



JURNAL MAENPO

Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

@jurnalmaenpo @jurnalmaenpo p-ISSN: 2089-2314 e-ISSN: 2721-7175
jurnalmaenpo@unsur.ac.id https://jurnal.unsur.ac.id/maenpo
Jl. Pasirgede Raya, Bojongherang, Kec. Cianjur, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat 43216



HOME ABOUT USER HOME SEARCH CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS

TEMPLATE



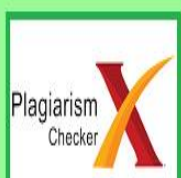
ONLINE SUBMISSION



CONTACT



REFERENCE MANAGEMENT TOOLS :



Home > Vol 10, No 2 (2020)

Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi which is published online and this Journal is published **2 times / year** in the period **January-June** and **July-December**, p-ISSN (2089-2314), e-ISSN (2721-7175) is published by Suryakencana Cianjur University is managed by the Physical and Health Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education on human science including responses to sports equipment and training facilities, selection and recruitment of athletes, analysis or modification and stress reduction.

Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi in collaboration with Asosiasi Program Studi Keolahragaan Indonesia (**APSKORI**). To be considered for publication, the manuscript must be original and relevant to the topics mentioned before. Based on conceptual analysis that integrates key ideas and issues of sports and educational practice. Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi is expected to increase competitiveness in scientific publications based on the perspective of renewable theory in Indonesia. However, the number of readers for this Journal includes academics to practitioners from various disciplines and interesting topics.

The Scope of the Journal is :

1. Physical Education,
2. Philosophy and Sports History,
3. Sport Pedagogy,
4. Sport Sociology,
5. Sport Pshycology,
6. Sport Recreation,
7. Sport Healthcare,
8. Sport Science,
9. Sport Management,
10. Character Development.

The manuscript must be **original research**, written in **Indonesia or English** (Editors prioritize articles in English), and not be simultaneously submitted to **another journal or conference**.

Please read this guide carefully. Every text sent to the journal editorial office must follow the writing guidelines. If the manuscript does not meet the guidelines of the author or any manuscript written in a different format, the article will be **REFUSED** before further review. Only manuscripts submitted that meet the journal format will be further processed.

Additional Content :

OAI Address:

Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi has an OAI address:
<https://jurnal.unsur.ac.id/maenpo/oai>

email: jurnalmaenpo@unsur.ac.id

Alamat :

Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Suryakencana, Jl. Pasirgede Raya, Bojongherang, Kec. Cianjur, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat 43216

EDITORIAL TEAM

REVIEWERS

FOCUS AND SCOPE

PUBLICATION ETHICS

PEER REVIEWER PROSES

AUTHOR GUIDELINES

PUBLISHING SYSTEM

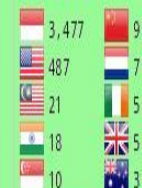
JOURNAL HISTORY

VISITOR STATISTIC

00004621

FLAG STARISTIC

Visitors



FLAG counter



p-ISSN: 2089-2314

e-ISSN: 2721-7175

APSKORI

JURNAL MAENPO

Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Vol 10, No 2 Edisi Desember 2020

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
UNIVERSITAS SURYAKANCANA

<https://jurnal.unsur.ac.id/maenpo>

JURNAL MAENPO

Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

[f @jurnalmaenpo](#) [@jurnalmaenpo](#) p-ISSN: 2089-2314 e-ISSN

jurnalmaenpo@unsur.ac.id <https://jurnal.unsur.ac.id/maenpo>
Jl. Pasirgede Raya, Bojongherang, Kec. Cianjur, Kabupaten Cianjur, Jawa B

[HOME](#)

[ABOUT](#)

[USER HOME](#)

[SEARCH](#)

[CURRENT](#)

[ARCHIVES](#)

[ANNOUNC](#)

[Home](#) > [About the Journal](#) > [Editorial Team](#)

Editorial Team

Editor In Chief

[Muhamad Syamsul Taufik](#), Sinta ID : 6691676, Universitas Suryakencana, Indonesia

