



IJPESS  
 Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science  
 p-ISSN 2775-765X | e-ISSN 2776 0200  
 Volume 1, No. 2, November 2021 Hal. 19-23  
<http://journal.unucirebon.ac.id/index.php/ijpess>

## Pengaruh Metode Resiprokal dan Motor Ability Dalam Meningkatkan Keterampilan Servis Bola Voli

Samsuddin Siregar\*<sup>1</sup>, Eva Faridah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan, Indonesia

### Info Artikel:

Diterima :  
 12 September 2021  
 Disetujui :  
 20 Oktober 2021  
 Dipublikasikan :  
 9 November 2021

### Abstrak

Penelitian ini mempunyai tujuan buat mengetahui dampak metode mengajar resiprokal menggunakan kemampuan gerak pada menaikkan keterampilan servis bola voli di siswa taraf SMP. Penelitian memakai sampel 20 peserta didik dipengaruhi dengan teknik purposive random sampling. Selanjutnya, penelitian menggunakan metode eksperimen serta teknik pengumpulan data menggunakan uji tes keterampilan servis dan keterampilan gerak (Barrow Motor Ability Tes). kemudian teknik analisis data yang dipergunakan menggunakan uji anava. hasil asal pengujian hipotesis dapat disimpulkan bahwa belajar servis bola voli dengan memakai metode resiprokal lebih baik pada siswa yang mempunyai kemampuan gerak tinggi dibandingkan menggunakan siswa berkemampuan motilitas rendah.

### Kata Kunci:

Metode Resiprokal, Motor Ability, Servis Bola Voli

### Abstract

*This study aims to determine the impact of the reciprocal teaching method using movement skills on improving volleyball service skills in junior high school students. The study used a sample of 20 students influenced by purposive random sampling technique. Furthermore, the research uses experimental methods and data collection techniques using service skills tests and movement skills (Barrow Motor Ability Tests). then the data analysis technique used is the ANOVA test. The original results of hypothesis testing can be concluded that learning to serve volleyball using the reciprocal method is better for students who have high motor skills than students with low motility abilities.*

### Email :

[samsuddinsiregar@unimed.ac.id](mailto:samsuddinsiregar@unimed.ac.id)<sup>1</sup>  
[juna.farel78@gmail.com](mailto:juna.farel78@gmail.com)<sup>2</sup>

©2021 Authors by Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon

## PENDAHULUAN

Permainan bolavoli adalah materi pelajaran wajib untuk peserta didik SD hingga tingkat SMU, akan tetapi tuntutan kemampuan yang diperlukan dari pelajaran ini terutama untuk tingkat SMP/MTsN hingga kini masih jauh asal yang dibutuhkan. berdasarkan hasil pengamatan di beberapa sekolah menengah tingkat pertama ditemukan bahwa salah satu persoalan primer pada pembelajaran permainan bolavoli ini adalah pada materi pembelajaran keterampilan teknik dasar servis dan passing. Faktor penyebabnya artinya terbatasnya variasi metode mengajar yang dipergunakan guru buat mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani. (Suganda & Suharjana, 2013) Pembelajaran Penjas di sekolah khususnya di sekolah dasar saat ini sudah menjadi perhatian banyak kalangan. Namun yang menjadi kendala dalam pembelajaran Penjas di se- kolah-sekolah adalah masih minimnya pengetahuan guru Penjas dalam menerapkan model dan metode yang tepat dalam proses belajar mengajar pembelajaran

di sekolah dasar. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan dan keterbatasan referensi atau sumber bacaan tentang bagaimana guru-guru Penjas mengajarkan model dan metode pembelajaran yang tepat, guna mendukung tercapainya hasil belajar yang diinginkan

Menurut (Ichsan et al., 2016) Pengertian secara luas, mengajar diartikan sebagai suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkan dengan anak, sehingga terjadi proses belajar. Atau dikatakan, mengajar sebagai upaya menciptakan kondisi yang kondusif untuk berlangsungnya kegiatan belajar bagi para siswa. Kondisi itu diciptakan sedemikian rupa sehingga membantu perkembangan anak secara optimal baik jasmani maupun rohani, baik fisik maupun mental. Metode mengajar merupakan suatu cara penyajian materi pembelajaran yang dilakukan secara sistematis untuk mendorong tercapainya tujuan pengajaran. dalam pembelajaran pendidikan jasmani ada beberapa macam metode mengajar yang bisa digunakan.. (Widayati, 2004) Mengajar dapat dikatakan sebagai kegiatan menghadirkan suatu lingkungan yang kondusif usntuk di lakukannya proses belajar. Lingkungan tersebut merupakan suatu sistem yang terdiri dari komponen-komponen yang saling berkaitan yaitu tujuan yang hendak dicapai, bahan yang diajarkan, guru dan siswa yang saling berintraksi serta sarana dan prasarana untuk menunjang kegiatan tersebut.

