

Upaya Meningkatkan Service Bola Voli Melalui Model Pembelajaran *Make a Match* pada Siswa Kelas IX

Betaria Siagian¹, Hartati²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Universitas Sriwijaya

Surel: betariasiagian03@gmail.com¹, hartati@fkip.unsri.ac.id²

Abstract

Volleyball service ability of Grade IX.2 students had not developed optimally because volleyball lessons tended to be serious, leaving students less active. This study aimed to improve service ability through the make a-match learning model. This classroom action research used a descriptive qualitative approach supported by simple quantitative data. The subjects were 31 Grade IX.2 students of SMP Negeri 3 Palembang, studied in Physical Education, Sports, and Health during the first semester of the 2024/2025 academic year. The study ran in two cycles, each consisting of planning, acting, observing, and reflecting, following Kemmis's spiral model. Data were collected using student worksheets, observation sheets, and assessment sheets for cognitive, affective, and psychomotor aspects, then analyzed through data reduction, data presentation, conclusion drawing, and mean calculation. The mean service score increased from 3.80 in Cycle I to 4.70 in Cycle II. The overall mean score rose from 65.16 to 91.22, and the percentage from 45.35 to 96.40. Passing increased the most, from 1.54 to 4.54. Service ability was concluded to have improved, but the findings cannot be generalized because there was no comparison group. Teachers are advised to apply this model with prepared media and movement demonstrations, while future researchers should add a comparison group and retention tests.

Keywords: Service Ability, Volleyball, Make A-Match, Physical Education, Junior High School Students

Abstrak

Kemampuan *service* siswa kelas IX.2 belum berkembang optimal karena pembelajaran bola voli cenderung serius sehingga siswa kurang aktif. Penelitian ini bertujuan meningkatkan kemampuan *service* melalui model pembelajaran *make a-match*. Penelitian tindakan kelas ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang didukung data kuantitatif sederhana. Subjek adalah 31 siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang yang diteliti pada mata pelajaran PJOK semester I tahun pelajaran 2024/2025. Penelitian berlangsung dalam dua siklus, masing-masing terdiri atas perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi mengikuti model spiral Kemmis. Data dikumpulkan melalui lembar kegiatan siswa, lembar observasi, dan lembar penilaian aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, lalu dianalisis dengan reduksi data, paparan data, penarikan kesimpulan, dan rumus rata-rata. Rata-rata skor *service* naik dari 3,80 pada Siklus I menjadi 4,70 pada Siklus II. Rata-rata nilai keseluruhan naik dari 65,16 menjadi 91,22 dan persentase dari 45,35 menjadi 96,40. *Passing* naik paling besar, dari 1,54 menjadi 4,54. Kemampuan *service* disimpulkan meningkat, tetapi belum dapat digeneralisasi karena tidak ada kelompok pembandingan. Guru disarankan menerapkan model ini dengan persiapan media dan demonstrasi gerakan, sedangkan peneliti selanjutnya perlu menambah kelompok pembandingan dan uji retensi.

Kata Kunci: Kemampuan *Service*, Bola Voli, *Make A-Match*, Pendidikan Jasmani, Siswa Sekolah Menengah Pertama

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, baik bagi individu maupun sebagai anggota masyarakat (Paramitha et al., 2021). Pendidikan jasmani menjadi media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara pada pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang (Putri & Sulaiman, 2022). Melalui pendidikan jasmani, siswa memperoleh pengalaman gerak yang menyenangkan, kreatif, inovatif, dan terampil, memiliki kebugaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat, serta memahami gerak manusia. Tinjauan sistematis dan meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah secara signifikan meningkatkan keterampilan gerak dasar anak (Yin et al., 2025). Aktivitas fisik di sekolah juga dikaji kaitannya dengan capaian akademik anak dan remaja (He et al., 2025). Mutu pembelajaran pendidikan jasmani karenanya berkaitan dengan perkembangan belajar siswa secara menyeluruh, tidak hanya dengan kebugaran.

Dalam proses pembelajaran, guru diharapkan mengajarkan keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai sportivitas, kejujuran, dan kerja sama, serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya tidak melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoretis. Pembelajaran ini melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi, dan sosial,

sehingga aktivitas yang diberikan memerlukan sentuhan didaktik-metodik agar tujuan pembelajaran tercapai. Penerapan metode pembelajaran diduga memengaruhi hasil belajar karena berkaitan dengan keterlibatan mental secara penuh antara guru dan siswa (Fikri et al., 2023). Metode yang digunakan guru tidak selamanya berat, tetapi bergantung pada sejauh mana guru dan siswa dapat melibatkan mental sepenuhnya. Pemilihan model pembelajaran yang tepat menjadi penting. Tinjauan sistematis terbaru mengkaji model pedagogi hibrida yang mengintegrasikan model pendidikan olahraga untuk mengoptimalkan hasil belajar pendidikan jasmani (Zhang, Soh, et al., 2024).

