

Upaya Meningkatkan Servis Bawah Bolavoli Dengan Jarak Tetap Dan Bertahap Pendekatan TaRL SMK 5 Semarang

Andi Aggara ¹, Suroto ², Maftukin Hudah ³, Endang Wuryandini ⁴

¹Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

²Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 5 Semarang, Indonesia

³Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

⁴ Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

Email: ¹andiaggara@madrasah.id

Email: ²surotomasud@asn.jatengprov.go.id

Email: ³maftukinhudah10@upgris.ac.id

Email: ⁴endangwuryandini@upgris.ac.id

ABSTRAK

Tujuan Penelitian Tindakan Kelas ini untuk meningkatkan servis bawah bolavoli pada siswa dengan menggunakan jarak tetap dan jarak bertahap serta menggunakan pendekatan Teaching At The Right Level materi pembelajaran bolavoli siswa kelas XI SMK N 5 Semarang. Latar belakang penelitian ini kesalahan servis dalam permainan bolavoli sering terjadi terutama pada saat servis bawah yang dilaksanakan oleh siswa, dikarenakan faktor kurangnya konsentrasi atau tidak tenang dalam permainan sehingga pada saat melakukan servis bawah bolavoli sering terjadi tidak melewati net, hal ini bisa dilihat ketika pembelajaran servis bawah bolavoli masih banyak siswa mengalami kesulitan dalam melakukan servis bawah dalam permainan bolavoli dan menyebabkan siswa mudah bosan, selain itu faktor garis lapangan terlalu jauh dari net. Pada penelitian ini metode yang digunakan merupakan metode penelitian Tindakan kelas (PTK). Pelaksanaan penelitian ini yaitu sebanyak 2 siklus. Subjek penelitian menggunakan siswa kelas XI-DPIB 1 SMK N 5 Semarang, pada tahun ajaran 2024/2025 berjumlah 34 siswa. Teknik pengambilan data pada penelitian ini dengan cara menggunakan observasi, dokumentasi, dan tes. Analisis data penelitian ini menggunakan tes ketepatan servis AAHPER serving accuracy test. Kemampuan servis bawah permainan bolavoli pada siswa kelas XI-DPIB 1 SMK N 5 Semarang, Pra siklus dari 34 siswa yang tuntas 14(36%) siswa, Siklus 1 mengalami peningkatan dengan hasil yang tuntas ada 26(69%) siswa, dan pada saat siklus 2 sangat mengalami peningkatan secara keseluruhan yang mencapai ketuntasan sebanyak 31(83%) siswa.

Kata kunci: TaRL; Servis Bawah; Bolavoli

ABSTRACT

The purpose of this Classroom Action Research is to improve volleyball underhand serve in students by using a fixed distance and gradual distance and using the Teaching at The Right Level approach for volleyball learning materials for class XI students of SMK N 5 Semarang. The background of this research is that service errors in volleyball games often occur, especially when serving underhand by students, due to lack of concentration or not being calm in the game so that when doing volleyball underhand serve it often does not pass the net, this can be seen when learning volleyball underhand serve, many students still have difficulty in doing underhand serve in volleyball games and cause students to get bored easily, besides that the field line factor is too far from the net. In this study, the method used is the Classroom Action Research (CAR) method. The implementation of this research is 2 cycles. The research subjects used class XI-DPIB 1 students of SMKN 5 Semarang, in the 2024/2025 academic year totaling 34 students. The data collection technique in this study was by using observation, documentation, and tests. Data analysis of this study used the AAHPER serving accuracy test. The ability of underarm service in volleyball in class XI-DPIB 1 students of SMK N 5 Semarang, Pre-cycle of 34 students who completed 14 (36%) students, Cycle 1 experienced an increase with the results of completing 26 (69%) students, and during cycle 2 there was a significant increase overall which achieved completion of 31 (83%) students.

Keywords: TaRL; Underhand Serve; Volleyball

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan yang paling berperan bagi peserta didik, tujuannya untuk mengembangkan aspek-aspek kebugaran jasmani pada peserta didik, diantaranya terdapat keterampilan gerak pada peserta didik, terdapat keterampilan berfikir pada peserta didik, terdapat keterampilan sosial pada peserta didik, terdapat stabilitas emosional pada peserta didik, terdapat tindakan moral pada peserta didik, dan terdapat aspek pola hidup sehat pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah direncanakan sistematis dalam rangka mencapai pendidikan yang sistematis dan berkualitas dalam rangka untuk mencapai pendidikan nasional. Sesuai dengan pendapat (Lestari, 2021) melalui kegiatan olahraga dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan memiliki watak disiplin serta sportif yang tinggi dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas.

