



## Global Journal Sport

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

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

DOI.10.35458

---

# EFEKTIVITAS METODE PASSING BERPASANGAN DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH DALAM PEMBELAJARAN BOLA VOLI

---

**Haerullah<sup>1</sup>, Yusuf, S.Pd,M.Pd<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> PJKR Universitas Negeri Makassar

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

<sup>2</sup> PJKR, SMAN 10 Enrekang

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

---

### Artikel info

Received: 02-03-2023

Revised: 03-04-2023

Accepted: 04-05-2023

Published, 25-05-2023

### Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dimana dalam penelitian ini menggunakan 1 siklus yang dilakukan selama 3 kali pembelajaran. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang yang berjumlah 26 siswa. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu tes, observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui metode passing berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah dalam pembelajaran bola voli pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang. Hal ini dapat dilihat dari persentase ketuntasan hasil belajar di siklus 1 meningkat, dengan persentase ketuntasan 88% pada siklus 1

---

### Key words:

Hasil belajar Passing bawah,  
Bola voli, Metode  
Berpasangan

 artikel global teacher professioanl dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

---

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha secara sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan di kabupaten enrekang pada dasarnya merupakan salah satu upaya secara sadar yang dilakukan untuk meningkatkan suatu taraf pengetahuan dalam masyarakat, tetapi dalam pendidikan di kabupaten enrekang masih banyak hal hal yang tidak sesuai dengan tujuan dan hasil pembelajaran yang ingin dicapai yang disebabkan karena penguasaan materi pembelajaran yang masih kurang dan metode metode yang digunakan oleh tenaga pendidik lebih mengarah secara monoton yang menyebabkan siswa merasa jemu dalam mengikuti pembelajaran, oleh karena itu dalam meningkatkan mutu di pendidikan di kabupaten enrekang

diperlukan peningkatan penguasaan materi ajar dan meningkatkan metode metode yang digunakan oleh tenaga pendidik dalam pembelajaran agar tujuan dan hasil bisa tercapai.

Tujuan pendidikan juga dapat tercapai dengan terpenuhinya sarana dan prasarana pembelajaran. Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik,fisik dan mental. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses keseluruhan proses pendidikan, artinya pendidikan menjadi salah satu media untuk membantu tercapai tujuan pendidikan secara keseluruhan proses pendidikan jasmani diharapkan dapat berkontribusi positif terhadap peningkatan indeks pembangunan manusia.

Bola voli adalah olahraga tim di mana dua tim yang terdiri dari enam individu bersaing satu sama lain menggunakan bola besar. Masing-masing pihak memiliki tiga peluang untuk memainkan bola di zona pertahanannya. Bola voli adalah olahraga di mana pemain memukul bola di udara bolak-balik melewati net dengan tujuan mendaratkan bola di lapangan lawan dan memenangkan permainan. Servis atas, servis bawah, passing atas, passing bawah, smash, dan blok adalah semua teknik gerakan yang digunakan dalam permainan bola voli. Prinsipnya adalah harus mudah diterima. dalam melakukan passing bawah dilakukan kegiatan kegiatan bermain secara sederhana dan tugas latihan yaitu Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan, Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar, Pandangan ke arah datangnya bola, Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai, Usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah badan, Titik sentuh bola yang baik tepat pada pergelangan tangan, Tumit terangkat dari lantai, Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus,Pandangan mengikuti arah gerakan bola.

Data observasi yang diperoleh dari hasil belajar teknik dasar passing bawah bola voli, dimana dari 26 siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang terdapat 7 orang siswa yang tuntas dimana nilainya di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM) dengan persentase 27%. Sedangkan 19 siswa yang nilainya dibawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) dengan persentase 73%. Hal ini disebabkan karena di kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang sebagian besar siswa belum memahami proses atau langkah langkah dalam melakukan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli. Sehingga pada saat melakukan teknik dasar passing bawah secara mandiri atau dengan teman sejawatnya , perkenaan bola pada saat melakukan teknik dasar passing bawah masih tidak terarah pada sasaran karena tidak tepatnya perkenaan bola pada pergelangan tangan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti akan menerapkan metode passing berpasangan dalam pembelajaran teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli.