Salah satu pendekatan yang banyak dikaji dalam pendidikan jasmani adalah pembelajaran kooperatif, yaitu pembelajaran yang menempatkan siswa bekerja dalam kelompok untuk saling membantu mencapai tujuan bersama. Sebuah meta-analisis membandingkan intervensi pembelajaran kooperatif dengan metode instruksional tradisional terhadap hasil belajar siswa pada ranah afektif, kognitif, fisik, dan sosial, dan menegaskan efektivitas pendekatan ini (Boke et al., 2025). Hasil senada dilaporkan pada model pendidikan olahraga, yang telah terbukti meningkatkan kemampuan atletik dan antusiasme siswa terhadap olahraga. Karena itu, kajian sistematis kemudian menelaah pengaruhnya terhadap sikap siswa dalam belajar pendidikan jasmani (Zhang, Xiao, et al., 2024). Pengorganisasian belajar secara berkelompok dengan tanggung jawab bersama berpotensi memperkaya hasil belajar siswa, tidak hanya pada

keterampilan gerak, tetapi juga pada aspek sikap dan sosial.

Pendekatan pembelajaran *make a-match* merupakan model pembelajaran yang menerapkan pendekatan mencari pasangan dan dikembangkan oleh Lorna Curran pada tahun 1994. Model ini masih jarang digunakan guru, padahal sangat efektif bagi siswa karena siswa cenderung lebih aktif, sedangkan guru berperan sebagai fasilitator dan pembimbing ketika siswa mengalami kesulitan. Belajar dipahami sebagai proses transformasi pengetahuan secara dua arah antara guru dan siswa (Nurgiansah et al., 2021), sehingga model ini sejalan dengan tuntutan pembelajaran yang mendorong interaksi aktif. Unsur mencari pasangan yang bernuansa permainan sejalan dengan bukti bahwa pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan meningkatkan kesenangan anak dan remaja (Mo et al., 2024). Gamifikasi juga dipandang menjanjikan untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik, meskipun efeknya masih diperdebatkan (Wang et al., 2025).

Di luar pembelajaran kooperatif, pendekatan berbasis permainan dan taktik banyak digunakan dalam pembelajaran olahraga. Model permainan taktis telah dirangkum melalui tinjauan sistematis dalam konteks pendidikan jasmani (Wang et al., 2024). Meta-analisis terhadap pendekatan pembelajaran permainan untuk pemahaman menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengambilan keputusan pada belajar olahraga di jenjang dasar ($g = 0,61$), menengah ($g = 0,75$), dan tinggi ($g = 0,88$). Efek ini muncul karena siswa mempelajari keterampilan teknis-taktis dalam situasi permainan yang nyata (González-Valero et al., 2024). Pada anak prasekolah,

permainan aktif menghasilkan peningkatan keterampilan gerak dasar yang tidak berbeda signifikan dibandingkan pendidikan jasmani berorientasi keterampilan (Liu et al., 2025). Pembelajaran yang dikemas melalui permainan dan interaksi antarsiswa dapat menjadi alternatif yang layak bagi latihan teknik yang berdiri sendiri.

Bola voli merupakan permainan bola besar beregu yang menuntut penguasaan teknik dasar, yaitu *service*, *passing*, *smashing*, dan *blocking*. Di antara teknik tersebut, *service* merupakan keterampilan pembuka yang menentukan dimulainya permainan sehingga perlu dikuasai siswa sejak dini. Penguasaan *service* memerlukan koordinasi gerak, ketepatan, dan pengulangan latihan yang terstruktur. Penelitian terbaru pada 60 mahasiswa pendidikan jasmani mengkaji pengaruh interferensi kontekstual, yaitu cara mengatur variasi latihan, terhadap pemerolehan keterampilan servis bola voli (Qu et al., 2025). Kajian tersebut memperlihatkan bahwa cara pengorganisasian latihan menjadi fokus penelitian dalam pengajaran servis. Rancangan pembelajaran *service* di sekolah karenanya perlu dipertimbangkan secara cermat.

Penerapan *make a-match* dalam pembelajaran *service* bola voli berpotensi memadukan tiga unsur, yaitu kerja sama antarsiswa, suasana belajar yang menyenangkan, dan pengulangan gerak yang berkesinambungan. Kerja sama kelompok memungkinkan siswa saling mengamati dan memberi umpan balik terhadap gerakan *service* temannya. Suasana bermain dapat meningkatkan kesenangan belajar, yang menurut Mo et al. (2024) paling nyata pada sesi berdurasi minimal 30 menit, berfrekuensi satu hingga tiga kali per minggu, dan

berlangsung lebih dari tiga minggu. Intervensi berbasis sekolah dengan periode sedang hingga panjang juga dilaporkan lebih optimal untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar (Yin et al., 2025). Pembelajaran *service* karenanya perlu dilaksanakan melalui siklus tindakan yang berulang. Penelitian tindakan kelas memenuhi kebutuhan ini karena setiap siklus terdiri atas perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi yang memungkinkan perbaikan berkelanjutan.