Metode mengajar yang dilakukan pengajar selama ini pada praktek pembelajaran pendidikan jasmani umumnya dan permainan bolavoli khususnya, cenderung tradisional. Metode mengajar yang digunakan cenderung berpusat di pengajar, dimana para siswa melakukan gerakan-gerakan atau latihan keterampilan sesuai instruksi pengajar. Latihan-latihan atau keterampilan sesuai inisiatif peserta didik hampir tidak pernah dilakukan. Pengalaman membagikan, menerapkan metode yang berpusat pada pengajar dalam mengajarkan teknik dasar bermain bolavoli peserta didik terlihat kurang semangat belajarnya, cepat bosan atau jenuh, menurunnya minat siswa buat mengikuti pendidikan jasmani biasanya, bermain bolavoli khususnya dan bahkan dengan metode yang selalu berpusat pada guru kurang dalam mempertinggi kemampuan peserta didik dalam bermain bolavoli.

Padahal pada pembelajaran pendidikan jasmani hal yang esensial adalah mengutamakan unsur bermain, kegembiraan, pedagogis, membina kesehatan serta rasa percaya diri bagi siswa pada bersosial supaya siswa-siswa tidak bosan. peran guru pendidikan jasmani dalam upaya membina siswa serta menaikkan kemampuan siswa pada menguasai teknik dasar bermain bolavoli olehat tergantung di kreatifitas pengajar dalam menentukan serta memilih metode. Penentuan dan penerapan metode mengajar yang sempurna dalam proses belajar mengajar olehat krusial menggunakan situasi belajar. Dikatakan krusial sebab semakin tepat metode yang digunakan maka akan semakin efektif buat mencapai tujuan belajar. Pertimbangan pada menentukan dan menerapkan metode mengajar tentu harus memperhatikan pada kondisi bagaimana dan dimana proses belajar mengajar dilaksanakan serta bagaimana ciri asal bahan ajar.

Metode mengajar yang ditetapkan menjadi penekanan penelitian buat mempertinggi keterampilan teknik dasar servis bawah bola voli peserta didik merupakan metode mengajar resiprokal. Metode resiprokal merupakan suatu metode mengajar yang menyampaikan kesempatan kepada peserta didik buat memberikan umpan kembali kepada temannya sendiri. Tanggung jawab buat menyampaikan umpan pulang bergeser berasal pengajar kepada siswa. Pergeseran ini memungkinkan para siswa menaikkan interaksi sosial antara sahabat sebayanya. Sebagaimana disebutkan Sebagaimana dikutip dari (Metode & Resiprokal, 2016) disebutkan Mosston (1994:65) “metode mengajar resiprokal diartikan sebagai metode mengajar yang menunjukkan hubungan sosial antar teman sebaya dan kondisi untuk memberi umpan balik yang cepat”. Tujuan berasal metode resiprokal merupakan peserta didik bekerja menggunakan paolehan serta memberikan umpan kembali kepada paolehan, yang sesuai kriteria yang sudah dipersiapkan oleh pengajar. Hakikat dari metode resiprokal yaitu peserta didik bekerja menggunakan paolehan, mendapatkan umpan pulang menggunakan segera, mengikuti kriteria yang sudah dirancang pengajar, serta mengembangkan umpan kembali dan keterampilan

sosialisasinya.

