



## Global Journal Sport

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs>

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

**DOI.10.35458**

---

### UPAYA MENINGKATKAN PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN MODIFIKASI ALAT PADA SISWA SD KELAS V

**Rita arianti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> PJKR Universitas Negeri

Email: [raarianti95@gmail.com](mailto:raarianti95@gmail.com)

---

#### Artikel info

##### *Abstrak*

#### Abstrak

Masalah dalam penelitian ini yaitu kurangnya siswa menguasai teknik passing bawah bolavoli, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran passing bawah bolavoli dengan alat modifikasi bola karet melalui pendekatan bermain pada siswa kelas V SDI ONTO NO 64 Kepulauan Selayar tahun ajaran 2022/2023. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Pada tiap siklus terdapat empat tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas V SDI ONTO NO 64 Kepulauan Selayar tahun 2022/2023 yang berjumlah 18 anak dengan rincian siswa putra berjumlah 10 anak dan putri 8 anak. Variabel dalam penelitian ini adalah peningkatan siswa dalam pembelajaran passing bawah dilihat dari proses dan hasil pembelajaran siswa. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah dengan pengamatan langsung pada saat pembelajaran yang terdiri atas: pendahuluan, inti, dan penenangan oleh peneliti bersama kolaborator, dengan menggunakan lembar observasi dan tes keterampilan passing bawah siswa yang dilaksanakan sebelum dan sesudah pemberian model bermain dan juga lembar pengamatan sikap siswa yang meliputi perhatian, keaktifan, dan ketekunan. Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan alat bantu bola karet dapat meningkatkan pembelajaran bolavoli khususnya meningkatkan keterampilan passing bawah siswa yang meningkat dari persentase 62,31% pada siklus I menjadi 80,63%.

---

#### **Key words:**

*bermain bolavoli, alat modifikasi bola plastik*

## PENDAHULUAN

Pendidikan bagi umat manusia merupakan kebutuhan yang sangat mendasar atau mutlak yang harus dipenuhi sepanjang manusia itu hidup atau sepanjang hayat. Tanpa menyentuh yang namanya pendidikan mustahil sama sekali suatu kelompok manusia dapat hidup berkembang sejalan dengan aspirasi ( citacita) untuk maju , sejahtera dan bahagia menurut konsep pandangan hidup semua manusia.Pendidikan meruapakan usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu manusia baik jasmani maupun rohani sesuai dengan yang ada didalam masyarakat dan kebudayaan . Usaha-usaha yang dilakukan untuk menanamkan nilai-nilai dan norma-norma tersebut serta mewariskanya kepada generasi berikutnya untuk dikembangkan dalam hidup dan kehidupan yang terjadi dalam suatu proses pendidikan.

Masalah yang selalu di hadapi oleh guru belakangan ini yaitu pengambilan keputusan sehubungan dengan tugasnya baik sebelum maupun sesudah terjadinya proses atau situasi belajar mengajar. Guru harus mengambil keputusan-keputusan tentang apa ,bagaimana ,kapan, untuk apa dan sebagainya mengenai setiap situasi atau kondisi belajar yang perlu diciptakan. Mengambil keputusan mengenai berhasil atau tidaknya pelaksanaan rencana pembelajaran merupakan tugas guru. Berhasil tidaknya kegiatan belajar mengajar dapat diketahui setelah dilakukan kegiatan evaluasi. Di samping itu , hasil evaluasi bisa juga digunakan sebagai masukan dalam penyusunan dan pelaksanaan program selanjutnya.

Menurut Tisnowati Tamat dan Moekarto Mirman ( 2005:9) menjelaskan bahwa ,proses pembelajaran dari seorang guru diawali dengan kegiatan penyusunan program pengajaran atau rencana pelajaran , selanjutnya melaksanakan program atau pelaksanaan pembelajaran dan guru melakuakan evaluasi atau penilaian untuk mengetahui keberhasilannya. Oleh karena itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang di ajarkan disekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui aktivitas fisik , selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga membiasakan murid untuk melakukan pola hidup sehat yang menyangkut masalah jasmani dan rohani.

Cabang olahraga yang menjadi salah satu yang tidak asing lagi bagi masyarakat di Indonesia baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini tidak terlalu membutuhkan biaya yang terlalu banyak , sarana dan prasarana pun mudah didapatkan banyak masyarakat menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat yang ingin mempelajari permainan bola voli secara lebih jauh sekolah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bola voli. Kegiatan pembelajaran bola voli yang saya lakukan di kelas V UPT SDI ONTO No 64 Kepulauan Selayar banyak murid yang ketakutan akan cedera karena bolanya besar , keras dan terasa berat,selain itu murid juga kurang bergairah dan tanggapan terhadap pembelajaran bola voli yang ada disekolah.