Berdasarkan pengamatan pembelajaran di SMP Negeri 3 Palembang, pembelajaran bola voli pada kelas IX.2 yang berjumlah 31 siswa selama ini cenderung berlangsung serius dan menegangkan. Akibatnya, siswa kurang aktif dan kurang tertarik mengikuti pembelajaran. Model *make a-match* yang berpeluang meningkatkan keaktifan siswa masih jarang digunakan oleh guru. Keterbatasan sarana dan bahan pendukung pembelajaran serta kebutuhan waktu persiapan media juga menjadi kendala. Kondisi tersebut membuat kemampuan *service* siswa belum berkembang secara optimal dan perlu ditingkatkan melalui tindakan pembelajaran yang lebih menarik. Berdasarkan kondisi ini, permasalahan penelitian dirumuskan sebagai berikut: adakah peningkatan kemampuan *service* dalam permainan bola voli melalui model pembelajaran *make a-match* pada siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang tahun pelajaran 2024/2025?

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan potensi pembelajaran kooperatif dan berbasis permainan dalam pendidikan jasmani. Fikri et al. (2023) menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe TGT berbasis ICT untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi sepak bola. Boke et al. (2025) melalui

meta-analisis menegaskan efektivitas pembelajaran kooperatif terhadap hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Mo et al. (2024) melaporkan peningkatan kesenangan yang signifikan pada anak di bawah 12 tahun, sedangkan pada remaja berusia 12 tahun ke atas peningkatannya tidak signifikan. Qu et al. (2025) meneliti pemerolehan servis bola voli pada mahasiswa pendidikan jasmani. Namun, penelitian-penelitian tersebut berfokus pada model kooperatif lain, cabang olahraga lain, jenjang berbeda, atau strategi latihan tertentu. Kajian yang secara spesifik menerapkan model *make a-match* untuk meningkatkan *service* bola voli pada siswa sekolah menengah pertama masih terbatas.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan mutu pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya kemampuan *service* dalam permainan bola voli, melalui pendekatan pembelajaran *make a-match* pada siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang tahun pelajaran 2024/2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang didukung data kuantitatif sederhana, dengan jenis penelitian tindakan kelas (PTK). PTK dipilih karena masalah yang diteliti muncul langsung dalam praktik pembelajaran bola voli di kelas. Pemecahannya dilakukan melalui tindakan yang direncanakan, dilaksanakan, dan direfleksikan oleh pelaku pembelajaran itu sendiri. Rancangan penelitian mengacu pada model spiral Kemmis et al. (2014). Pada model ini setiap siklus terdiri atas perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*), seperti terlihat pada

Gambar 1. Refleksi menjadi tahap penting karena membantu guru dan siswa memperoleh pemahaman baru untuk memperbaiki pembelajaran pendidikan jasmani (Zhou et al., 2025). Dalam pelaksanaannya, peneliti berkolaborasi dengan guru pendidikan jasmani lain dan kepala sekolah, serta terlibat langsung dari awal hingga akhir penelitian. Peneliti bertindak sebagai perencana tindakan, pengumpul data, penganalisis data, penafsir data, sekaligus pelapor hasil penelitian.

Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang tahun pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 31 siswa. Seluruh siswa dilibatkan sebagai satu kelas utuh karena tindakan pembelajaran diberikan kepada kelas secara klasikal dan bukan kepada sebagian siswa. Pemilihan kelas ini didasarkan pada pengamatan awal bahwa pembelajaran bola voli cenderung serius dan menegangkan sehingga siswa kurang aktif dan kurang tertarik. Kemampuan service siswa juga belum berkembang secara optimal. Pada Siklus I siswa dibagi ke dalam lima kelompok belajar agar kerja sama dan saling mengamati gerakan dapat berlangsung selama tindakan.

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 3 Palembang pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) semester I tahun pelajaran 2024/2025 [isi rentang bulan dan jumlah pertemuan setiap siklus]. Pembelajaran berlangsung dalam dua siklus sesuai jadwal pelajaran yang berlaku, sehingga tindakan tidak mengganggu kegiatan belajar reguler. Jumlah siklus ditetapkan berdasarkan hasil refleksi: Siklus II dilaksanakan karena Siklus I masih menyisakan kekurangan yang perlu diperbaiki. Pertimbangan ini sejalan dengan temuan

bahwa intervensi yang singkat menghasilkan dampak yang menjanjikan tetapi kurang kokoh (Caracuel-Cáliz et al., 2025). Sebagai pembanding, penelitian pembelajaran bola voli pada siswa kelas sembilan lainnya dilaksanakan selama 18 sesi berdurasi 60 menit (Arantes et al., 2025).

