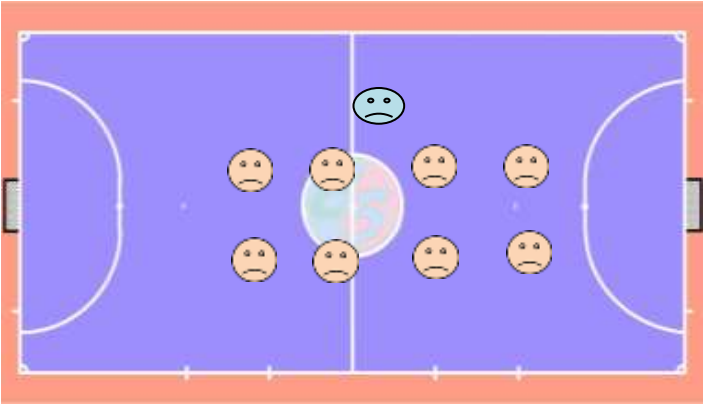


Cara melakukannya dril passing atas :

1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama rata
2. Siswa melakukan passing atas
3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin lingkaran secukupnya
5. Kemudian lakukan dengan memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai lalu lakukan dengan passing bawah secara bergantian

Cara melakukannya dril smash tanpa bola :

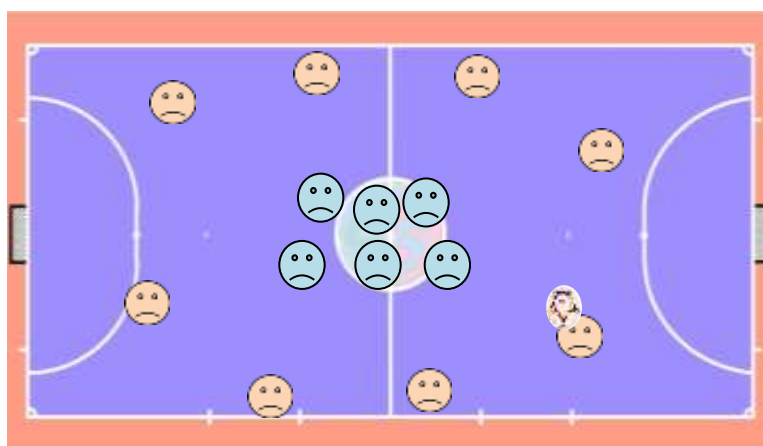
1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama rata
2. Siswa melakukan awalan smash
3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin barisan untuk melakukan sikap awalan smash
5. Melangkah 3 kali lalu loncat melewati kons
6. Setelah itu bergantian untuk melakukan sikap awalan smash



<p>Tindakan 2</p>	<p>14. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengalaman belajar siswa, siswa, diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajari 2. Evaluasi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan, sikap dan keterampilan) 3. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok atau individu. <p>1. Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengecek kesiapan belajar siswa, lapangan, dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran. • Guru membariskan siswa • Guru bersama menyuruh siswa untuk memimpin berdoa bersama-sama • Guru mengecek kehadiran • Guru mengecek apakah ada yang sakit atau tidak • Menyampaikan tujuan pembelajaran <div style="text-align: center;">  <p>The diagram shows a purple volleyball court with an orange border. In the center is a globe. There are 10 sad face icons: one blue icon (representing the teacher) at the top center, and nine orange icons (representing students) arranged in two rows of five on either side of the globe.</p> </div> <p>keterangan :</p> <p> = Guru</p> <p> = Siswa</p>
--------------------------	---