Metode berpasangan dapat diartikan sebagai suatu bentuk atau cara membantu siswa agar dapat belajar secara efektif dan efisien, mengenai pada tujuan yang diharapkan dimana satu siswa sebagai pelaku dan siswa lainnya sebagai pengamat dan setelah itu bergantian. Melalui metode ini setiap pasangan dapat mengenal karakter dan perbedaan kemampuan setiap pasangannya. Semakin banyak aktivitas yang berbeda pada setiap pasangan akan memantapkan kemampuan siswa bekerja sama dalam berpasangan. pembelajaran passing berpasangan dapat meningkatkan koordinasi tangan dan kaki,meningkatkan kekuatan dan kelentukan otot tangan,meningkatkan kelincahan dalam mengoper bola dan meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli. Syaifuddin, mengemukakan bahwa pembelajaran passing berpasangan memiliki manfaat diantaranya : meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli, melatih siswa belajar mandiri dalam pembelajaran bola voli.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas artinya penelitian yang dilakukan di sekolah dengan tekanan pada penyempurnaan atau peningkatan dan praksis pembelajaran. Dalam penelitian ini akan menggunakan 1 siklus tetapi jika siklus 1 tidak tuntas maka dilanjutkan dengan siklus 2 dengan menerapkan metode passing berpasangan dengan pokok permasalahan yaitu bagaimana meningkatkan hasil belajar teknik dasar passing bawah dengan menggunakan metode passing berpasangan pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang. Dalam satu siklus terdapat tiga kali pertemuan dan disetiap pertemuan terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. perhitungan hasil belajar yaitu di hitung dengan menjumlahkan seluruh nilai kognitif, afektif dan psikomotorik kemudian di bagi tiga dan itu menjadi nilai akhir bagi siswa, sesuai dengan rumus tersebut harus sesuai dengan nilai KKM yang ditetapkan di sekolah SMA Negeri 10 Enrekang yaitu 75. maka penilitan ini dikatakan berhasil jika 80% dari 26 siswa telah mencapai nilai KKM yang ditetapkan di sekolah SMA Negeri 10 Enrekang

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Pada siklus 1 tahapan pelaksanaan tindakan kelas dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah melalui metode passing bawah secara berpasangan pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang terdiri dari beberapa tahapan yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap observasi dan refleksi. Tahapan tahapan tersebut dapat di uraikan sebagai berikut :

#### **1) Tahap Perencanaan**

Pada tahap perencanaan ini di awali dengan berkonsultasi dengan guru olahraga SMA Negeri 10 Enrekang terlebih dahulu selaku guru pamong. Konsultasi antara peneliti dan guru pamong meliputi waktu pelaksanaan tindakan yang akan digunakan untuk penelitian, dan mengkonsultasikan RPP yang akan digunakan pada saat penelitian. Dari hasil konsultasi antara peneliti dan guru pamong diperoleh pelaksanaan tindakan akan di lakukan pada 12 juli 2021 dan kelas yang akan di teliti yaitu kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang.

#### **2) Tahap Pelaksanaan**

Pelaksanaan tahapan penelitian tindakan kelas dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dengan rincian yaitu dilakukan tiga kali proses pembelajaran passing bawah secara berpasangan dengan pertemuan ke tiga diakhiri dengan evaluasi untuk mengetahui apakah ada peningkatan hasil belajar passing bawah dengan menggunakan metode passing bawah secara berpasangan pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang. Setiap pertemuan proses pembelajaran passing bawah secara berpasangan dilakukan dalam durasi 3 x 45 menit, kegiatan yang dilakukan dalam tahap pelaksanaan yaitu kegiatan awal, kegiatan inti dan penutup.

##### **a.Kegiatan awal**

- 1) Peneliti membuka pelajaran dengan mengucapkan salam
- 2) Peneliti memperkenalkan diri kepada siswa
- 3) Peneliti melakukan absensi kehadiran siswa
- 4) Peneliti memberika motivasi dan tujuan yang hendak ingin dicapai dalam pembelajaran
- 5) Melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas

##### **b.Kegiatan inti**

- 1) Mengamati

Pada tahap mengamati siswa mendengarkan materi tentang permainan bola voli yang disampaikan oleh peneliti.

