

## Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli melalui Permainan Voli Sasaran Lempar

Abdullah Faris\*, Putu Rusmiati, Dedi Suryadi

STKIP Kusuma Negara Jakarta

\*abdullahfaris987@gmail.com

### Abstrak

Ketuntasan hasil belajar siswa yang rendah pada pembelajaran bola voli khususnya *passing* atas akibat siswa tidak memahami teknik dasar *passing* atas, pembelajaran yang monoton sehingga siswa tidak bergairah, merasa jenuh mengikuti pembelajaran bola voli. Dari 31 siswa hanya 10 siswa (30%) orang siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli melalui permainan voli sasaran lempar pada siswa kelas V sekolah dasar (SD) Negeri Jatirahayu Kota Bekasi. Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian terdiri dari 2 siklus yang masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi. Subjek penelitian sebanyak 31 siswa. Data dikumpulkan melalui tes observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar *passing* atas yang signifikan pada siswa kelas V hal ini dibuktikan dengan hasil rata-rata tes *passing* atas pada setiap siklusnya pada akhir siklus II dari 31 siswa, terdapat 51,61% siswa yang tuntas dan 48,39 % siswa yang tidak tuntas hasil yang diperoleh menyimpulkan bahwa belajar *passing* atas melalui permainan voli sasaran lempar cukup efektif bagi siswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa belajar *passing* atas melalui permainan voli sasaran lempar dapat meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa.

Kata kunci: hasil belajar, permainan voli sasaran lempar, *passing* atas bola voli.

### Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang berisikan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani peserta didik (Kartika, Kanca & Semarayasa, 2014). Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih kreatif, inovatif, terampil, dan memiliki kebiasaan hidup sehat dan aktif yang dapat menggiring pada kesegaran jasmani, serta memiliki pengetahuan dan pemahaman manusia. Olahraga seperti permainan bola voli adalah salah satu contoh untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Muhyi, 2009).

Permainan bola voli diciptakan oleh Morgan pada tahun 1895 di kota Holyoke, Messachusset, Amerika Serikat (Suharno, 1979). Lebih lanjut, semula permainan ini diberi nama "*mintonette*", dimana permainan hampir menyerupai permainan bulu tangkis, tapi kemudian nama permainan tersebut diubah menjadi "*volley ball*" yang artinya memvoli bola secara bergantian melewati jarring/net. Permainan bola voli adalah olahraga yang di mainkan oleh dua tim, setiap tim bola voli terdiri dari 10 pemain, meliputi 6 pemain inti yang bermain di lapangan dan 4 pemain cadangan, ke enam pemain inti ini memiliki peran masing masing dalam permainan (Ahmadi, 2007; Beutelstahl, 1986). Diantaranya ada yang berperan sebagai server, spiker, tosser, blocker, dan libero (Viera & Fergusson, 2004). Dalam permainan bola voli, ada satu gerakan yang dikenal dengan gerak lokomotor. Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat ada beberapa macam gerak lokomotor, contohnya berjalan, berlari, dan melompat (Beutelstahl, 1986). Permainan bola voli merupakan permainan beregu yang terdiri dari dua regu, tiap

regu ada 6 anggota. Bola voli memiliki 4 teknik dasar yaitu *servis*, *passing*, *blocking*, dan *smash*. Bola voli juga yang membutuhkan teknik, taktik dan strategi (Suharno, 1979).