Pemanasan

Pemanasan ini dilakukan dengan permainan atau games agar siswa tidak merasa jenuh dalam pemanasan. Permainan yang akan digunakan untuk pemanasannya yaitu bola beracun cara memainkannya yaitu yang pertama guru membagi 2 kelompok dengan sama banyak, kemudian setelah di bagi kelompok dengan jumlah yang sama guru memberikan nama yang kelompok satu Namanya tim kuning kelompok dua Namanya tim merah. Setelah itu perwakilan dari tim masing-masing swit terlebih dahulu untuk memilih siapa yang akan menjadi pelempar bola beracun terlebih dahulu. Setelah itu tim yang kebagian melempar harus berada di luar lingkaran yang sudah di buat kemudian mereka melemparkan bola beracunnya ke tim yang berada di dalam liongkaran. Apabila ada salah seorang yang kena bola ke bagian kaki maka orang tersebut keluar dari permainan. Lalu jika semuanya sudah habis tim yang main maka bergantian dengan tim lainnya.



Keterangan :

☹️ : Tim 1

☹️ : Tim 2

2. Kegiatan inti

Passing dalam pembelajaran *bola voli* : Merupakan teknik yang dilakukan untuk mengumpan bola kepada teman seregu, sebagai langkah awal untuk

menyusun pola serangan kepada regu lawan. Terdapat 2 jenis passing dalam permainan bola voli yaitu passing bawah dan passing atas.

Passing bola voli ini usaha yang dilakukan oleh suatu pemain untuk mengoper bola keteman timnya untuk dimainkan di daerah sendiri. Passing bawah merupakan gerakan untuk mengoper bola ke teman yang dilakukan dengan kedua tangan dikepal dan dipukul dari bawah ke atas. Perkenaan bola di tangan ada di bagian pergelangan tangan. Hasil bola dari *passing* ini adalah melambung.

Cara melakukannya dril passing bawah :

1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama rata
2. Siswa melakukan passing bawah
3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin lingkaran secukupnya
5. Kemudian lakukan dengan memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai lalu lakukan dengan passing bawah secara bergantian



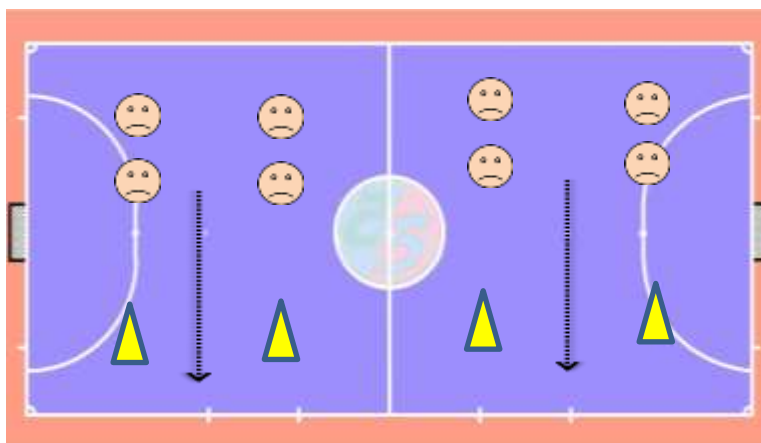
Cara melakukannya dril passing atas :

1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama rata
2. Siswa melakukan passing atas

3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin lingkaran secukupnya
5. Kemudian lakukan dengan memantulkan bola terlebih dahulu ke lantai lalu lakukan dengan passing bawah secara bergantian

Cara melakukannya dril smash tanpa bola :

1. Guru membagikan kelompok menjadi 4 kelompok dengan sama rata
2. Siswa melakukan awalan smash
3. Setelah itu tiap kelompok memegang bola satu
4. Tiap kelompok membikin barisan untuk melakukan sikap awalan smash
5. Melangkah 3 kali lalu loncat melewati kons
6. Setelah itu bergantian untuk melakukan sikap awalan smash



15. Penutup

1. Pengalaman belajar siswa, siswa, diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajari
2. Evaluasi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan, sikap dan keterampilan)