Faktor lain yang mempengaruhi kurang minatnya murid untuk mengikuti pembelajaran bola voli karena guru yang terlalu monoton ketika melakukan pembelajaran yang di ajarkan serta keterbatasan sarana dan prasarana yang ada di sekolah. Dari gambaran tersebut sangatlah jelas bahwa proses pembelajaran bola voli menjadikan kurang maksimal. Tolak ukur keberhasilan dalam proses belajar mengajar merupakan tujuan yang ingin kita capai dan diharapkan oleh para guru. Untuk itu guru harus mampu memberikan keadaan atau situasi yang nyaman dan efektif dalam proses pembelajaran. Karena suatu proses belajar mengajar yang efektif berlangsung apa bila memberikan keberhasilan serta memberikan rasa puas bagi siswa maupun guru. Seorang guru akan merasa puas ketika jika muridnya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan sungguh-sungguh bersemangat dan penuh kesadaran dalam

mengikuti pelajaran yang kita ajarkan. Hal itu dapat tercapai apa bila guru memiliki sikap dan kemampuan secara profesional serta mempunyai kemampuan mengelolah proses belajar mengajar yang menyenangkan dan efektif. Kemampuan lain yang harus kita miliki dengan baik oleh seorang guru adalah kemampuan membuat perencanaan pembelajaran mulai kita pertama masuk mengajar sampai kita meninggalkan kelas perlu kita rancang atau rencanakan pembelajaran secara tepat dan mampu mengadakan evaluasi terhadap hasil pembelajaran serta mampu melaksanakan tindak lanjut.

Menurut Tisnowati tamat dan Moekarto Mirman (2005: 9.3) bahwa , hasil kegiatan evaluasi tersebut akan memberikan gambaran kepada guru dalam menyusun program berikutnya. Gambaran tersebut dapat bersifat baik dan sebaliknya, dengan demikian akan memberi kesempatan kepada guru untuk melakukan program perbaikan ( remedial) atau pengayaan ( enrichment). Kegagalan dalam mengajar memang tidak selayaknya terjadi, namun demikian ketika keadaan berbicara lain maka sudah menjadi kewajiban bagi seorang guru untuk mengadakan perbaikan atau tindakan sehingga materi yang di ajarkan menjadi berhasil sesuai dengan harapan.

Pada penelitian ini untuk mengatasi proses pembelajaran passing bawah utamanya untuk meningkatkan afektif dan psikomotor murid dalam proses pembelajaran passing bawah bola voli, bagaimana agar siswa senang belajar passing bawah, murid mampu merasa lebih mudah dalam belajar passing bawah dan murid mampu tidak merasakan sakit dalam belajar passing bawah. Untuk mengatasi hal tersebut diatas maka peniliti menggunakan pendekatan bermain dengan alat bantu bola karet. Pada dasarnya anak suka dengan bermain,karena dunia anak adalah dunia bermain. Alat bantu bola karet diharapkan murid akan lebih termotivasi dalam proses pembelajaran passing bawah, Karena bola karet merupakan bola yang cukup ringan dan terasa lebih lunak jika menyentuh lengan murid. Untuk memperlancar proses pembelajaran , hal ini sesuai dengan pendapat Gagne yang dikutip oleh M. Sobry Sutikno (2009: 12 ) menjelaskan bahwa belajar bukanlah sesuatu yangterjadi secara alamiah tetapi hanya akan terjadi dengan adanya kondisi-kondisi tertentu, yaitu kondisi (a) internal, yang menyangkut kesiapan murid dan apa telah dipelajari sebelumnya , dan (b) eksternal, yang merupakan situasi belajar bdan penyajian stimuli yang secara sengaja di atur oleh guru dengan tujuan memperlancar proses belajar. Berkaitan dengan permasalahan tersebut peniliti mencoba meningkatkan pembelajaran passing bawah pada permainan bola voli dengan bermain melalui pendekatan bermain dengan alat bantu bola karet sebagai upaya tindakan peniliti,di harapkan meningkatkan proses pembelajaran dan selanjutnya akan meningkatkan hasil belajar murid karena pada dasarnya murid SD suka dengan bermain.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di UPT SDI ONTO NO 64 Kepulaua Selayar tempat saya Melaksanakan PPL II. Penentuan lokasi ini diharapkan memberi kemudahan khususnya menyangkut pengenalan lingkungan yang berhubungan dengan anak didik sebagai subjek penelitian atau menyaangkut personel yang akan membantu dalam kelancaran kegiatan ini.