Permainan bola voli dipelajari oleh siswa di sekolah pada pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Belajar adalah proses yang dilakukan oleh manusia untuk mendapatkan aneka ragam *competencies*, *skills*, and *attitudes* (Winataputra, Delfi, Pannen & Mustafa, 2014). Kemampuan (*competencies*), keterampilan (*skills*), dan sikap (*attitudes*) tersebut diperoleh secara bertahap dan berkelanjutan mulai dari masa bayi sampai masa tua melalui rangkaian proses belajar sepanjang hayat. Belajar juga merupakan perubahan relatif permanen yang terjadi karena hasil dari praktik atau pengalaman bahwa belajar itu sendiri merupakan perubahan individu yang disebabkan pengalaman. Mengklasifikasikan hasil belajar menjadi *cognitive*, *affective*, dan *psychomotor*. Kemampuan manusia ke dalam dua ranah (domain) utama yaitu ranah kognitif dan ranah nonkognitif. Ranah nonkognitif dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu ranah afektif dan ranah psikomotor. Setiap ranah diklasifikasikan secara berjenjang mulai dari yang sederhana sampai pada yang kompleks. Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh peserta didik setelah mengalami kegiatan belajar (Kartika, Kanca & Semarayasa, 2014). Perolehan aspek-aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada apa yang dipelajari peserta didik. Dalam pembelajaran, perubahan perilaku yang harus dicapai oleh pembelajar setelah melaksanakan aktivitas belajar dirumuskan dalam tujuan pembelajaran. Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan dan mutu sumber daya manusia Indonesia pada umumnya (Juari, Wagino & Sukiri, 2010), dan lebih khusus peningkatan kemampuan pada siswa SD Negeri Kota Bekasi. Hasil yang diharapkan itu akan dicapai dalam jangka waktu yang cukup lama. Karena itu upaya pembinaan bagi siswa dan peserta melalui pendidikan jasmani dan olahraga perlu terus dilakukan dengan kesabaran dan pengorbanan.

Berdasarkan observasi tempat yang telah dilakukan pembelajaran pendidikan jasmani yang telah dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Jatirahayu 1 Kota Bekasi masih terdapat adanya kendala yang dihadapi siswa. siswa tidak memahami teknik dasar *passing* atas, pembelajaran yang monoton sehingga siswa tidak bergairah, merasa jenuh mengikuti pembelajaran bola voli. Pada saat dilaksanakan tes akhir pembelajaran hasilnya pun kurang memuaskan penulis dari kriteria ketuntasan minimum (KKM) yaitu 75, dari jumlah siswa 31, hanya 10 Siswa yang telah mencapai nilai ketuntasan belajar, sedangkan sisanya (21 Siswa) belum tuntas nilai belajarnya. Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian khusus agar mendapatkan solusi dan ditelusuri faktor - faktor penyebabnya.

Permainan adalah suatu kegiatan yang menyenangkan, Kegiatan bermain sangat disukai oleh anak-anak. Bermain yang dilakukan secara tertata sangat bermanfaat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk anak pengalaman itu biasa berupa jalinan hubungan sosial untuk mengungkapkan perasaannya dengan sesama temannya dan menyalurkan hasrat. Permainan adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa mempergunakan alat yang menghasilkan pengertian atau memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak.

Siswa dibagi menjadi dua kelompok yang di tempatkan pada dua lapangan, Lapangan A dan lapangan B. Tiap siswa berdiri digaris lapangan sesuai urutan nomor yang sudah ditentukan mengelilingi lapangan seperti persiapan lari estafet, Jika persiapan sudah selesai guru memberi tanda bahwa permainan dimulai. Siswa yang berada di urutan nomor satu melempar bola ke temannya yang berada di urutan nomor dua dengan kedua tangan seperti halnya melakukan *passing* atas, dan yang berada di urutan nomor dua menangkap bola menggunakan kedua tangan, setelah menangkap bola nomor dua lalu melempar kembali ke nomor tiga dan seterusnya sampai ke nomor terakhir yaitu nomor sepuluh. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok 2 kelompok ditempatkan di lapangan 1 dan kelompok lainnya berada di lapangan 2 Masing-masing kelompok dibariskan berbanjar menghadap net voli dengan jarak lemparan 2 meter dari net voli. Kelompok 1 dan 2 diberi masing-masing 1 bola pada siswa paling depan.

Melihat dari uraian di atas, maka penulis berencana mengupayakan meningkatkan hasil belajar *passing* atas melalui permainan volsal (voli sasaran lempar). dengan permainan voli sasaran lempar pembelajaran ini diharapkan dapat meningkatkan penguasaan gerak dasar *passing* atas dalam permainan bola voli dan untuk meningkatkan peran aktif siswa serta partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini bertujuan meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli melalui permainan voli sasaran lempar pada siswa kelas V SD Negeri Kota Bekasi.

### Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK), prosedur atau langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk siklus penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua siklus dan pada masing-masing siklus terdiri atas empat tahap, yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi (Arikunto, Suhardjono & Supardi, 2015). Berikut ini gambar alur langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini.



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

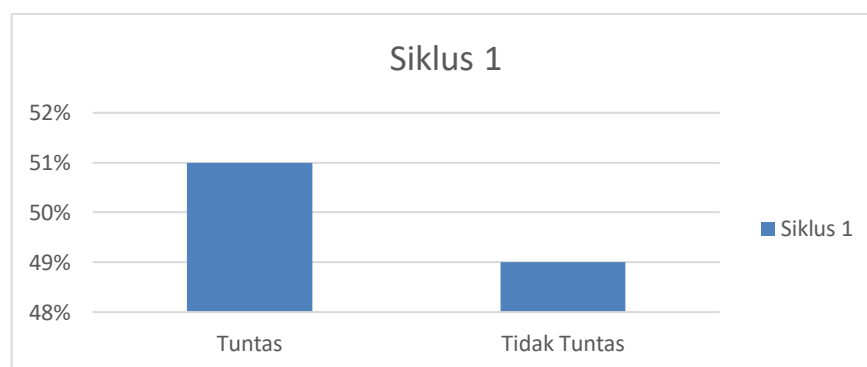
Data dikumpulkan dari sejumlah subjek dalam penelitian ini yaitu siswa kelas V SD Negeri Kota Bekasi sebanyak 31 orang. Teknik pengumpulan data

adalah menggunakan metode observasi, dokumentasi dan tes. Awal observasi ditemukan bahwa monoton sehingga siswa tidak bergairah, merasa jenuh mengikuti pembelajaran bola voli. Di samping itu pembelajaran yang dilakukan masih menggunakan metode konvensional, sehingga peneliti ingin menggunakan metode permainan. Observasi peneliti mencatat segala perubahan selama pembelajaran dan disesuaikan dengan konsep atas indikatornya. Dokumentasi untuk memperoleh data tentang nama-nama siswa, jenis kelamin dan jumlah seluruh siswa. Sedangkan tes dilakukan supaya mengetahui hasil belajar siswa setelah melakukan pembelajaran menggunakan metode permainan. Instrumen untuk pengambilan data di penelitian ini yaitu berupa lembar pengamatan/observasi.

Teknik analisis data yang di kumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK di analisa secara deskriptif dengan menggunakan teknik presentase untuk melihat kecenderungan yang jadi dalam kegiatan pembelajaran kemampuan *passing* atas bola voli dengan menganalisa gerakan kemudian di katagorikan dalam klasifikasi skor yang telah di tentukan. Keabsahan data untuk mengetahui bagaimana efek suatu metode dalam kegiatan pembelajaran perlu diadakan analisis data. Pada penelitian ini menggunakan data analisis deskriptif kualitatif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta sesuai dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk mengetahui hasil belajar yang dicapai siswa juga untuk memperoleh respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran selama proses pembelajaran *passing* atas melalui permainan voli sasaran lempar. Kemudian, kriteria keberhasilan penelitian melalui penerapan permainan voli sasaran lempar pada pembelajaran *passing* atas dengan indikator meningkatnya hasil belajar siswa kelas V SD Negeri Kota Bekasi secara individual  $\geq 75$  dan secara klasikal sebesar 90% dalam pembelajaran *passing* atas melalui permianan voli sasaran lempar di kelas V SD Negeri Kota Bekasi.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