Associate Editors

[Ervan Kastrena](#), Scopus ID :57213164791, Universitas Suryakencana, Indonesia

[Adi Rahadian](#), Sinta ID: 5982873, Universitas Suryakencana, Indonesia

Editorial Board Members

[Hasyim](#), SINTA ID : 6181856, Universitas Negeri Makasar, Indonesia

[Goesti Sabda Laksana](#), SINTA ID 6011352, Universitas Suryakencana

[silvy juditya](#), SCOPUS ID : 57214130007, STKIP CIMAHI

[Ihsan Abdul Fatah](#), SINTA ID: 6019214, Universitas Suryakencana

[Dena widyawan](#), SCOPUS ID : 57216409144, Stkip Situ Banten

[Ega Trisna Rahayu](#), SINTA ID :597641, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

[Asep Ramdan Afriyuandi](#), SINTA ID : 6002566, Universitas Suryakencana

[Mochmad Guntur Gaos](#), SINTA ID : 6692451, Universitas Suryakencana

[Andi Kurniawan Pratama](#), SINTA ID: 6002602, Universitas Suryakencana

[Mr. Firdaus Hendry Prabowo Yudho](#), SINTA ID :134527, Universitas Suryakencana, Indonesia

[Mela Aryani](#), SINTA ID : 6694335, Universitas Suryakencana

Vol 10, No 2 (2020)

VOLUME 10 NOMOR 2 TAHUN 2020

DOI: <https://doi.org/10.35194/jm.v10i2>

Table of Contents

Articles

Hubungan Prosentase Lemak dan Berat Badan Dengan Agility Klub Pencak Silat Nusantara DKI Jakarta Usia 11-18 Tahun Widiastuti W, Hendro Wardoyo, Hernawan H, Sri Nuraini	PDF 57-63
Tingkat Kesadaran Diri Terhadap Kesehatan Mental Untuk Atlet Muay Thai (UKM) Universitas Suryakencana Eneng Fitri Amalia	PDF 64-71
Pengaruh Gaya Mengajar dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Bayu Thomi Rizal, Kasriman Kasriman	PDF 72-83
Pengaruh Teknik Shooting Instep Drive Terhadap Hasil Shooting Pada Tim Sepakbola U-16 Sman 1 Jelimpo Kabupaten Landak. Ella Anugrarista, Aris man	PDF 84-94
Program Evaluation Of Coaching Class Performance Specific Sports In SMA N 1 Sukabumi Yusep Permana	PDF 95-102
Peningkatan Kualitas Pelatih Cabang Olahraga Sepakbola Di Kabupaten Ogan Ilir Melalui Workshop Reza Resah Pratama, Sukirno Sukirno, Meirizal Usra	PDF 103-108
Workshop Efektivitas Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19 di Prodi IKOR Ahmad Hamidi	PDF 109-118
Kontribusi Kebugaran Jasmani dan Tingkat Intelegensi Dengan Tingkat Penguasaan Keterampilan Gerak Seni Padungdung Dalam Olahraga Bela Diri Pencak Silat Goesti Sabda Laksana, Dede Sumirat	PDF 119-129

PENGARUH GAYA MENGAJAR DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN SMASH BOLA VOLI