Target metode resiprokal berhubungan menggunakan tugas dan peranan siswa. (a) Tugas (utama bahasan) terdiri berasal: (i) memberikan kesempatan kepada siswa buat latihan berulang-ulang menggunakan didampingi oleh seseorang pengamat (sahabat/paolehannya); (ii) peserta didik mendapatkan umpan pulang; serta (iii) menjadi pengamat, peserta didik memperoleh pengetahuan tentang penampilan tugas asal paolehannya. (b) Peranan siswa adalah: (i) memberi dan mendapatkan umpan balik ; (ii) mengamati penampilan sahabat, membandingkan serta mempertentangkan menggunakan kriteria yang ada, serta menyampaikan hasilnya kepada pelaku; serta (iii) menumbuhkan kesabaran dan toleransi terhadap teman.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di sekolah Madrasah Tsanawiyah Negeri 2, Jl. William Iskandar Psr.V Medan Estate Kota Madya Medan. Frekuensi pertemuan 3 kali seminggu yaitu hari Senin, Rabu dan Jum’at dan lamanya latihan 90 menit setiap kali pertemuan. Mengutip dari (Sholeh, 2020) Penentuan ketika latihan dengan frekuensi tiga kali seminggu sinkron menggunakan pendapat Brooks dan Fahey (1984:405), bahwa menggunakan frekuensi tiga kali seminggu dapat menaikkan kualitas keterampilan, alasannya adalah karena dengan latihan 3 kali seminggu bisa menyampaikan kesempatan bagi tubuh buat menyesuaikan diri terhadap beban aktifitas yang diterima. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan metode eksperimen faktorial 2x1. Sampel yang digunakan pada penelitian ini artinya siswa putra kelas II MTsN dua Medan, sebesar 20 orang peserta didik menggunakan teknik pengambilan sampel memakai teknik Purposive secara acak sampling.

Instrumen pengumpulan data menggunakan Barrow Motor Ability buat memperoleh data kemampuan motorik, akibat tes kemampuan motorik tersebut digunakan buat mengelompokkan sampel menggunakan kemampuan motorik tinggi dan sampel menggunakan kemampuan motorik rendah. Dikutip dari (Samsuddin Siregar, 2008) AAHPER Volley Skill Test Manual (Strand and Wilson, 1969:136-139) buat memperoleh data keterampilan teknik dasar servis bawah. dalam penelitian ini teknik analisis data yang dipergunakan buat menguji hipotesis menggunakan menggunakan teknik Analisis Varians (ANAVA).

**Tabel 1. Rancangan Penelitian Faktorial 2 x 1**

Variabel Manipulatif	Resiprokal ( A <sub>1</sub> )
Kemampuan Gerak Tinggi ( B <sub>1</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub> (10)
Kemampuan Gerak Rendah ( B <sub>2</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> (10)
Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bolavoli	

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Uji normalitas dilakukan dengan teknik uji Liliefors. Penerimaan atau penolakan  $H_0$  berdasarkan pada perbandingan harga  $L_{hitung} < (L_0) <$  dengan  $L_{tabel} (L_t)$  pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Uji normalitas dilakukan pada data yang diperoleh dari kelompok perlakuan, hasil pengujiannya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 2. Uji Normalitas Gaya Resiprokal dan Kelompok Kontrol**

No	Variabel	n	$L_{hitung}$	$L_{tabel}$ $\alpha = 0,05$	Kesimpulan
1.	A1B1	16	0,115	0,213	Normal
2.	A1B2	16	0,120	0,213	Normal

Dari hasil uji normalitas data di atas menunjukkan bahwa  $L_{hitung}$  di bawah batas penolakan yang telah ditentukan, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa distribusi data yang diperoleh adalah berdistribusi normal.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik Analisis Varians. Dari hasil perhitungan dengan tabel ANAVA diperoleh bahwa  $F_{hitung} = 5,03$  dan  $F_{tabel} = 4,20$  pada taraf signifikan 0,05. Hal ini berarti  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , menunjukkan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Dengan demikian terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok A1B1 dengan A1B2 terhadap keterampilan teknik dasar servis bawah bola voli. Untuk keperluan analisis varians, data yang diperlukan dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 3. Deskripsi Data Hasil Penelitian**

Variabel	Kemampuan Gerak (B)	
	Tinggi (B1)	Rendah (B2)
Resiprokal (A1)	n = 8	n = 8
	$\bar{x} = 54,5$	$\bar{x} = 46,88$
	$\sum x = 436$	$\sum x = 375$
	$\sum x^2 = 23780$	$\sum x^2 = 17607$

Berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa hasil rata-rata kelompok A1B1 (54,50), lebih tinggi secara signifikan dari kelompok A1B2 (46,88).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata yang akan terjadi belajar keterampilan teknik dasar bermain bola voli peserta didik yang mempunyai kemampuan gerak tinggi (54,50) lebih tinggi berasal akibat belajar keterampilan teknik dasar bermain bola voli peserta didik yang mempunyai kemampuan gerak rendah (46,88). Melalui metode resiprokal, peserta didik tak merasa terbebani atau dipaksa dalam mempelajari gerakan, sebab menggunakan gaya resiprokal mereka diberikan kebebasan untuk melakukan suatu gerakan ataupun keterampilan dengan kemampuan yang mereka miliki serta peserta didik lebih tertarik dalam menelaah suatu keterampilan ataupun gerakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. siswa diberikan pilihan-pilihan untuk mengulangi keterampilan sesuai menggunakan pilihan dan hasrat mereka sendiri dengan kata lain mereka bisa bereksplorasi gerakan yang diinginkan oleh mereka

sendiri.