Alur penelitian diawali dengan observasi awal terhadap pembelajaran bola voli di kelas IX.2. Tahap Siklus I dimulai dari perencanaan, yaitu menyusun skenario pembelajaran dan latihan serta membagi siswa menjadi lima kelompok. Kompetensi dasar yang dituju adalah mempraktikkan gerak dasar yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, disertai nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran. Pada tahap tindakan, pembelajaran dilaksanakan melalui model *make a-match* dengan materi: (1) sejarah, alat, dan ukuran lapangan bola voli; (2) service; (3) passing; (4) smashing; (5) blocking; dan (6) permainan bola voli dengan peraturan sederhana. Secara umum, siswa berkelompok untuk berdiskusi dan berlatih, mempraktikkan gerakan yang dicontohkan guru, lalu mencari pasangan melalui undian. Guru memberi petunjuk pada bagian yang belum dipahami dan mengarahkan siswa menyimpulkan materi. Permainan yang dimodifikasi seperti ini lazim dikaji dalam pendidikan jasmani (Breed et al., 2025). Pada tahap observasi, guru menampilkan gambar contoh gerakan service, smashing, dan blocking, lalu mengakhiri pertemuan dengan tes praktik permainan bola voli. Tahap refleksi digunakan untuk menilai kelebihan dan kekurangan tindakan, yang hasilnya menjadi dasar perencanaan Siklus II. Pada Siklus II, guru menyiapkan bahan dan media lebih awal, membimbing

siswa agar lebih teliti, lebih sering berkeliling ke setiap kelompok, memberi kesempatan kepada semua kelompok untuk menyampaikan hasil kerjanya, dan mendemonstrasikan gerakan sebelum tes praktik. Siklus II ditutup dengan refleksi akhir sebagai dasar penarikan kesimpulan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga instrumen. Pertama, lembar kegiatan siswa (LKS) digunakan untuk memudahkan siswa melaksanakan kegiatan pembelajaran dan sebagai catatan proses belajar kelompok. Kedua, lembar observasi digunakan untuk memperoleh data tentang aktivitas siswa selama pembelajaran. Observasi dipilih karena, bersama kuesioner, jurnal refleksi, dan wawancara, teknik ini termasuk perangkat penilaian yang lazim dalam kajian pendidikan jasmani (Zhou et al., 2025). Ketiga, lembar penilaian digunakan untuk menilai aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Penilaian mencakup lima indikator, yaitu service, passing, smashing, blocking, dan bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi. Data psikomotor dikumpulkan melalui tes praktik pada akhir setiap siklus, sedangkan data keaktifan dan perubahan perilaku siswa dicatat melalui pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dengan menggabungkan analisis kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif dianalisis melalui reduksi data, yaitu memisahkan data berdasarkan masing-masing indikator. Tahap berikutnya adalah paparan data, yaitu menguraikan hasil analisis, dan *display* data, yaitu memperlihatkan hasilnya kepada siswa. Kemudian dilakukan penarikan kesimpulan, verifikasi, dan refleksi (Miles et al., 2014). Penarikan kesimpulan didasarkan pada hasil

pengamatan keaktifan dan perubahan perilaku siswa selama mengikuti pembelajaran *make a-match*, dengan mencari pola, tema, dan hubungan atau hal yang sering muncul. Data kuantitatif dianalisis dengan rumus *mean* (rata-rata), yaitu jumlah seluruh skor dibagi jumlah siswa, untuk setiap indikator dan secara keseluruhan pada tiap siklus. Nilai rata-rata dan persentase Siklus I dibandingkan dengan Siklus II untuk melihat ada tidaknya peningkatan kemampuan service. Hasil kesimpulan akhir direfleksikan untuk menentukan atau menyusun rencana tindakan berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus pada siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang yang berjumlah 31 siswa. Data yang dikumpulkan berupa hasil penilaian pada lima indikator, yaitu service, passing, smashing, blocking, dan bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi. Data tersebut dilengkapi hasil pengamatan terhadap keaktifan dan perubahan perilaku siswa selama pembelajaran dengan model *make a-match*. Hasil disajikan berurutan mulai dari Siklus I, Siklus II, perbandingan antarindikator, dan rata-rata nilai serta persentase kedua siklus.

Siklus I

Rencana tindakan pada Siklus I adalah pembelajaran yang mempraktikkan service, passing, smashing, dan blocking serta bermain bola voli dengan permainan yang dimodifikasi melalui model *make a-match*. Siswa dikelompokkan menjadi lima kelompok agar seluruh kegiatan dapat dilakukan secara berkelompok.