Bayu Thomi Rizal¹, Kasriman²

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

bayuthomirizal@gmail.com¹ kasrimanm@yahoo.com²

Info Artikel	Abstrak
<p><i>Sejarah Artikel:</i> Diterima Maret Disetujui April Dipublikasikan Juni</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari gaya mengajar resiprokal, latihan, dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan smash bola voli. Studi eksperimen pada mahasiswa pendidikan olahraga Universitas Jambi angkata 2016, penelitian ini menggunakan treatment by level 2x2. Data yang diperoleh dianalisis dengan anava dua jalur dan dilanjutkan dengan uji <i>Tuckey</i> pada tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Secara keseluruhan keterampilan <i>smash</i> bola voli kelompok mahasiswa yang mengikuti pembelajaran <i>resiprokal</i> lebih baik dibandingkan mahasiswa yang mengikuti pembelajaran <i>latihan</i>, (2) Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan <i>smash</i> bola voli, (3) Pada koordinasi mata tangan tinggi, hasil keterampilan <i>smash</i> bola voli kelompok gaya mengajar <i>resiprokal</i> lebih baik dari pada kelompok gaya mengajar <i>latihan</i>, (4) Pada koordinasi mata tangan rendah, hasil keterampilan <i>smash</i> bola voli kelompok gaya megajar <i>resiprokal</i> lebih rendah dari pada kelompok gaya mengajar <i>latihan</i>.</p>
<p><i>Kata Kunci :</i> <i>Resiprokal, Latihan, Koordinasi Mata Tangan, Smash Bolavoli</i> Keyword : <i>Reciprocal, Practice, Eye Coordination, Smash Volleyball.</i></p>	<p>Abstrack</p> <p><i>The purpose of this study was to determine the effect of reciprocal The purpose of this study was to determine the effect of reciprocal teaching style, exercises, and hand eye coordination on volleyball smash skills. Experimental study on the sports education students of University of Jambi 2016, this study using treatment by level 2x2. The data obtained were analyzed by two-track anova and continued with Tuckey test at significance level $\alpha = 0.05$. The result of data analysis showed that: (1) Overall the volleyball smash skill of the student group that follows the reciprocal learning is better than the students who follow the learning exercises, (2) there is interaction between the teaching style and hand eye coordination to the volleyball smash skills, (3)) In high-eye coordination, the result of smile-style volleyball skills of the reciprocal teaching style group is better than in the teaching-style teaching group, (4)</i></p>

In low-eye coordination, the smoothie smash skills of the caloric group style reciprocal is lower than the teaching style group exercise.

© 2020 Universitas Suryakencana

e-ISSN : 2721-7175(online)

p-ISSN : 2089-2341 (cetak)

PENDAHULUAN

Kedudukan pendidikan jasmani merupakan salah satu kelompok mata pelajaran yang lebih menekankan kepada peningkatan fisik, sportivitas, disiplin, kerjasama, dan kesadaran hidup sehat. “Ditempatkan sebagai mata pelajaran yang mampu membentuk peserta didik menjadi cakap dalam kehidupan, yang didalamnya mencakup kecakapan pribadi, kecakapan sosial, kecakapan akademik, dan kecakapan vokasional” Yudiana, (2015). Menurut Kemenegpora Republik Indonesia Undang-undang, (2005:14) pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru atau dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang memadai. Kompetensi lainnya juga dikatakan oleh Achmad Sofyan Hanif, (2015:1) “Pembinaan prestasi dalam olahraga, terus menerus dilakukan baik oleh pemerintah maupun oleh organisasi olahraga lainnya. Kompetensi guru juga harus memadai untuk pembelajaran, Darmawati, D., Rahayu, T., & Rc, (2017) “Leadership

guru sangat penting dalam proses pembelajaran, karena dengan Leadership yang baik anak akan mencapai arah tujuan pembelajaran”. Hal ini juga dikatakan oleh beberapa peneliti lainnya, Munasih & Siti, (2016) “Proses pembelajaran yang efektif diciptakan agar prestasi belajar yang dicapai siswa lebih optimal, maka diperlukan usaha dari guru untuk memotivasi seluruh siswa untuk belajar dan saling membantu satu sama lain, menyusun kegiatan kelas sedemikian rupa sehingga siswa dapat memahami ide, konsep, dan keterampilan yang diberikan”. Pelaksanaan pendidikan jasmani juga sebaiknya dilakukan dengan senang dan gembira, “Penekanan utama dari pembelajaran pendidikan jasmani adalah bagaimana membuat siswa senang dan gembira dalam melakukan aktifitas gerak sehingga tingkat keterlibatan dan intensitas gerak pada anak dapat dioptimalkan”, Nur Haikal, (2017:2). Universitas Jambi memiliki tanggung jawab atas pembinaan olahraga pendidikan di lingkungan kampusnya. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi (FIK UNJA) merupakan lembaga pendidikan



olahraga yang memberikan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kepada mahasiswa. Dalam kurikulum Jurusan PJKR, mata kuliah bola voli merupakan salah satu matakuliah praktik yang menjadi bagian dari wajah Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Nuril Ahmadi, (2007:20) mengatakan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dikalangan masyarakat Indonesia dari kalangan bawah hingga atas olahraga. Bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang, sebab dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli". "Menganalisis proses belajar mengajar pada intinya tertumpu pada suatu persoalan, yaitu bagaimana guru memberi kemungkinan peserta didik agar terjadi proses belajar yang efektif atau dapat mencapai hasil sesuai dengan tujuan, Febrianta & Sukoco, (2013).