Pendidikan salah satu aset yang berharga dari beberapa segi seorang dengan melaksanakan pendidik manusia dapat mengembangkan potensi dalam dirinya yang terpendam. Pendidikan merupakan faktor utama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di bumi (Mustafa, 2022). Kualitas negara salah satunya tergantung dengan pendidikan, jika pendidikannya tidak baik maka negara juga tidak akan baik-baik saja. Sejalan dengan pemikiran (Jaya et al., 2023) dalam perjalanan panjang peradaban manusia, pendidikan telah menjadi pilar utama yang mengarah pada kemajuan dan perkembangan masyarakat. Akan tetapi motivasi belajar yang dimiliki peserta didik menjadi kendala seringkali pada saat perjalanan untuk mencapai tujuan pendidikan yang diinginkan. Maka dari itu guru memerlukan metode pendekatan yang sesuai dengan karakteristik siswa dalam rangka supaya dapat meningkatkan motivasi belajar yang baik pada siswa.

Karakteristik anak masing-masing berbeda-beda, guru perlu memahami karakteristik awal anak didik sehingga anak dapat dengan mudah untuk mengelola segala sesuatu yang berkaitan dengan pembelajaran termasuk juga pemilihan strategi pengelolaan, yang berkaitan dengan bagaimana menata pengajaran, Kemampuan yang dimiliki mereka sehingga komponen pengajaran dapat sesuai dengan karakteristik dari peserta didik yang akhirnya pembelajaran tersebut dapat lebih bermakna (Estari, 2020). Karakter dan moral pada peserta didik usia emas adalah modal utama untuk menyelamatkan bangsa di masa yang akan datang (Anatasya & Dewi, 2021). Pendapat (Thedimus Bapor & I Ketut Semarayasa, 2022) dunia pendidikan memiliki peran penting dalam mencerdaskan anak bangsa serta dapat membantu membentuk karakter maupun sikap peserta didik agar menjadi lebih baik. Dengan demikian karakteristik peserta didik sangat mempengaruhi sukses atau tidaknya suatu pendidikan atau pembelajaran di sekolah.

Salah satu pendekatan yang sesuai dengan latar belakang siswa SMK N 5 Semarang yaitu menggunakan pendekatan TaRL (Teaching at The Right Level) pendekatan tersebut cocok diterapkan karena melihat karakteristik siswa di SMK N 5 Semarang. Pendekatan TaRL digunakan oleh pendidik dalam merancang rencana pembelajaran yang disesuaikan pada tingkat kemampuan awal peserta didik (Murdiyanto & Kaguruan, 2023). Salah satu pendekatan dalam strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan interaksi guru dan peserta didik sehingga membuat peserta didik lebih aktif dalam pembelajaran dan yang membahas tentang pemaparan kemampuan peserta didik adalah pendekatan TaRL (Teaching at the Right Level) (Fatma et al., 2025).

Mata Pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan didalamnya terdapat materi yang wajib ditempuh atau dipelajari oleh siswa yaitu materi bolavoli, dan di SMK N 5 Semarang Sebagian besar siswa gemar atau menyukai materi olahraga bolavoli. cabang olahraga bolavoli membutuhkan penguasaan teknik dasar sebaik mungkin, maka sangatlah perlu setiap pemain bolavoli harus mampu menguasai teknik dasar bolavoli dengan baik (Raihanati & Wahyudi, 2021). Teknik dasar dalam permainan bolavoli ada 4 diantaranya servis, passing, smash dan block. Sesuai dengan pendapat (Bumburo et al., 2023) Permainan bolavoli membutuhkan teknik teknik tertentu, jadi pemain pun tidak bisa memukul bola seenaknya. Permainan bolavoli juga mempunyai aturan khusus setiap regu atau tim yang boleh

bermain di lapangan sejumlah 6 orang, perannya berbeda-beda diantaranya berpera sebagai tosser, smasher, dan libero untuk pemain bertahan atau untuk menerima serangan dari lawan.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa permainan bolavoli yaitu permainan yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regu terdiri dari enam pemain, dan dibatasi oleh net atau seutas tali sebagai batas dari kedua regu tersebut. Selain itu untuk mendapatkan poin atau score masing-masing regu harus berusaha melewatkan bolavoli diatas net atau seutas tali dan bola harus dijatuhkan di area lapangan lawan, dan masing-masing regu hanya diberi kesempatan tiga kali sentuhan bola, serta setiap pemain tidak diperbolehkan menyentuh bola selama dua kali berturut-turut. Sesuai dengan karya (Masroni & Hariyanto, 2021) bolavoli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang bertanding menggunakan tangan dan dipisahkan oleh sebuah net, setelah itu setiap tim berusaha menjatuhkan bola di area lapangan lawan dengan memukul bola melewati atas net, setiap tim memiliki enam pemain inti dan beberapa pemain cadangan.