	3. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok atau individu.
--	--

SIKLUS 2	KEGIATAN
TINDAKAN 1	<p>1. Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengecek kesiapan belajar siswa, lapangan, dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran. • Guru membariskan siswa • Guru bersama menyuruh siswa untuk memimpin berdoa bersama-sama • Guru mengecek kehadiran • Guru mengecek apakah ada yang sakit atau tidak • Menyampaikan tujuan pembelajaran <div data-bbox="647 1048 1417 1482" style="text-align: center;"> <p>The diagram shows a volleyball court with a purple floor and orange boundaries. A globe is in the center. There are seven sad face icons: one blue icon at the top center (representing the teacher) and six orange icons arranged in two rows of three (representing students).</p> </div> <p>keterangan :</p> <p> = Guru</p> <p> = Siswa</p> <p>Pemanasan</p> <p>Pemanasan ini dilakukan dengan permainan atau games agar siswa tidak merasa jenuh dalam pemanasan. Permainan yang akan digunakan untuk pemanasannya yaitu bola beracun cara memainkannya yaitu yang pertama</p>

guru membagi 2 kelompok dengan sama banyak, kemudian setelah di bagi kelompok dengan jumlah yang sama guru memberikan nama yang kelompok satu Namanya tim kuning kelompok dua Namanya tim merah. Setelah itu perwakilan dari tim masing-masing swit terlebih dahulu untuk memilih siapa yang akan menjadi pelempar bola beracun terlebih dahulu. Setelah itu tim yang kebagian melempar harus berada di luar lingkaran yang sudah di buat kemudian mereka melemparkan bola beracunnya ke tim yang berada di dalam liongkaran. Apabila ada salah seorang yang kena bola ke bagian kaki maka orang tersebut keluar dari permainan. Lalu jika semuanya sudah habis tim yang main maka bergantian dengan tim lainnya.

2. Inti

1. Guru membagikan kelompok menjadi 2 kelompok di pisah antara laki-laki dan perempuan
2. Siswa perempuan di bagi menjadi 2 tim dan siswa laki-laki di bagi menjadi 2 tim
3. Setelah itu siswa laki- laki bermain bola voli
4. Hitungan permainannya di modifikasi sampai 15 hitungan
5. Setelah siswa laki-laki selsai kemdian di lanjut dengan siswa perempuan.



3. Penutup

1. Pengalaman belajar siswa, siswa, diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajari
2. Evaluasi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan, sikap dan keterampilan)

	<p>3. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok atau individu.</p>
<p>TINDAKAN 2</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendahuluan 2. Mengecek kesiapan belajar siswa, lapangan, dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran. 3. Guru membariskan siswa 4. Guru bersama menyuruh siswa untuk memimpin berdoa bersama-sama 5. Guru mengecek kehadiran 6. Guru mengecek apakah ada yang sakit atau tidak 7. Menyampaikan tujuan pembelajaran <div data-bbox="628 1048 1158 1350" data-label="Image"> </div> <p>Pemanasan</p> <p>Pemanasan ini dilakukan dengan permainan atau games agar siswa tidak merasa jenuh dalam pemanasan. Permainan yang akan digunakan untuk pemanasannya yaitu bola beracun cara memainkannya yaitu yang pertama guru membagi 2 kelompok dengan sama banyak, kemudian setelah di bagi kelompok dengan jumlah yang sama guru memberikan nama yang kelompok satu Namanya tim kuning kelompok dua Namanya tim merah. Setelah itu perwakilan dari tim masing-masing swit terlebih dahulu untuk memilih siapa yang akan menjadi pelempar bola beracun terlebih dahulu. Setelah itu tim yang kebagian melempar harus berada di luar lingkaran yang sudah di buat</p>

kemudian mereka melemparkan bola beracunnya ke tim yang berada di dalam liongkaran. Apabila ada salah seorang yang kena bola ke bagian kaki maka orang tersebut keluar dari permainan. Lalu jika semuanya sudah habis tim yang main maka bergantian dengan tim lainnya.