Teknik dasar permainan bola voli merupakan prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna. Teknik dasar yang terdapat dalam permainan bolavoli terdiri atas

servis, passing bawah dan *passing* atas, *block*, dan *smash*. Teknik dasar pada permainan bola voli sangat berpengaruh terhadap keterampilan bermain seorang pemainnya hal ini terbukti dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya Saptono et al., (2013), Kurniawan & Ramadan, (2016), Suherman, (2016), Hadiyatullah Akbari, (2013), dan Sabaruddin Yunis Bangun, (2017).

Teknik-teknik dasar yang terdapat dalam permainan bola voli sangat mempengaruhi keterampilan seseorang dalam permainan bola voli, khususnya *smash* yang sering diandalkan pada saat menciptakan point untuk timnya. Hal ini juga dibuktikan dalam penelitian Hidir Firdaus & Taufiq Hidayat, (2014), Pranopik, (2017), Misbah Alsah, Alfian Rinaldy, (2016), Yudiana, (2015), dan Ade Padillah & Yunyun Yudiana, (2018).

Mosston, (1981:449) Upaya meningkatkan kemampuan teknik dasar bola voli bagi mahasiswa pemula dibutuhkan cara mengajar yang tepat. Seorang guru atau dosen dituntut memiliki kreativitas dalam mengajar teknik dasar bola voli, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Seorang guru atau dosen harus mampu menerapkan gaya pembelajaran yang tepat. Menurut Mosston ada beberapa gaya mengajar yang biasa dilakukan, sebagai berikut: "a) *Command Style*, b)



Practice Style, c) Reciprocal Style, d) SelfCheck Style, e) Inclusion Style, f) Guided-Discovery Style, g) Divergent Style, dan h) Individual Program-Learner's Design”.

Seperti yang dikemukakan oleh Ega Trisna Rahayu, (2013:2) ”Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pembelajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pembelajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pembelajaran”.

Untuk mewujudkan harapan tersebut dibutuhkan adanya peningkatan kualitas dan produktifitas terhadap berbagai aspek dengan pesatnya perkembangan bola voli maka tuntutan terhadap suatu permainan yang bermutu sangat diperlukan sekali, dalam cabang olahraga bola voli untuk meningkatkan keterampilan *smash* khususnya pada mahasiswa FIK UNJA. Pembelajaran bola voli telah berjalan sesuai dengan satuan acuan perkuliahan, akan tetapi

proses pembelajaran tersebut belum menemukan gaya mengajar yang tepat, hal ini terlihat pada waktu diberikan materi perkuliahan, mahasiswa belum baik dalam melakukan teknik dasar *smash*. dan diperkuat dengan hasil perkuliahan di tahun yang lalu, yang mana masih banyak mahasiswa yang belum baik memperoleh nilai teknik dasar *smash* pada saat tes ujian semester.

Masalah utama dalam proses perkuliahan tersebut adalah dalam memilih gaya mengajar yang tepat untuk proses pembelajaran. Hal tersebut akan berimplikasi terhadap kurangnya kualitas hasil pembelajaran, selain itu untuk mencapai keterampilan *smash* bola voli yang baik, Dosen juga harus memiliki dan menerapkan gaya mengajar yang tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan, baik penyampaian materi ataupun praktek lapangan yang tepat dan menarik, sehingga tercapai hasil pembelajaran yang optimal.

Untuk mendapatkan kualitas keterampilan *smash* yang baik dan benar perlu adanya upaya pembelajaran secara kontinyu dengan memanfaatkan gaya mengajar yang tepat. Peningkatan keterampilan bermain bola voli secara optimal khususnya *smash*, dibutuhkan gaya mengajar yang sesuai dengan kondisi mahasiswa. Dari setiap ujian akhir semester di tahun yang lalu masih



banyak yang melakukan kesalahan dalam melakukan *smash*, sehingga akan mudah dikalahkan oleh lawan. Hal ini menyebabkan mahasiswa nantinya akan sulit mengaplikasikannya di dunia pekerjaan ataupun di masyarakat.