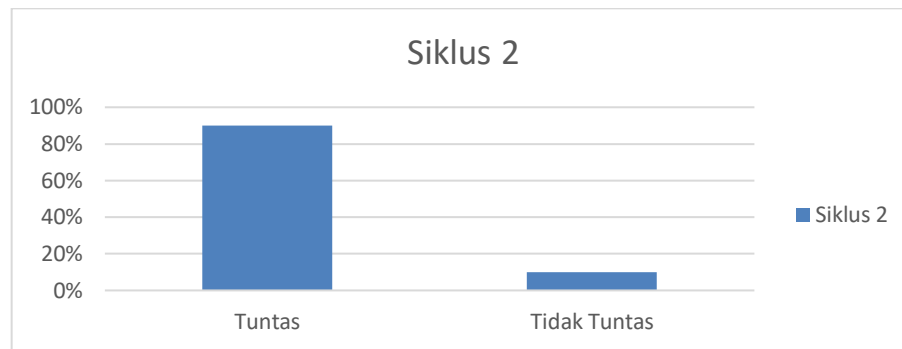
Dari hasil pengamatan pada siklus I dan siklus II maka diperoleh hasil yang digambarkan sebagai berikut.



**Gambar 2. Persentase Pencapaian Siklus I**

Berdasarkan Gambar 2, maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan tindakan siklus I pada pembelajaran *passing* atas melalui permainan voli sasaran lempar mencapai ketuntasan belajar secara klasikal sebesar 51 % dengan nilai rata-rata 73,09. Oleh karena itu, dalam pelaksanaan pembelajaran pada siklus 2

harus ada perubahan dan peningkatan untuk mencapai tingkat keberhasilan dalam pembelajaran. Berikut adalah hasil pencapaian siswa pada siklus II.



**Gambar 3. Persentase Pencapaian Siklus II**

Diagram di atas dapat disimpulkan bahwa, pelaksanaan tindakan siklus II pada pembelajaran lompat jauh melalui permainan pos patahan mencapai ketuntasan belajar psikomotorik sebesar 90% atau sebanyak 28 anak yang mendapatkan nilai  $\geq 75$ . Dan siswa yang belum tuntas belajar psikomotorik sebesar 10% atau sebanyak 3 anak yang men

Melihat hasil yang dicapai pada siklus II. Berdasarkan hasil pengamatan hasil peneliti dan kolabolator menyimpulkan bahwa proses pembelajaran dengan permainan yang bertujuan meningkatkan hasil belajar, membuat pembelajaran terlihat menyenangkan sehingga aktivitas siswa cukup terlihat dalam menerima dan melaksanakan tugas. Selain itu hasil evaluasi *passing* atas melalui permainan cukup memuaskan bagi peneliti karena 28 siswa (90%) yang mampu mendapatkan penilaian minimum. Berdasarkan hal tersebut, maka sesuai hasil pengamatan dan diskusi dengan kolabolator. Maka penelitian tindakan kelas tidak perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa melalui pendekatan permainan volsal (voli sasaran lempar) dapat meningkatkan hasil belajar servis atas bola voli pada siswa kelas V SD Negeri Jatirahayu kota Bekasi. Adapun hasil belajar yang dicapai siswa dalam pembelajaran Servis atas bola voli mengalami peningkatan, dengan hasil persentase dari 51% menjadi 90%. Hasil penelitian menunjukkan adanya ketuntasan hasil belajar *passing* atas bola voli. Pada siklus I, rata-rata siswa mengalami peningkatan yaitu sebesar 51% atau ketuntasan siswa mencapai 18 siswa dari 31 siswa, dan pada siklus II dengan nilai ketuntasan mencapai 90 % yaitu 28 orang dari 31 jumlah siswa yang tuntas. Oleh karena itu, kegiatan praktek *passing* atas bola voli menerapkan pendekatan bermain sebagai langkah meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran servis atas bola voli.

### **Daftar Rujukan**

- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.  
Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.  
Beutelstahl, D. (1986). *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: Pioner Jaya.

- Juari, Wagino, & Sukiri (2010). *Pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: CV Bina Pustaka.
- Kartika, I. K., Kanca, I. N., & Semarayasa, I. K. (2014). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif STAD Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Passing Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 2(1), 1-11.
- Muhyi, M. (2009). *Meningkatkan Kebugaran Jasmani melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*. Surabaya: Grasindo.
- Suharno, H. P. (1979). *Dasar-dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Viera, B. L., & Fergusson, B. J. (2004). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Winataputra, U. S., Delfi, R., Pannen, P., & Mustafa, D. (2014). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Tangerang: Universitas Terbuka.