

BAB V

PENUTUP

1.1 Simpulan

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut :

- a) Terdapat peningkatan keterampilan Blok yang dimiliki siswa. Hal ini berdasarkan hasil analisis data pada Observasi Awal rata-rata keterampilan siswa dalam melakukan passing 52.78% kemudian pada siklus II menjadi 81.04% terjadi peningkatan 28.26 %.
- b) Berdasarkan hasil capaian pelaksanaan penelitian tindakan kelas dengan judul Peran Metode Discovery Learning Dalam Meningkatkan Hasil belajar Blok Pada Permainan Bola voli SMP Negeri 1 Tapa, dengan hasil capaian 28.26 %, maka penelitian ini mengalami peningkatan yang signifikan.

1.2 Saran

1. Setiap guru hendaknya melaksanakan penelitian tindakan kelas, sebagai upaya meningkatkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran di kelasnya, sehingga mencapai tujuan dan mutu pendidikan dapat terwujud dan tercapai.
2. Untuk kegiatan penelitian tindakan kelas kiranya pihak yang terkait dapat memberikan perhatian dan dukungan kepada guru yang hendak melaksanakannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Cindar Bumi, Alamsyah, Midianingsih, Gajar Nugraha, Hidayat, 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.
- Dian, N., M.E. Winarno, dan Sulistyorini. 2014.** *Pengembangan Pembelajaran Teknik Dasar Service*. Jurnal Olahraga Pendidikan 1 (1), Hal: 81-87.
- Djaali dan Muljono, P. 2004.** *Pengukuran dalam Bidang Pendidikan*. Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
- Hasyim, Faiz. 2010.** *Pengaruh Penggunaan Metode Discovery Inquiry Terhadap Kemampuan Kognitif Fisika Siswa Di SMA Ditinjau Dari Kreativitas Belajar Fisika Siswa*. Skripsi. FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Listiyanto, A.T. 2013.** *Sumbangan Motivasi Dan Kondisi Fisik Siswa Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Putra Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di SMA Nu Al Ma'ruf Kudus Tahun 2013*. Skripsi. Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Mahadi, Abdul Karim. 2010.** *Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Block dalam Permainan Bola Voli Mini Melalui Metode Latihan Terbimbing Siswa Kelas V SDN 3 Suwawa Selatan*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Keolahragaan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo.
- Mashar, M.A., dan Dwinarhayu. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Raharjo, 2010.** Hubungan Unsur-unsur Kesegaran jasmani Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli Pada Peserta Ekstrakurikuler siswa putra Smp Negeri 01 Polokarto Sukoharjo
- Rahmat. 2015.** *Meningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Tutor Sebaya*. Skripsi. Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo.
- Rahman, R., dan Maarif, S. 2014.** *Pengaruh Penggunaan Metode Discovery Terhadap Kemampuan Analogi Matematis Siswa Smk Al-Ikhsan Pamarican Kabupaten Ciamis Jawa Barat*. Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung 3 (1), Hal: 33-58.
- Rianto, Slamet, dan Yuherdi. 2010.** *Hubungan Kelenturan Otot Punggung Dengan Akurasi Smash Pada Tim Bola Voli Putra Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Riau*.

Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.

- Sabri, Ahmad. 2007.** *Strategi Belajar Mengajar Micro Teaching*. Ciputat. Quantum Teaching.
- Sarjana dan Sunarto, 2010.** *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat perbukuan Depdiknas.
- Syaputra, J. 2013.** *Penerapan Metode Pembelajaran Kooperatif Student Teams Achievement Divisions (STAD) Untuk Meningkatkan Kemampuan Teknik Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli*. Skripsi. FKIP Universitas Bengkulu.
- Yustagina, Yosi. 2013.** *Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Variasi Latihan Bagi Siswa Kelas VII SMP N XII Batang Merangin Kerinci*. Artikel Ilmiah. FKIP Universitas Jambi.
- Wahyuni, Sutarman, dan Pramono. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Wisahati, A.S., dan Santosa, T. 2010.** *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

1. **NAMA SEKOLAH** : SMP Negeri 1 Tapa
2. **KELAS / SEMESTER** : VII / Ganjil
3. **MATA PELAJARAN** : PENJASKES
4. **MATERI POKOK** : Permainan Bola Voli (blok)
5. **ALOKASI WAKTU** : 3X 45 MENIT (1 x pertemuan)

6. KOMPETENSI INTI

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsive dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, procedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan procedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah.

7. TUJUAN PEMBELAJARAN :

Setelah proses pembelajaran berlangsung peserta didik di harapkan :

- a. Dapat melakukan gerakan blok dengan berbagai variasi dan kombinasi yang dilakukan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik.
- b. Dapat melakukan permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menggunakan teknik dasar blok dengan baik dan benar.

8. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuan nya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 3.1 Menganalisis kesalahan-kesalahan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.

9. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

1. Melakukan gerakan blok dengan berbagai variasi dan kombinasi yang dilakukan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik.