Untuk mencapai keterampilan *smash* bola voli yang baik, seorang dosen/guru harus teliti dalam memilih gaya mengajar yang tepat untuk proses pembelajaran, sehingga pada saat proses perkuliahan nantinya mahasiswa FIK UNJA umumnya dan yang sedang mengikuti perkuliahan khususnya akan mendapatkan hasil yang optimal dan bisa mengaplikasikannya dengan baik di dunia pekerjaan ataupun di masyarakat nantinya.

METODE

James Tangkudung, (2016:203) mengatakan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan salah satu bentuk penelitian kuantitatif komparatif. Sebagaimana dikemukakan juga oleh Sugiyono, (2010:142) bahwa, dalam penelitian ini ada perlakuan (*Treatment*), dengan demikian metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.

Dalam penelitian ini terdapat 3 variabel, yaitu: a) Variabel terikat yaitu: keterampilan *smash* bola voli (Y), b) variabel bebas yaitu gaya mengajar resiprokal (A₁) dan gaya mengajar latihan (A₂), dan c) variabel moderator yaitu koordinasi mata tangan tinggi (B₁) dan koordinasi mata tangan rendah (B₂). Desain penelitian ini menggunakan rancangan treatment by level 2 x 2. Rancangan treatment adalah unit-unit eksperimen ke dalam sel sedemikian rupa secara acak, sehingga unit-unit eksperimen dalam setiap sel relatif bersifat homogen.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan UNJA, sedangkan populasi terjangkaunya ditetapkan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan semester 2 (angkatan 2016) yang berjumlah 152 orang, dan pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara *total sampling* yaitu seluruh populasi terjangkau di jadikan sampel sebanyak 152 orang. Kemudian sampel di rangking dari tertinggi sampai terendah menggunakan teori Verducci, (1980) “27% batas atas untuk yang mewakili kelompok skor tinggi dan 27 % batas bawah untuk yang mewakili kelompok skor rendah” (27% x 152 = 40 tinggi), dan (27% x 152 = 40 rendah) menggunakan tes koordinasi mata tangan, kemudian dibagi menjadi 4 kelompok perlakuan.



Supaya hasil penelitian ini benar-benar menunjukkan sebagai akibat perlakuan yang diberikan, maka perlu dilakukan pengontrolan terhadap variabel luar yang mempengaruhi keterampilan smash bola voli. Menurut Widiastuti, (2011:9) Validitas adalah aspek kecermatan pengukuran suatu alat ukur yang valid, tidak sekedar mampu mengungkapkan data dengan tepat akan tetapi juga harus memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut.

Perlakuan dalam penelitian ini adalah menggunakan gaya mengajar sebagai variabel bebas yaitu gaya mengajar *resiprokal* dan gaya mengajar latihan, serta koordinasi mata tangan sebagai variabel bebas moderator.

Tabel 1 . Rancangan Perlakuan

Perlakuan Pertemuan	Gaya Mengajar Resiprokal	Gaya Mengajar Latihan
0	Tes Koordinasi Mata Tangan	Tes Koordinasi Mata Tangan
0	Perkenalan, penjelasan umum, dan peraturan metode mengajar	Perkenalan, penjelasan umum, dan peraturan metode mengajar
0	Pengenalan gerakan teknik dasar bola voli	Pengenalan gerakan teknik dasar bola voli
1	Praktik dasar-dasar metode mengajar	Praktik dasar-dasar metode mengajar

2-17	Latihan sebenarnya	Latihan sebenarnya
18	Tes akhir	Tes Akhir

Instrumen penelitian yang digunakan untuk memperoleh data tentang keterampilan *smash* bola voli adalah tes yang peneliti buat sendiri namun diujikan validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yaitu menggunakan analisis variansi (ANOVA) dua jalur, kemudian dilanjutkan dengan Uji Tukey. Sebelumnya harus menguji dulu persyaratan analisis yakni uji normalitas dan uji homogenitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Secara keseluruhan keterampilan smash bola voli melalui gaya mengajar resiprokal (A1) lebih baik dari pada gaya mengajar latihan (A2)

Keterampilan smash bola voli merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dan harus dimiliki dan dipelajari pada cabang olahraga bola voli. Untuk itu dibutuhkan beberapa gaya mengajar yang tepat di dalam kegiatan belajar teknik dasar bola voli untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Dalam penelitian ini diterapkan dua bentuk gaya mengajar, yakni gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar latihan, dengan tujuan untuk melihat gaya mengajar mana yang lebih baik dalam meningkatkan



keterampilan smash bola voli pada mahasiswa Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Jambi.