2) Menanya

3) Peserta didik bertanya tentang cara melakukan passing bawah yang benar

4) Ekspolarasi dan Elaborasi

a) Peneliti menjelaskan materi bola voli dan menjelaskan cara melakukan passing bawah yang benar

b) Peneliti memberikan contoh cara melakukan passing bawah yang baik dan benar

c) Peneliti mempersilahkan siswa bertanya tentang bagian yang tidak dimengerti

d) Peneliti membagi siswa dalam beberapa kelompok kecil

e) Peneliti memberikan bola voli kepada siswa untuk mempraktekkan passing bawah secara berpasangan

f) Peneliti memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan passing bawah secara berpasangan dan meminta siswa untuk melakukan 10-15 kali passing bawah setiap pasangan dan dilakukan secara bergilir untuk setiap pasangan

c. Penutup

Sebelum pembelajaran di akhiri peserta didik dikumpulkan dan melakukan coolingdown untuk melemaskan otot, kemudian berdoa sebelum kembali ke kelas dengan penuh disiplin dan setiap di akhir pembelajaran peneliti berkolaborasi dengan guru pamong untuk melakukan evaluasi terkait dengan apa yang dilakukan siswa selama pembelajaran dan menjadi bahan pertimbangan untuk melakukan perbaikan untuk pertemuan selanjutnya.

1.Tahap observasi

Pada tahap ini peneliti berkolaborasi dengan guru pamong dalam mengamati siswa selama proses pembelajaran dari pertemuan pertama sampai pertemuan ke tiga. Pengamatan ini juga dilakukan untuk memperoleh penilaian individu siswa yang di butuhkan oleh peneliti. Adapun format pengamatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu :

a) Berperilaku sportif dalam bermain, bertanggung jawab atas sarana dan prasarana serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitarnya serta menunjukkan kemauan kerja sama dalam melakukan aktivitas fisik

b) Proses belajar mengajar menggunakan metode passing berpasangan dengan tujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang

#### **Deskripsi Ketuntasan Siklus I Hasil Belajar Passing bawah pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang**

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase
$\geq 75$	Tuntas	23	88 %
$\leq 74$	Tidak Tuntas	3	12 %

Pada tabel di atas menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar passing bawah pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang yaitu 88 % siswa yang tuntas dengan frekuensi sebanyak 23 siswa dan 12 % siswa yang tidak tuntas dengan frekuensi 3 siswa.

4. Refleksi

Setelah selesai tindakan sampai akhir siklus, peneliti berkolaborasi dengan guru pamong mendiskusikan hasil pengamatan selama penelitian. Berdasarkan hasil pengamatan, peneliti membandingkan antara data awal hasil belajar passing bawah pada siswa kelas X IPA SMA

Negeri 10 Enrekang dengan penilaian hasil tindakan dengan menggunakan passing bawah secara berpasangan pada siklus 1, diperoleh rata rata ketepatan passing bawah pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang di Desa Pasui, Kecamatan Buntu Batu, Kabupaten Enrekang Tahun Ajaran 2020/2021 mengalami peningkatan dari rata rata persentase ketuntasan pada data awal adalah 27% dan mengalami peningkatan setelah dilakukan tindakan pada siklus 1 yaitu 88 % siswa yang tuntas, dan siswa yang nilainya tidak mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal kurang menjadi 12 % dengan frekuensi 3 siswa. 3 siswa tidak lulus karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu siswa yang tidak tuntas karena kurangnya kemauan untuk bekerja sama dalam melakukan aktifitas fisik selama proses tindakan dan kurangnya juga tanggung jawab dalam menggunakan sarana dan prasarana tanpa memperhatikan keselamatan diri sendiri dan orang lain disekitarnya dan masih adanya ketidak pahaman tentang materi materi bola voli yang di amgkat oleh peneliti sehingga nilai kognitif dan afektifnya kurang sehingga nilainya tidak mencapai nilai kkm yang ditetapkan di sekolah. setelah berdiskusi dengan kolaborator dalam hal ini adalah guru mata pelajaran pendidikan jasmani maka penelitian pada siklus 1 yang dilaksanakan selama 3 kali pertemuan pembelajaran dapat dihentikan.