Terdapat penelitian sebelumnya yang menggunakan variasi jarak latihan servis bawah yang berbeda, yaitu seperti penelitian yang dimiliki oleh saudara (Alwalid et al., 2024) yaitu “Upaya Meningkatkan Servis Bawah Peserta Didik Dengan Jarak Tetap Dan Bertahap Dengan Menggunakan Pendekatan Teaching At The Right Level Pada Materi Bola Voli Kelas Xi Sma N 7 Semarang 2023/2024” dalam karyanya menyatakan bahwa penelitiannya Indikator keberhasilan telah dicapai sehingga penelitian dinyatakan berhasil dan dihentikan pada siklus 2. Selanjutnya penelitiannya (Amirrudhin & Ratimiasih, 2024) yang berjudul “Pengaruh Latihan Target Untuk Meningkatkan Ketepatan Servis Bawah Bola Voli MTS Maslakul Huda sluke” yang menyatakan bahwa latihan target mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi servis bawah pada pertandingan bola voli di MTS Maslakul Huda Sluke.

Berdasarkan permasalahan yang telah dituliskan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk meningkatkan kemampuan servis bawah peserta didik pada pembelajaran bolavoli dan melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul “Upaya Meningkatkan Servis Bawah Bolavoli Dengan Jarak Tetap Dan Bertahap Pendekatan TaRL SMK 5 Semarang”.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret hingga April 2025 saat PPL II di SMK N 5 Semarang. Jenis penelitian yang dilaksanakan merupakan penelitian Tindakan kelas (PTK) berupa data kualitatif yang bertujuan untuk mengukur Tingkat servis bawah permainan bolavoli siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jaman Olahraga dan Kesehatan. Menurut penelitiannya (Suciani et al., 2023) Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan metode penelitian yang dilakukan oleh guru atau tenaga kependidikan untuk meningkatkan praktik pembelajaran di kelas. Sedangkan menurut (Azizah, 2021) bahwa penelitian dan karya tulis ilmiah merupakan pengembangan profesi guru dimana seorang guru dapat melakukan penelitian tindakan kelas yang disebut dengan kegiatan ilmiah seorang guru mengembangkan inovasinya dalam pembelajaran seperti menggunakan metode, strategi media demi meningkatkan kompetensi profesionalnya. Penelitian Tindakan kelas dalam satu siklus terdiri dari empat Langkah, yaitu: Perencanaan (*planning*), Aksi atau Tindakan (*acting*), Observasi (*observing*), Refleksi (*reflecting*). Subjek penelitian ini yaitu siswa kelas XI DPIB 1 SMK N 5 Semarang Tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 34 orang.

Jenis data penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk siklus atau putaran kegiatan, penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus. Pengambilan dilakukan oleh dua tester yaitu tester satu penulis sebagai orang yang memberi tata cara pelaksanaan tes untuk menghindari kesalahan pengukuran, dan tester kedua mahasiswa yang mencatat perolehan skor. Analisis data pada penelitian ini menggunakan tes ketepatan servis *AAHPER serving accuracy test AAHPER*. Menurut (Ginting & Sari, 2022) Masing-masing siswa mempunyai tes ketepatan servis melewati net dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan, ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh hasil yang benar-benar sesuai dengan kondisi keterampilan bermain bolavoli siswa sesungguhnya dengan tanpa adanya perbaikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Indikator keberhasilan telah dicapai sehingga penelitian dinyatakan berhasil dan dihentikan pada siklus 2. Peningkatan hasil kemampuan servis bawah dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1.1 Peningkatan Servis Bawah

No	Kelompok	Ketuntasan		
		Pre-Test	Siklus 1	Siklus 2
1	Seluruh siswa kelas XI-DPIB 1 (34 siswa)	14 (36%)	26 (69%)	31 (83%)