Jadi intinya pembelajaran yang diberikan dengan gaya mengajar resiprokal diyakini keunggulannya dalam mempertinggi hasil belajar keterampilan teknik dasar bermain bola voli. Untuk peserta didik yang memperoleh pembelajaran menggunakan gaya resiprokal, mencicipi adanya kebebasan dalam melakukan suatu gerakan serta mengulanginya tanpa adanya keterpaksaan berasal guru buat melakukannya. menggunakan istilah lain siswa yang diajarkan dengan gaya resiprokal ini tidak menyadari bahwa peserta didik sudah diberikan agama buat melakukan gerakan sinkron dengan kebutuhan dirinya, dan dia akan menemukan sendiri kesulitan-kesulitan yang nantinya akan dicari pemecahannya lewat berdiskusi dengan guru. tidak seperti selama ini dimana peserta didik untuk melakukan suatu gerakan-gerakan secara bagian-bagian melalui instruksi berasal pengajar, menggunakan kata lain peserta didik sebagai pasif serta hanya menunggu perintah dari pengajar.

Belajar salah satunya ditentukan oleh taraf kemampuan gerak yang dimiliki oleh masing-masing siswa. Bagi siswa yang memiliki tingkat kemampuan gerak tinggi, berarti peserta didik tadi mempunyai potensi untuk dapat melakukan gerakan dengan akibat yang lebih baik bila dibandingkan dengan siswa yang mempunyai kemampuan gerak rendah, sehingga diperlukan akibat belajar siswa yang mempunyai kemampuan gerak tinggi akan lebih baik dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki kemampuan gerak rendah. hal ini terbukti secara empiris pada lapangan bahwa akibat belajar keterampilan teknik dasar bermain bola voli siswa yang mempunyai kemampuan gerak tinggi lebih tinggi yang akan terjadi belajar keterampilan teknik dasar bermain bola voli peserta didik yang mempunyai kemampuan gerak rendah.

## KESIMPULAN

Sesuai hasil penelitian serta pembahasan, maka penelitian ini menginformasikan bahwa metode mengajar resiprokal menyampaikan imbas yang signifikan terhadap pembelajaran keterampilan teknik dasar servis bawah bola voli bagi siswa yang mempunyai kemampuan gerak tinggi, sedangkan bagi siswa yang mempunyai kemampuan gerak rendah maka perlu diberikan metode mengajar yang lain yang tidak sinkron.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ichsan, M., Ag, M., UIN Ar-Raniry Banda Aceh, D., Kunci, K., & Pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh, D. (2016). PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN ILMU MENGAJAR. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 60–76. <https://doi.org/10.22373/je.v2i1.691>
- Metode, M., & Resiprokal, M. (2016). *PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS VII SMP NEGERI 35 JAKARTA DALAM PEMBELAJARAN PASSING SEPAK BOLA MELALUI METODE MENGAJAR RESIPROKAL*.
- Samsuddin Siregar. (2008). *Perbedaan pengaruh metode mengajar dan kemampuan gerak terhadap keterampilan teknik dasar bermain bolavoli*. 58. <https://core.ac.uk/download/pdf/16506878.pdf>
- Sholeh, M. (2020). PENERAPAN GAYA MENGAJAR BERDASAR JENIS KELAMIN TERHADAP GERAK LOMPAT KATAK PADA MAHASISWA SEMESTER 1 PKO FKIP UTP SURAKARTA. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 20(1), 91–98. <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/1419>
- Suganda, M. A., & Suharjana, S. (2013). PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN BOLAVOLI PADA SISWA SEKOLAH DASAR KELAS ATAS. *Jurnal Keolahraagaan*, 1(2), 156–165. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i2.2571>
- WIDAYATI, A. (2004). METODE MENGAJAR SEBAGAI STRATEGI DALAM MENCAPAI TUJUAN BELAJAR MENGAJAR. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 3(1). <https://doi.org/10.21831/JPAI.V3I1.836>