Penelitian dilakukan sesuai dengan waktu pelajaran penjas berlangsung yaitu Hari Selasa mulai pukul 7.30 sampai 10.00 WIB.Kegiatan dipusatkan dihalaman sekolah. Sedangkan waktu cadangan seandainya hari tersebut ada halangan seperti hari libur atau hujan maka kegiatan dipindahkan ke hari sabtu karena hari tersebut waktu kosong yang bisa diisi dengan kegiatan ini. Alasan dilakukan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar murid terutama dalam pelajaran Penjas terutama passing bawah pada permainan bola voli. Mengelolanya maka merupakan suatu kendala dalam peningkatan hasil pembelajaran,

sehingga memerlukan usaha yang lebih keras dari semua unsur seperti kepala sekolah , guru, Murid serta komite sekolah dan orang tua siswa..

Dalam kelas V jumlah muridnya 18 orang .terdiri dari 10 orang laki-laki dan 8 orang perempuan dan yang bisa melakukan passing bawah hanya 7 orang yang tidak bisa 11 orang yang tidak bisa melakukan. Secara umum bila ditinjau dari social budaya dan ekonomi masyarakat peserta didik tergolong cukup perhatiannya terhadap pendidikan dan ini salah satu pendorong terhadap peningkatan kualitas pendidikan UPT SDI ONTO NO 64 Kepulauan Selayar walaupun hal tersebut bukan salah satu faktor yang menentukan kualitas pendidikan, masih banyak faktor lainnya seperti sarana dan prasarana sumber daya manusia dan pelaksanaan kurikulum.

Untuk menetapkan keabsahan ( trust worthiness) data diperlukan teknik pemeriksaan, ada empat kriteria yang digunakan untuk menetapkan keabsahan data , yaitu derajat kepercayaan ( credibility), keteralihan ( transferability) kebergantungan ( defendability), dan kepastian ( confirmability). ( Moleong, 2002: 173). Selanjutnya Moloeng ( 2002: 175) menyatakan ." pengecekan keabsahan data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik yaitu : triagulasi pengecekan keanggotaan/ member cek dan audittrai I" Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua teknik trigulasi yaitu tringulasi metode dan penyidik.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berdasarkan hasil tes passing bawah terhadap murid dalam tabel di atas, dapat dilihat bahwa persentase peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli pada siklus pertama sebesar 62,31% sedangkan pada siklus kedua tercapai 80,63%, dengan demikian indikator keberhasilan yaitu peningkatan kemampuan keterampilan passing bawah sebesar 18.3%.

Penggunaan dua siklus dalam penelitian ini, disebabkan oleh karena batas kemampuan para murid dalam melakukan keterampilan passing bawah pada permainan bola voli, hanya mampu dilakukan secara maksimal 80,63%. Apabila dilakukan siklus ketiga, maka hasil dalam pelaksanaan pembelajaran pada siklus ketiga, sama dengan hasil yang dicapai pada siklus kedua. Oleh karena hasil yang dicapai dalam siklus kedua, tidak akan berubah jika dilakukan pembelajaran pada siklus ketiga, sehingga dianggap cukup dengan siklus kedua tersebut.

### **Pembahasan**

Pada siklus pertama, pembelajaran pertama, pada tahapan awal guru memberikan tes kondisi awal untuk mengetahui kemampuan murid dalam melakukan passing bawah dengan waktu 30 detik setiap siswa. Setelah mengetahui kondisi awal sangat rendah maka guru langsung mengarahkan murid untuk melihat Audio Visual yang berisi materi passing bawah, selesai melihat Audio Visual murid kembali melakukan tes passing bawah selama 30 detik setiap siswa. Kemudian terakhir dilanjutkan pada refleksi pada tahapan ini guru hendaknya memberikan motivasi dan dorongan serta stimulan agar murid mampu berperan secara aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tertarik untuk mengembangkan kemampuannya pada permainan bola voli. Pada pembelajaran kedua, setelah guru mengetahui hasil dari tes pembelajaran pertama belum mencapai target maka guru kembali memperlihatkan video materi passing bawah. Penyampaian materi tersebut dilakukan menggunakan media audio visual yang didalamnya berisi materi tentang passing bawah, contoh video dan gambar passing bawah sendiri mengambil dari internet tentang Materi dasar passing bawah pada bola