2. Melakukan permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menggunakan teknik dasar blok dengan baik dan benar.

10. MATERI PEMBELAJARAN :

- a. Bola voli
Permainan bola voli menurut sejarahnya di ciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 Bola voli adalah olahraga permainan bola besar yang di mainkan oleh dua regu berlawanan dengan jumlah pemainnya tiap regu berjumlah 6 orang .
- b. Teknik permainan bola voli (blok)
1. Teknik dasar blok dengan berbagai variasi dan kombinasi yang dilakukan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik
 2. Dapat meragakan gerakan blok yang terdiri dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir dengan berbagai variasi dan kombinasi yang dilakukan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik.
 3. Teknik bermain bola voli dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menggunakan teknik blok yang dilakukan dalam bentuk kelompok.

11. METODE PEMBELAJAN

- a. Metode pembelajaran: Discovery Learning.

12. MEDIA DAN SUMBER BELAJAR

- a. Lapangan
- b. Net
- c. Pluit
- d. Bola voli
- e. Sumber: buku penjaskes SMP kelas VII kemendikbud

13. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Rincian	Waktu
Kegiatan Awal	<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan kebersihan area lapangan bola voli. • Membuka pelajaran diawali dengan berbaris, berdoa bersama dilanjutkan dengan mengabsen • Apersepsi : Mengingatn kembali materi tentang teknik dasar permainan bola voli (blok). • Motivasi : dapat melakukan teknik dasar blok • Masalah :Apakah siswa dapat melakukan teknik dasar blok dengan baik dan benar • Prasarat pengetahuan : teknik melakukan blok. • Informasi tujuan pembelajaran 	15Menit
KegiatanInti	<p>Bolavoli</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membagi siswa dalam bentuk kelompok yang beranggotakan 5 – 6 orang dalam setiap kelompok. • Guru menyajikan pembelajaran tehnik dasar blok dalam permainan bola voli serta memberikan contoh gerakan. • Siswa melakukan gerakan blok dengan berbagai variasi dan kombinasi yang dilakukan dalam bentuk kelompok dengan koordinasi yang baik 	90Menit

Kunci : b

3. Posisi badan disaat memainkan bola adalah
- Berdiri tegak dan kedua kaki diulurkan keatas
 - Jongkok
 - Berdiri dengan kedua kaki ditekuk dan dibuka selebar bahu badan condong kedepan
 - Badan membungkuk
 - Berdiri biasa

Kunci : c

14. PENILAIAN

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Keterampilan

No	Aspek yang dinilai	Skor				Ket
		4	3	2	1	
1	Sikapawal a) Berdiri setengah jongkok b) Kedua tangan di angkat keatas c) Telapak tangan terbuka menghadap kedaerah permainan lawan d) jari-jari tangan sedikit berkembang					
2	Pelaksanaan a) Meloncat keatas dekat net b) Menempatkan posisi kedua telapak tangan menghadap bola yang akan di smes lawan c) Pastikan kedua tangan lurus dan bertenaga					
3	Sikapakhir a) Kedua kaki mendarat di tanah b) Lutut sedikit ditekuk c) Gerakan kaki mengeper saat mendarat					

Keterangan :

Nilai 4 jika semua gerakan di lakukan, nilai 3 jika salah satu gerakan tidak dilakukan, nilai 2 jika hanya dua gerakan dilakukan, nilai 1 jika hanya salah satu gerakan dilakukan.

Kisaran Skor : 10 – 100

Nilai : $\frac{\text{jumlah skor}}{100} \times 100\% = \dots$

➤ **Kriteria Nilai :**

A = 80-100: sngat Baik

B =70 - 79 : Baik

C =60- 69 : Cukup

D =45 - 59 : Kurang

E = 0 – 44 :Sangat Kurang

b. Sikap

No	Nama	Aspek yang di nilai			Jumlah skor	Nilai
		Disiplin	Kerja Sama	Menghargai Teman		
1						
2						

KisaranSkor : 10 – 100

Nilai : $\frac{\text{jumlahskor}}{100} \times 100\% = \dots$

➤ **Kriteria Nilai :**

A = 80-100: sngat Baik

B =70 - 79 : Baik

C =60- 69 : Cukup

D =45 - 59 : Kurang

E = 0 – 44 :Sangat Kurang

Lampiran

DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pada Saat Berdoa Sebelum Melakukan Pemanasan



Gambar 2. Pada Saat Melakukan Pemanasan Dan Dilihat Langsung Oleh Guru Mitra



Gambar 3. Pada saat Peneliti Menjelaskan Teknik dasar blok



Gambar 4. Pada Saat Siswa putrid Melakukan Teknik dasar blok



Gambar 5. Pada Saat Siswa Putra Melakukan Teknik Dasar blok



Gambar 6. Pada saat Siswa Berpasangan Melakukan Blok



Gambar 7. Pada Saat Siswa Berpasangan Melakukan Blok