Kompetensi dasar yang dilaksanakan adalah mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran. Untuk menerapkan pembelajaran, digunakan skenario pembelajaran dan latihan yang telah disusun pada tahap perencanaan.

Pelaksanaan tindakan Siklus I dilakukan melalui pembelajaran dengan model *make a-match* pada kompetensi dasar tersebut. Materi yang dipelajari siswa meliputi enam bagian, yaitu (1) sejarah, alat, dan ukuran lapangan bola voli; (2) service; (3) passing; (4) smashing; (5) blocking; dan (6) bermain

bola voli dengan peraturan sederhana. Pada tahap observasi, guru terlebih dahulu memberikan beberapa contoh gambar gerakan service, smashing, dan blocking kepada siswa. Tahap terakhir berupa tes permainan bola voli secara praktik untuk memperoleh data kemampuan siswa pada setiap indikator.

Hasil penilaian Siklus I menunjukkan bahwa rata-rata skor tertinggi terdapat pada indikator service, yaitu 3,80. Rata-rata skor smashing sebesar 3,67, bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi sebesar 3,54, dan blocking sebesar 3,51. Rata-rata skor terendah terdapat pada indikator passing, yaitu 1,54. Rincian rata-rata skor kelima indikator disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Data Siklus I

Indikator	Rata-rata
Service	3,80
Passing	1,54
Smashing	3,67
Blocking	3,51
Bermain Voli Modifikasi	3,54

Tabel 1 memuat rata-rata skor kelima indikator pada Siklus I. Empat indikator memiliki rata-rata pada rentang 3,51 sampai 3,80, dengan service sebagai indikator tertinggi dan blocking sebagai yang terendah di antara keempatnya. Indikator passing berada jauh di bawah indikator lainnya dengan rata-rata 1,54. Selisih antara skor tertinggi (service) dan skor terendah (passing) pada siklus ini adalah 2,26.

Pada tahap analisis dan refleksi Siklus I, siswa terlihat lebih aktif dalam belajar dan suasana kelas menjadi menyenangkan. Di samping itu, ditemukan sejumlah kekurangan, yaitu terbatasnya sarana dan bahan pustaka di sekolah serta kebutuhan waktu pembelajaran yang lama. Guru harus

terlebih dahulu menyiapkan bahan bacaan dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran, dan persiapan tersebut belum dilakukan secara memadai. Siswa juga tampak kurang teliti dalam mengikuti pembelajaran. Temuan-temuan tersebut menjadi dasar perbaikan yang dilaksanakan pada Siklus II.

Siklus II

Perencanaan tindakan Siklus II disusun berdasarkan hasil refleksi Siklus I. Pembelajaran dengan model *make a-match* tetap dipertahankan, dengan perbaikan pada pelaksanaan berikutnya. Perbaikan yang dilakukan meliputi bimbingan kepada siswa agar lebih teliti dalam menganalisis, serta pemberian arahan oleh guru. Guru juga lebih banyak

berkeliling ke setiap kelompok untuk menanyakan ada tidaknya kesulitan yang dihadapi. Pada tahap awal, semua kelompok diberi kesempatan menyampaikan hasil pekerjaannya. Kompetensi dasar dan enam materi pembelajaran pada pelaksanaan tindakan sama dengan Siklus I.

Pada tahap observasi Siklus II, guru memberikan beberapa contoh gambar gerakan service, passing, smashing, dan blocking. Guru kemudian mendemonstrasikan gerakan-gerakan tersebut di hadapan siswa, dan tahap terakhir berupa tes permainan bola voli secara praktik. Selama pembelajaran berlangsung, siswa terlihat aktif dan

tertarik mengikuti pelajaran bermain bola voli. Siswa tampak senang dengan pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, dan pembelajaran tidak terlihat membosankan. Kondisi ini berbeda dari pembelajaran sebelumnya yang selalu berlangsung serius dan menegangkan sehingga siswa tidak begitu aktif.

Hasil penilaian Siklus II menunjukkan rata-rata skor service sebesar 4,70, passing sebesar 4,54, smashing sebesar 4,70, blocking sebesar 4,54, dan bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi sebesar 4,67. Rincian rata-rata skor tersebut disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Data Siklus II

Indikator	Rata-rata
Service	4,70
Passing	4,54
Smashing	4,70
Blocking	4,54
Bermain Voli Modifikasi	4,67

Tabel 2 memuat rata-rata skor kelima indikator pada Siklus II. Seluruh indikator berada pada rentang 4,54 sampai 4,70. Service dan smashing memiliki rata-rata tertinggi yang sama, yaitu 4,70, sedangkan passing dan blocking memiliki rata-rata terendah yang sama, yaitu 4,54. Indikator bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi berada di antara keduanya dengan rata-rata 4,67. Selisih antara skor tertinggi dan terendah pada siklus ini adalah 0,16.