voli yg di peragakan secara terampil dan diuraikan dengan rinci, jelas, dan menarik sehingga murid menemukan kemudahan-kemudahan dalam proses kemampuan murid didalamnya. Penyampaian materi bisa juga dengan menggunakan media pendukung kegiatan pembelajaran lainnya, dan contoh gerakan. Selesai melihat video dan penyampaiannya, murid kembali melakukan tes passing bawah dengan waktu tiga puluh menit secara ber gantian. Pada pembelajaran ketiga, guru merekam tiap murid yang melakukan gerakan passing bawah dengan waktu 30 detik untuk memperlihatkan hasil gerakan yang telah dilakukan oleh murid. Berikutnya murid melihat hasil foto dan rekaman gerakannya, supaya murid mengetahui kesalahan-kesalahan yang telah dilakukannya. Setelah direkam dan melihat hasil rekamannya guru memberikan remedial melakukan tes passing bawah dengan waktu tiga puluh detik. Kemudian terakhir dilanjutkan pada refleksi pada tahapan ini guru hendaknya memberikan motivasi dan dorongan serta stimulan agar murid mampu berperan secara aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tertarik untuk mengembangkan kemampuannya pada pengembangan diri olahraga permainan bola voli. Pada pembelajaran keempat, guru melihat hasil dari tes pertama, kedua, dan ketiga masih belum mencapai target, maka guru memberikan remedial tes passing bawah lagi dengan waktu yang sama yaitu tiga puluh detik.

Dari hasil tindakan yang telah dilakukan oleh kolaborator menunjukkan bahwa tingkat kesulitan belajar anak pada permainan bola voli, melalui keterampilan passing bawah, dapat diminimalisir dan bahkan bisa dihilangkan. Namun demikian perlu strategi dan cara yang tepat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, terlihat bahwa model pengajaran menggunakan Audio Visual, efektif untuk membantu meningkatkan hasil belajar permainan bola voli berupa peningkatan kemampuan keterampilan passing bawah. Peningkatan dari siklus pertama ke siklus kedua, disebabkan oleh mudahnya murid dalam mengoreksi gerakan keterampilan permainan bolavoli yang telah ia lakukan. Ini merupakan salah satu pengaruh positif dari penggunaan rekaman sebagai media untuk melakukan koreksi gerakannya. Diduga, dengan melihat kesalahan gerak dari rekaman video, terjadi proses penguatan kesadaran atas gerak keterampilan permainan bola voli dalam melakukan passing bawah, dengan kata lain, persepsi kinestetik gerak keterampilan passing bawah meningkat. Oxendine (1984: 347) menyimpulkan pengertian secara umum dari kinesthesia tampaknya terdiri dari empat faktor, yaitu: 1) penempatan segmensegmen tubuh, 2) kecermatan gerakan, 3) keseimbangan, dan 4) orientasi ruang. Faktor-faktor tersebut, yang memudahkan murid dalam melakukan keterampilan passing bawah.

## **PENUTUP**

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan model pembelajaran Audio Visual dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan permainan bola voli, terutama pada teknik passing bawah. Penerapan model pengajaran Audio Visual juga memiliki dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa. Respon siswa terhadap penggunaan model pengajaran Audio Visual secara umum bersifat positif, dan mereka berharap model tersebut dapat diterapkan pada pembelajaran materi lain. Kemudahan siswa dalam memahami pelajaran dan daya tarik dari model pembelajaran Audio Visual juga dapat meningkatkan motivasi mereka dalam mengikuti mata pelajaran

## **DAFTAR PUSTAKA**

Adisasmita, Yusuf. 1992. Olahraga Pilihan Permainan Bolavoli, Diktil P2TK, Jakarta  
Arikunto, dkk. 2008. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta:Bumi aksara.

- Calvin S. Hall & Gardner Lindzey. 1993. Teori-Teori Psikodinamik (Klinis); Psikologi Kepribadian 1. (terj. A. Supratiknya). Yogyakarta : Kanisius.
- Depdiknas. 2006. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 23 Tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk Satuan Pendidikan, Jakarta : Depdiknas.
- Masri'an & Aminarni & sugito.2021.Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan.Top brand gen z 2021.Kurikulum Merdeka
- Mc Niff, Jean.1992. Action Research : Principles and Practice. Second Edition. Routledge.
- Mosston, Muska, 1993. Teaching Physical Education, Second Edition. London:Macmillan Publishing.
- Puskur. 2006. Panduan Model Pengembangan Diri Melalui Pelayanan Konseling dan Ekstrakulikuler. Jakarta:Puskur.
- Rhea, dkk., (1997). Video Recall in Skill Learning, Percept Motor Skill 85, 1997)
- Sukoco, Padnio. 2002. Penelitian Kualitatif: Metodologi, Aplikasi, dan Evaluasi, Jakarta: Gunung Agung.
- Sugiyanto dan Sujarwo, 1993. Belajar Gerak. Jakarta:Depdikbud
- Suyanto dan Djihad Hisyam. 2000. Refleksi dan Reformasi Pendidikan Indonesia Memasuki Millenium III. Yogyakarta : Adi Cita.
- Wallace, M.J. 2007. Action research for Language Teacher. Cambridge: Cambridge University Press.