Kedua gaya mengajar ini sama-sama mempunyai tujuan yang baik yaitu meningkatkan keterampilan smash bola voli, selain gaya mengajar, koordinasi mata tangan mahasiswa dalam belajar keterampilan smash bola voli juga sangat menunjang untuk mendapatkan keterampilan smash bola voli yang baik, akan tetapi masing-masing gaya mengajar yang dibicarakan tersebut memiliki perbedaan dari bentuk hasilnya.

Hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa secara keseluruhan perbedaan gaya mengajar *resiprokal* dengan gaya mengajar *latihan* dapat diterima, karena hasil perhitungan menunjukkan bahwa didapat signifikansi sebesar $0,016 < \alpha = 0,05$, Gaya mengajar *resiprokal* ($\bar{X} = 61,18$; $SD = 17,30$) lebih baik dari pada gaya mengajar latihan ($\bar{X} = 56,46$; $SD = 8,71$). Ini berarti hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa secara keseluruhan keterampilan smash bola voli dengan menggunakan gaya mengajar *resiprokal* lebih baik dibanding dengan menggunakan gaya mengajar latihan.

Dengan demikian berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang telah dijelaskan, maka dapat direkomendasikan bahwa gaya

mengajar *resiprokal* lebih tepat dan cocok diterapkan dalam meningkatkan keterampilan smash bola voli dibandingkan dengan gaya mengajar latihan.

2. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dengan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan smash bola voli (AxB)

Hasil analisis varians 2×2 , tentang interaksi antara gaya mengajar dengan koordinasi mata tangan mahasiswa terhadap keterampilan smash bola voli menunjukkan bahwa signifikansi $< \alpha$, sehingga H_0 ditolak, dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat interaksi antara gaya mengajar dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan smash bola voli.

Sebaliknya, gaya mengajar latihan dapat diterapkan bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Hal ini diperkuat oleh hasil uji lanjut yang membedakan antara gaya mengajar *resiprokal* yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan gaya mengajar latihan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi. Dengan kata lain gaya mengajar *resiprokal* lebih baik secara nyata dibandingkan dengan gaya mengajar latihan pada kelompok koordinasi mata tangan tinggi, sehingga gaya mengajar *resiprokal* dan gaya mengajar latihan keduanya sama-



sama memberikan keefektifan terhadap keterampilan smash bola voli.

Hipotesis alternatis (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat interaksi antara gaya mengajar dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan smash bola voli menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < \alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Dapat disimpulkan bahwa bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dalam pembelajaran jika ingin meningkatkan keterampilan smash bola voli hendaknya dapat belajar dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal, sebaliknya bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dalam belajar jika ingin meningkatkan keterampilan smash bola voli dapat menggunakan gaya mengajar latihan.

3. Keterampilan smash bola voli melalui pembelajaran gaya mengajar resiprokal (A1) lebih baik dari pada gaya mengajar latihan (A2) pada mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi (B1)

Kedua gaya mengajar ini mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan keterampilan smash bola voli, tetapi masing-masing memiliki perbedaan dari segi hasilnya. Bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi hal yang demikian justru akan dapat mengembangkan

keterampilan dan kreatifitasnya terhadap pencapaian peningkatan keterampilan dan pencapaian yang maksimal, karena mereka lebih tertarik untuk melakukan yang lebih jauh dan lebih sulit.

Gaya mengajar resiprokal dilaksanakan dengan cara membuat bermacam-macam bentuk permainan yang sesuai dengan tingkatan koordinasi mata tangannya mahasiswa, sesuai dengan arah tujuan pembelajaran, dan permainan yang kreatif yang membuat mahasiswa semangat dalam belajar, yang tujuan intinya untuk meningkatkan atau menguasai teknik dasar yang akan dipelajari dalam bola voli. Sedangkan gaya mengajar latihan dalam pelaksanaannya, dengan bentuk pengulangan latihan berulang kali dengan tujuan untuk meningkatkan atau menguasai teknik dasar smash yang akan dilatih.