Perbandingan Siklus I dan Siklus II

Perbandingan rata-rata skor tiap indikator menunjukkan bahwa skor Siklus II lebih tinggi daripada Siklus I pada seluruh indikator. Pada indikator service, rata-rata skor naik dari 3,80 menjadi 4,70 dengan selisih 0,90. Pada

indikator passing, rata-rata skor naik dari 1,54 menjadi 4,54 dengan selisih 3,00. Pada indikator smashing, rata-rata skor naik dari 3,67 menjadi 4,70 dengan selisih 1,03, dan pada indikator blocking naik dari 3,51 menjadi 4,54 dengan selisih 1,03. Pada indikator bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi, rata-rata skor naik dari 3,54 menjadi 4,67 dengan selisih 1,13. Selisih terbesar terdapat pada indikator passing, sedangkan selisih terkecil terdapat pada indikator service.

Rata-rata nilai keseluruhan siswa pada Siklus I sebesar 65,16 dengan persentase 45,35. Pada Siklus II, rata-rata nilai sebesar 91,22 dengan persentase 96,40. Selisih rata-rata nilai antara kedua siklus adalah 26,06, dan selisih persentase adalah 51,05. Data rata-rata

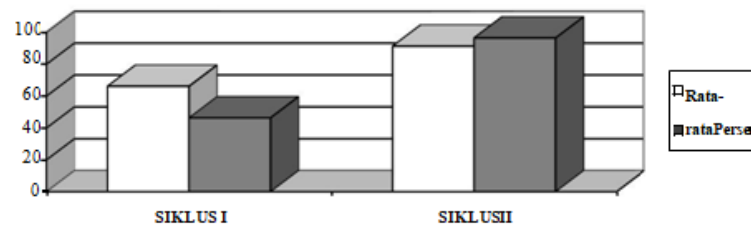
nilai dan persentase kedua siklus disajikan pada Tabel 3 dan divisualisasikan pada Gambar 2.

Tabel 3. Rata-rata dan Persentase Hasil Penilaian Siklus I dan Siklus II

	Siklus I	Siklus II
Rata-rata	65,16	91,22
Persentase	45,35	96,40

Tabel 3 merangkum dua ukuran hasil penilaian pada setiap siklus, yaitu rata-rata nilai dan persentase. Pada Siklus I, rata-rata nilai tercatat 65,16 dengan persentase 45,35, sedangkan pada Siklus II rata-rata nilai tercatat 91,22 dengan

persentase 96,40. Rata-rata nilai bertambah 26,06 poin dan persentase bertambah 51,05 poin. Persentase Siklus II lebih dari dua kali lipat persentase Siklus I.



Gambar 2. Hasil Penilaian Rata-rata Persentase Siklus I dan Siklus II

Gambar 2 menampilkan data pada Tabel 3 dalam bentuk visual untuk membandingkan Siklus I dan Siklus II. Nilai rata-rata dan persentase Siklus I ditampilkan bersebelahan dengan nilai Siklus II, sehingga perbedaan antara kedua siklus dapat dilihat langsung. Angka pada gambar sama dengan angka pada Tabel 3, yaitu 65,16 dan 45,35 untuk Siklus I serta 91,22 dan 96,40 untuk Siklus II.

Pembahasan

Rata-rata nilai siswa kelas IX.2 naik dari 65,16 pada Siklus I menjadi 91,22 pada Siklus II, dengan selisih 26,06 poin (39,99%). Persentase naik dari 45,35 menjadi 96,40, atau 2,13 kali lipat dengan selisih 51,05 poin. Persentase naik lebih tajam daripada rata-rata nilai, yang dapat berarti jumlah siswa yang mencapai kriteria bertambah banyak.

Arah kenaikan ini sejalan dengan Fikri et al. (2023), yang menerapkan model kooperatif tipe TGT berbasis ICT untuk meningkatkan hasil belajar PJOK materi sepak bola. Hasil ini juga sejalan dengan meta-analisis Boke et al. (2025) tentang efektivitas pembelajaran kooperatif terhadap hasil belajar siswa. Namun, kedua penelitian tersebut memakai model dan cabang olahraga yang berbeda, sehingga kesesuaiannya terbatas pada arah perubahan.

Pada indikator service, rata-rata skor naik dari 3,80 menjadi 4,70 (selisih 0,90 atau 23,68%). Service memiliki skor awal tertinggi dan selisih terkecil, sehingga ruang peningkatannya lebih sempit. Kenaikan ini kemungkinan berkaitan dengan pengulangan gerak dan saling mengamati dalam kelompok, tetapi proses tersebut tidak diukur langsung. Qu et al. (2025) menunjukkan

bahwa hasil latihan servis bergantung pada tahap pengukuran. Pada eksperimen 8 minggu terhadap 60 mahasiswa pendidikan jasmani, latihan blok terbaik pada pembentukan keterampilan, latihan acak unggul pada transfer, dan latihan campuran terbaik pada retensi. Skor service dalam penelitian ini hanya diambil pada akhir siklus, sehingga transfer dan retensi belum tergambar.