8. Inti

1. Guru membagikan kelompok menjadi 2 kelompok di pisah antara laki-laki dan perempuan
2. Siswa perempuan di bagi menjadi 2 tim dan siswa laki-laki di bagi menjadi 2 tim
3. Setelah itu siswa laki- laki bermain bola voli
4. Hitungan permainannya di modifikasi sampai 15 hitungan
Setelah siswa laki-laki selsai kemdian di lanjut dengan siswa perempuan



4. Penutup

1. Pengalaman belajar siswa, siswa, diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajari
2. Evaluasi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan, sikap dan keterampilan)
3. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok atau individu.

3. Tahap pelaksanaan Tindakan

- 1) Merancang sebuah permainan beregu yang dapat meningkatkan partisipasi siswa
- 2) Menyusun program tindakan penelitian siklus 1 yang terdiri dari dua kali pertemuan.
- 3) Mengecek kesiapan alat atau media pembelajaran.
- 4) Bersama observer menyiapkan instrumen penelitian yaitu: lembar observasi guru, lembar observasi siswa, lembar catatan lapangan, rubrik penilaian partisipasi siswa, dan kamera sebagai alat dokumentasi.

4. Observasi atau Pengamatan

Mengamati proses pembelajaran sekaligus mengevaluasi tugas gerak yang diberikan sehingga dapat menjadi bukti tindakan yang dapat dijadikan landasan dalam refleksi. Dalam penelitian ini observasi yang digunakan adalah observasi *partisipatif*. Observasi partisipatif merupakan observasi dimana peneliti ikut terlibat dengan kegiatan subjek yang diamati yang digunakan sebagai sumberdata penelitian.

5. Refleksi atau Analisis

Peneliti mengkaji keseluruhan kegiatan yang dilakukan mulai dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, hingga evaluasi dan eksplorasi kelemahan-kelemahan yang menjadi fokus penelitian ini pada siklus pertama, dan perbaikan pada siklus kedua. Untuk mengetahui kekurangan apa saja yang ada dan bagaimana cara mengatasi permasalahan tersebut agar penelitian tindakan kelas dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

3.7 Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan bagian terpenting dari perencanaan penelitian karena ketika nama kerja ilmiah dari rencana penelitian telah diterima untuk penelitian, peneliti dapat memulai pengumpulan data. Langkah pertama dalam pengumpulan data adalah mencari informasi dalam literatur tentang topik yang terkait dengan judul artikel (richard oliver (dalam Zeithml., 2021) . Kemudian Teknik pengumpulan data juga merupakan sebuah proses pengumpulan data yang penting dilakukan dalam penelitian, tentik ini dilakukan agar dapat memperoleh sebuah data dan kemudia data yang sudah didapat dan dikumpulkan tersebut diolah

untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan oleh peneliti. Teknik pengumpulan data ini bisa dilakukan secara langsung dan tidak langsung, disesuaikan dengan kebutuhan peneliti dan kondisi subyek penelitian dilapangan.

3.8 Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Penelitian kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang memiliki ciri sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitian, baik itu tentang tujuan sampel data, sumber data, ataupun metodologinya. menurut Arikunto (2006) mengungkapkan penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang menggunakan angka, dimulai dari tahap pengumpulan data, estimasi data, serta pemaparan hasil. Salma (2021) memberikan beberapa tujuan dari penelitian kuantitatif yaitu untuk pengembangan model matematis, kemudian membantu dalam menentukan hubungan antar variabel dalam sebuah populasi dan membantu dalam menentukan desain penelitian (Risidiana Chandra Dhewy, 2022).

Teknik analisis data merupakan lanjutan dari tahap pengumpulan data, data yang peneliti peroleh dari observasi awal sampai siklus 2 kemudian diolah dan dinyatakan dalam bentuk presentase yang dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$1) \text{ Daya Serap Individu (DSI) = } \frac{\text{skor yang diperoleh siswa}}{\text{skor maksimal soal}} \times 100$$

Siswa dikatakan tuntas belajar secara individu jika presentase daya serap individu > 70%

(sumber Nurfaidah dkk (2014, hlm.112))