Kelompok gaya resiprokal yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi (A_1B_1) dibanding dengan kelompok gaya mengajar latihan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi (A_2B_1), signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000. Dengan demikian signifikansi lebih kecil dari α , sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang mempunyai koordinasi mata tangan tinggi dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal



($X=76,06$; $SD=8,44$) lebih baik dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan ($X=52,78$; $SD=9,01$).

Dengan demikian signifikansi lebih kecil dari α , sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki motivasi tinggi, gaya mengajar dengan cara resiprokal lebih cocok dan tepat diterapkan dalam meningkatkan keterampilan smash bola voli.

4. Keterampilan smash bola voli melalui penerapan gaya mengajar latihan(A2) lebih baik dari pada gaya mengajar resiprokal (A1) pada mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah (B2)

Gaya mengajar ini juga mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan keterampilan smash dalam bola voli, tetapi masing-masing juga memiliki perbedaan dalam segi pelaksanaannya. gaya mengajar resiprokal dilakukan dengan cara memodifikasi dan membuat bentuk-bentuk permainan yang mengarah kepada tujuan keterampilan smash bolavoli. Sedangkan gaya mengajar latihan dalam pelaksanaannya, dengan cara pengulangan latihan dengan tujuan untuk meningkatkan atau menguasai teknik dasar yang akan dipelajari.

Bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, pembelajaran seperti ini merupakan kegiatan yang sangat disenangi, dan kegiatan yang harus dilakukan jika ingin mempunyai teknik dasar yang baik, karena menurutnya latihan tersebut gerakan-gerakannya dilakukan secara berulang-ulang, dimulai dari gerakan yan mudah terlebih dahulu, dan kegiatannya tidak terlalu sulit. Dengan kata lain, belajar dengan penerapan gaya mengajar latihan bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah lebih merangsang timbulnya gairah untuk mencapai tingkat keterampilan yang baik dalam pembelajaran smash bolavoli. Sedangkan belajar dengan penerapan gaya mengajar resiprokal yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, terlihatnya kurang merangsang keterampilan mahasiswa tersebut dan kurang terlihat peningkatan dari pembelajaran keterampilan smash bola voli.

Kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dengan gaya mengajar resiprokal (A_1B_2) dibanding dengan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah dengan gaya mengajar latihan (A_2B_2) diperoleh hasil, signifikansi sebesar 0,000 yang kurang dari α . Artinya data tersebut tidak bisa menerima H_0 atau H_0 ditolak, Berdasarkan hasil perhitungan



pada kelompok mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, didapat nilai rata-rata bahwa mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar latihan ($X= 60,14$; $SD= 7,95$) lebih baik dari pada mahasiswa yang menggunakan gaya mengajar resiprokal ($X= 46,30$; $SD=8,77$).

Signifikansi lebih kecil dari α , sehingga H_0 ditolak, artinya data tersebut tidak bisa menerima H_0 , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan smash bola voli pada kelompok gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar latihan dalam koordinasi mata tangan rendah. Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka bagi mahasiswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, gaya mengajar latihan lebih tepat diterapkan dalam keterampilan smash bola voli.

SIMPULAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yang melibatkan variabel bebas, yaitu gaya mengajar resiprokal dan gaya mengajar latihan, variabel moderat, yaitu koordinasi mata tangan, dan variabel terikatnya adalah keterampilan *smash* bola voli pada mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan yang sedang mengikuti perkuliahan mata kuliah bola voli.