Passing menunjukkan kenaikan terbesar, yaitu dari 1,54 menjadi 4,54 (selisih 3,00 atau 194,81%). Indikator lain naik lebih kecil: *smashing* 1,03 (28,07%), *blocking* 1,03 (29,34%), dan bermain voli modifikasi 1,13 (31,92%). Selisih antara skor tertinggi dan terendah menyempit dari 2,26 menjadi 0,16. Tanpa passing, rata-rata empat indikator lain hanya naik dari 3,63 menjadi 4,65 (selisih 1,02), sehingga sebagian besar kenaikan gabungan berasal dari passing. Pada Siklus I guru hanya menampilkan contoh gambar service, *smashing*, dan *blocking*, sedangkan pada Siklus II passing ikut ditampilkan dan didemonstrasikan. Kenaikan passing karenanya lebih tepat dikaitkan dengan perbaikan hasil refleksi, yang memang berperan dalam memperbaiki pembelajaran (Zhou et al., 2025).

Keaktifan dan rasa senang siswa pada Siklus II dapat dikaitkan dengan Mo et al. (2024). Peneliti tersebut melaporkan peningkatan kesenangan yang signifikan pada anak di bawah 12 tahun, sedangkan pada remaja berusia 12 tahun ke atas peningkatannya tidak signifikan. Siswa kelas IX SMP umumnya berusia di atas 12 tahun, sehingga kesenangan yang teramati perlu dibaca hati-hati. Dalam penelitian ini kesenangan hanya dicatat secara deskriptif dan tidak diberi skor. Bukti lain juga tidak seragam: efek gamifikasi terhadap keterlibatan masih

diperdebatkan (Wang et al., 2025). Pada anak prasekolah, permainan aktif tidak berbeda signifikan dari pendidikan jasmani berorientasi keterampilan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar (Liu et al., 2025).

Beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Penelitian tidak memiliki kelompok pembanding dan data awal. Siklus II juga memuat perbaikan lain, yaitu demonstrasi guru, bimbingan lebih intensif, dan presentasi kelompok, sehingga pengaruh *make a-match* tidak dapat dipisahkan. Dua siklus tergolong singkat, karena intervensi berbasis sekolah dengan periode sedang hingga panjang dilaporkan lebih optimal (Yin et al., 2025). Intervensi yang singkat menghasilkan dampak menjanjikan tetapi kurang kokoh (Caracuel-Cáliz et al., 2025). Arantes et al. (2025) pada 67 siswa kelas sembilan selama 18 sesi tidak menemukan perbedaan taktis-teknis yang signifikan antara TGfU dan pengajaran langsung ($p > 0,05$), meskipun kerja sama lebih tinggi pada TGfU ($p = 0,008$). Penelitian ini memberi gambaran awal dalam satu kelas. Pembuktian yang lebih kuat memerlukan kelompok pembanding, uji retensi, dan instrumen yang teruji keandalannya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan service dalam permainan bola voli melalui model pembelajaran *make a-match* pada siswa kelas IX.2 SMP Negeri 3 Palembang tahun pelajaran 2024/2025. Rata-rata skor service naik dari 3,80 pada Siklus I menjadi 4,70 pada Siklus II (selisih 0,90). Secara keseluruhan, rata-rata nilai naik dari 65,16 menjadi 91,22 (selisih 26,06) dan persentase naik dari 45,35 menjadi 96,40 (selisih 51,05).

Kenaikan terbesar terjadi pada passing, yaitu dari 1,54 menjadi 4,54 (selisih 3,00). Selain itu, siswa terlihat lebih aktif dan senang mengikuti pembelajaran. Karena penelitian tidak memiliki kelompok pembanding dan Siklus II memuat perbaikan lain di luar model, kesimpulan ini berlaku untuk kelas yang diteliti dan belum dapat digeneralisasi. Guru pendidikan jasmani disarankan menerapkan *make a-match* dengan menyiapkan bahan dan media sejak awal, disertai demonstrasi gerakan dan bimbingan berkeliling ke tiap kelompok. Sekolah perlu mendukung ketersediaan sarana pembelajaran. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan kelompok pembanding, menambah jumlah siklus, serta menyertakan uji retensi dan instrumen yang teruji keandalannya.