Tabel Grafik 1.2 Peningkatan Servis Bawah

.... Penelitian tindakan kelas di SMK N 5 Semarang dilaksanakan dalam waktu 2 siklus dimana pada setiap siklus ini dilaksanakan selama 2 kali pertemuan. Hasil penelitian ini dijabarkan sebagai berikut : Pada pelaksanaan *Pre test* atau Pra siklus dari 34 siswa yang tuntas sebanyak 14 (36%) siswa. Dilanjutkan pertemuan berikutnya dilaksanakan siklus 1 dari 34 siswa mengalami peningkatan dari kondisi awal (*pre test*) yang tuntas sebanyak 26 (69%) siswa. Pada siklus 2 semua peserta didik mengalami peningkatan dengan hasil yang mendapatkan tuntas sebanyak 31 (83%) dari siklus 1. Pada penelitiannya (Alwalid et al., 2024) kemampuan servis bawah bola voli pada siswa kelas XI 5 SMA N 7 Semarang, Pra siklus dari 36 peserta didik yang tuntas 13(36%) peserta didik, Siklus 1 mengalami peningkatan dengan hasil yang tuntas ada 25(69%) peserta didik, dan pada saat siklus 2 sangat mengalami peningkatan secara keseluruhan yang mencapai ketuntasan sebanyak 30(83%) peserta didik.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan yang telah dituliskan diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kemampuan servis bawah pada permainan bolavoli pada siswa kelas XI-DPIB 1 SMK N 5 Semarang, Pra siklus dari 34 siswa yang tuntas 14 (36%) siswa, Siklus 1 mengalami peningkatan dengan hasil yang tuntas ada 26 (69%) siswa, dan pada saat siklus 2 sangat mengalami peningkatan secara keseluruhan yang mencapai ketuntasan sebanyak 31 (83%) siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwalid, A., Rumini, & Bisri, K. (2024). *Upaya Meningkatkan Servis Bawah Peserta Didik dengan Jarak Tetap dan Bertahap dengan Menggunakan Pendekatan Teaching At The Right Level pada materi bola voli kelas XI SMA N 7 Semarang*. 58–63.
- Amirrudhin, D. N., & Ratimiasih, Y. (2024). *Pengaruh Latihan Target Untuk Meningkatkan Ketepatan Servis Bawah Bola Voli MTS Maslakul huda sluke*. 04(02), 337–343.
- Anatasya, E., & Dewi, D. A. (2021). Mata Pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan sebagai Pendidikan Karakter Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 9(2), 291–304.
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPP/article/view/34133>
- Azizah, A. (2021). Pentingnya Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru dalam Pembelajaran. *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22.
<https://doi.org/10.36835/au.v3i1.475>
- Bumburo, B., Ita, S., Wanena, T., Wandik, Y., & Putra, M. F. P. (2023). Permainan bola voli: sebuah tinjauan konseptual. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 38. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16467>
- Estari, A. W. (2020). Pentingnya Memahami Karakteristik Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran. *Workshop Nasional Penguatan Kompetensi Guru Sekolah Dasar SHEs: Conference Series*, 3(3), 1439–1444. <https://jurnal.uns.ac.id/shes>
- Fatma, A., Leonardo, F., Perdiansyah, L., Fitra, R. A., Juita, A., Alkhotdri, R., & Riau, U. (2025). *Penerapan pendekatan tarl untuk meningkatkan keaktifan belajar lompat jauh di smk negeri 5 pekanbaru*. 12, 209–222.
- Ginting, F. M., & Sari, D. M. (2022). Survei Tingkat Keterampilan Service Bawah Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 2(2), 127–136.
<https://doi.org/10.55081/jumper.v2i2.558>
- Jaya, H., Hambali, M., & Fakhurrozi, F. (2023). Transformasi Pendidikan: Peran Pendidikan Berkelanjutan Dalam Menghadapi Tantangan Abad Ke-21. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 2416–2422.
- Lestari, D. F. (2021). Pengembangan Model Pembelajaran Aktivitas Jasmani Melalui Permainan Tradisional bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 8(1), 7–12.
<https://doi.org/10.23887/jjp.v8i1.33742>
- Masroni, A. H., & Hariyanto, E. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Ekstrakurikuler Bolavoli Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 3(5), 284–293. <https://doi.org/10.17977/umo62v3i52021p284-293>
- Murdiyanto, D., & Kaguruan, F. (2023). *Penerapan Pendekatan Teaching at the Right Level pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia*. 3(1), 1–11.
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Raihanati, E., & Wahyudi, A. (2021). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 222–229. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Suciani, R. N., Azizah, N. L., Gusmaningsih, I. O., & Fajrin, R. A. (2023). Strategi Refleksi dan Evaluasi Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 114–123.
- Thedimus Bapor, & I Ketut Semarayasa. (2022). Minat Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(1), 24–29.
<https://doi.org/10.23887/jiku.v10i1.45385>