Berdasarkan hasil penelitian, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang diperoleh,

maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Secara keseluruhan keterampilan *smash* bola voli kelompok mahasiswa yang mengikuti pembelajaran resiprokal lebih baik dibandingkan mahasiswa yang mengikuti pembelajaran latihan.
2. Terdapat interaksi antara gaya mengajar dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *smash* bola voli.
3. Pada kelompok mahasiswa dengan koordinasi mata tangan tinggi, hasil keterampilan *smash* bola voli kelompok yang mengikuti pembelajaran dengan gaya resiprokal lebih baik dari pada kelompok yang mengikuti pembelajaran latihan.
4. Pada kelompok mahasiswa dengan koordinasi mata tangan rendah, hasil keterampilan *smash* bola voli kelompok yang mengikuti pembelajaran dengan latihan lebih baik dari pada kelompok yang mengikuti pembelajaran resiprokal.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Sofyan Hanif. (2015). *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw*. PT Raja Grafindo Persada.
- Ade Padillah & Yunyun Yudiana. (2018). The The Effect of Cooperative Learning Model and Peer Teaching Learning Model in Volleyball Games on Social Skills and Volleyball Game Performance. *Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1, 35–39. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10461>



- Darmawati, D., Rahayu, T., & Rc, A. R. (2017). Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMPOgan Komering Ulu Timur Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17359/8770>
- Ega Trisna Rahayu. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Alfabeta.
- Febrianta, Y., & Sukoco, P. (2013). Upaya Peningkatan Pembelajaran Permainan Bolabasket Melalui Metode Pendekatan Taktik Siswa SMPN 2 Pandak Bantul. *Jurnal Keolahragaan*, 1(2), 186–196. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i2.2574>
- Hadiyatullah Akbari. (2013). Pengaruh Latihan Skipping Terhadap Hasil Peningkatan Lompatan Block Pada Permainan Bolavoli. *Artikel e-Journal UNESA*.
- Hidir Firdaus & Taufiq Hidayat. (2014). *Perbandingan Metode Pembelajaran Bagian (Part-Method) dan Metode Pembelajaran Keseluruhan (Whole-Method) Terhadap Kemampuan Siswa Dalam Melakukan Smash Bolavoli*. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive363>
- James Tangkudung. (2016). *Macam-macam Metodologi Penelitian Uraian dan Contoh*. Lensa Media Pustaka Indonesia.
- Kurniawan, K., & Ramadan, G. (2016). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Hasil Smash Pada Ekstrakurikuler Bolavoli. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 1(2), 110. <https://doi.org/10.33222/juara.v1i2.25>
- Misbah Alsah, Alfian Rinaldy, M. J. (2016). Hubungan Power Otot Lengan dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Bola Voli Pada Klub PJVC Punge Juroeng Tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unsyiah Volume 2, Nomor4 :348 – 358 November 2016*, 2(November), 348–358.
- Mosston, M. (1981). *Teaching Physical Education* (A. B. & H. Co (ed.); Ke-2). Charles E. Merrill Publishing.
- Munasih, & Siti. (2016). Meningkatkan Kreatifitas Gerak Dasar Lempar Tangkap Bola Lunak Melalui Pembelajaran Jigsaw. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, 17(1).
- Nur Haikal, M. (2017). Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Status Gizi Siswa (Studi pada siswa kelas bawah SDN Bandung II Nganjuk). *Jurnal*



- Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i2.5659>
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Era Pustaka Utama.
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 31–33. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6495>
- Sabaruddin Yunis Bangun. (2017). Resiprokal Menggunakan Simpai Memperbaiki Belajar Passing Atas Bola Voli. *Journal Of Sport Science And Education (JOSSAE) Vol: 2, No: 1 April , 4*. <https://doi.org/10.26740/JOSSAE.V4N2.P63-68>
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suherman, A. (2016). Pengaruh Penerapan Model Kooperatif Tipe Jigsaw Dan Tgt (Teams Game Tournament) Terhadap Keterampilan Sosial Dan Keterampilan Bermain Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(2), 8.
- Tri Saptono. (2013). Perbedaan Pengaruh Metode Mengajar Reciprocal Dan Self Check Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 9, Nomor 2, November 2013* Volume 9, Nomor 2, November 2013.
- Undang-undang. (2005). *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Kemenpora.
- Verducci, F. M. (1980). *Measurement Concepts in Physical Education*. Mosby Company.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT Bumi Timur Jaya.
- Yudiana, Y. (2015). Implementasi Model Pendekatan Taktik dan Teknik dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli pada Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Kajian Pendidikan*, 5(1), 95–114. <http://www.journals.mindamas.com/index.php/atikan/article/view/9/8>