DAFTAR RUJUKAN

- Arantes, D., Gonçalves, C., Rodrigues, M., Correa, J., Milistetd, M., & Costa, G. D. C. T. (2025). Life skills and volleyball teaching: Comparison between TGfU and direct instruction model. *Education Sciences*, 15(3), Article 305. <https://doi.org/10.3390/educsci15030305>
- Boke, H., Aygun, Y., Tufekci, S., Yagin, F. H., Canpolat, B., Norman, G., Prieto-González, P., & Ardigò, L. P. (2025). Effects of cooperative learning on students' learning outcomes in physical education: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1508808. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1508808>
- Breed, R., Lindsay, R., Kittel, A., & Spittle, M. (2025). Content and quality of comparative tactical game-centered approaches in physical education: A systematic review. *Review of Educational Research*, 95(2), 293–336. <https://doi.org/10.3102/00346543241227236>
- Caracuel-Cáliz, R. F., Ubago-Jiménez, J. L., Alonso-Vargas, J. M., & Melguizo-Ibáñez, E. (2025). Impact of active methodologies involving physical activity on primary school students: A systematic review (2018–2024). *Sports*, 13(10), Article 358. <https://doi.org/10.3390/sports13100358>
- Fikri, A., Darmayasa, I. P., & Satyawan, I. M. (2023). Meningkatkan kemampuan hasil belajar PJOK materi sepak bola dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif TGT (*Teams Games Tournament*) berbasis ICT. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(3), 207–214. <https://doi.org/10.23887/jiku.v10i3.53241>
- González-Valero, G., Ubago-Jiménez, J. L., Melguizo-Ibáñez, E., & Fernández-García, R. (2024). Application of the teaching games for understanding model to improve decision-making in sport learning: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12, Article 781. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02307-2>
- He, H., Yang, Y., Sun, J., Wang, F., Zhang, W., & Zhu, F. (2025). Effects of school-based physical activity on academic achievement in children and adolescents: A

- systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 13, Article 1651883. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1651883>
- Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (2014). *The action research planner: Doing critical participatory action research*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-4560-67-2>
- Liu, B., Yan, Y., Jia, J., & Liu, Y. (2025). Can active play replace skill-oriented physical education in enhancing fundamental movement skills among preschool children? A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25, Article 1399. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22398-9>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Mo, W., Saibon, J. B., Li, Y., Li, J., & He, Y. (2024). Effects of game-based physical education program on enjoyment in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 24, Article 517. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18043-6>
- Nurgiansah, T. H., Hendri, & Khoerudin, C. M. (2021). Role playing dalam pembelajaran pendidikan Pancasila dan kewarganegaraan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 18(1), 56–64. <https://doi.org/10.24114/jk.v18i1.22597>
- Paramitha, S. T., Hasan, M. F., Anggraeni, L., Ilsa, M. N. F., Ramadhan, M. G., Rustandi, A. M., & Kodrat, H. (2021). Analysis and evaluation of Law Number 12 of 2012 concerning higher education based on sports needs for students. *Jurnal Civics: Media Kajian Kewarganegaraan*, 18(2), 191–199. <https://doi.org/10.21831/jc.v18i2.42249>
- Putri, S. M., & Sulaiman, M. (2022). Pengembangan keterampilan motorik dasar dalam pendidikan jasmani: Kajian teori dan praktik. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 7(1), 33–42.
- Qu, L., Xiao, W., Zhang, S., Wang, K., & Li, H. (2025). Contextual interference effects on volleyball serve acquisition: A controlled trial with physical-education majors. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1635207. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1635207>
- Wang, J., Soon, C. C., Samsudin, S., Wang, C., Gao, Z., & Xie, Q. (2024). Tactical games model in physical education: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(11), Article e0311321. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311321>
- Wang, M., Xu, J., Zhou, X., Li, X., & Zheng, Y. (2025). Effectiveness of gamification interventions to improve physical activity and sedentary behavior in children and adolescents: Systematic review

and meta-analysis. *JMIR Serious Games*, 13, Article e68151. <https://doi.org/10.2196/68151>

19(12), Article e0311957. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311957>

Yin, X., Zhang, D., Shen, Y., Wang, Y., Wang, Z., & Liu, Y. (2025). Effectiveness of school-based interventions on fundamental movement skills in children: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25, Article 1522. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22696-2>

Zhang, J., Xiao, W., Soh, K. G., Yao, G., Mohd Anuar, M. A. B., Bai, X., & Bao, L. (2024). The effect of the Sport Education Model in physical education on student learning attitude: A systematic review. *BMC Public Health*, 24, Article 949. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18243-0>

Zhang, J., Soh, K. G., Bai, X., Mohd Anuar, M. A., & Xiao, W. (2024). Optimizing learning outcomes in physical education: A comprehensive systematic review of hybrid pedagogical models integrated with the Sport Education Model. *PLOS ONE*,

Zhou, T., Bubnys, R., Grajauskas, L., Cañabate, D., & Colomer, J. (2025). Modes of self-reflection in physical education instruction. *Frontiers in Education*, 10, Article 1645817. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1645817>