### **Pembahasan**

Berdasarkan refleksi dari data yang terkumpul maka hasil penelitian pada akhir siklus 1 menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar passing bawah dalam pembelajaran bola voli dengan menggunakan metode passing berpasangan pada siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang, dimana terdapat 23 siswa yang memiliki nilai tuntas dengan persentase 88 % dan 3 orang siswa yang tidak tuntas dengan persentase 12 %. Pada siklus 1 pada saat tindakan dilakukan peneliti berkolaborasi dengan guru pamong, dimana dalam setiap pertemuan dalam siklus 1 selalu menggunakan metode berpasangan mulai dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan ke tiga dan disetiap akhir pertemuan pembelajaran peneliti bersama dengan guru selalu mengevaluasi kekurangan dari setiap gerakan siswa pada saat melakukan passing bawah, sehingga evaluasi tersebut menjadi bahan pertimbangan untuk pembelajaran berikutnya.

Pada pertemuan pertama peneliti menjelaskan tentang materi bola voli kepada siswa dengan konsentrasi lebih ke passing bawah dalam permainan bola voli, peneliti bagaimana gerakan fundamental dalam gerakan passing bawah bola voli. Pada pertemuan pertama peneliti mengarahkan siswa untuk melakukan gerakan passing bawah tanpa menggunakan bola kemudian dilanjutkan dengan mempraktekkan sikap perkenaan bola dengan menggunakan metode berpasangan dengan cara satu siswa memegang bola dan siswa yang satu melakukan gerakan sikap perkenaan passing bawah dalam permainan bola voli. Dan di akhir pembelajaran peneliti berdiskusi dengan guru pamong untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa tentang gerakan dasar passing bawah yang sudah dilakukan.

Dalam pertemuan kedua peneliti membuka pelajaran dengan selalu menjelaskan tentang materi passing bawah dalam permainan bola voli untuk merefleksikan ingatan siswa tentang materi sebelumnya, kemudian peneliti memberikan tindakan lagi dengan metode passing berpasangan dengan cara siswa dibagi dalam kelompok kecil yang terdiri dari dua orang dalam setiap kelompok dan tindakan yang dilakukan oleh peneliti yaitu salah satu siswa melambungkan bola dan satu siswa yang lain melakukan passing bawah dan itu dilakukan selama 10-15 kali kemudian bergantian lagi dengan teman kelompoknya.

Pada pertemuan ketiga peneliti membuka pelajaran dengan menjelaskan materi passing bawah bola voli ,kemudian melakukan tindakan kelas dengan menggunakan metode passing berpasangan , dimana setiap kelompok melakukan passing bawah secara berpasangan dan itu dilakukan 10-15 kali passing bawah dan setelah itu bergantian dengan teman kelompok lain.

Dan di akhir pembelajaran peneliti mempersilahkan siswa istirahat terlebih dahulu sekitar 10 menit kemudian peneliti melakukan evaluasi tentang cara siswa melakukan passing bawah dan juga melakukan evaluasi penilaian produk siswa dalam melakukan passing bawah dan dilanjutkan dengan penilaian kognitif di ruang kelas dengan membagikan soal untuk mengevaluasi nilai kognitif siswa. Dan setelah selesai merekap nilai hasil belajar passing bawah siswa kelas X IPA SMA Negeri 10 Enrekang setelah diberikan tindakan, maka dapat dilihat bahwa adanya peningkatan hasil belajar passing bawah dengan rata rata nilai keseluruhan siswa adalah 83, hal itu sudah mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal yang ditetapkan di SMA Negeri 10 Enrekang yaitu 75.

## **PENUTUP**

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa proses pembelajaran passing bawah dalam pembelajaran bola voli dengan menggunakan metode passing berpasangan dapat meningkatkan kemampuan setiap siswa dibandingkan dengan sistem pembelajaran yang satu arah, sehingga metode passing berpasangan dapat dijadikan salah satu metode dalam pembelajaran bola voli di SMA Negeri 10 Enrekang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aqib Zaina I, Amrullah Ahmad. 2018. *PENELITIAN TINDAKAN KELAS*. Ed.1. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Ateng Abdul Kadir. *ASAS DAN LANDASAN PENDIDIKAN JASMANI*. DEPARTEMEN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN RIREKTORAT JENFERAL PENDIDIKAN TINGGI.
- Beutelstah Dieter. 2015. *BELAJAR BERMAIN BOLA VOLLEY*. bandung: CV. PIONER JAYA Bandung.
- Dieter Beutelstahl. 2015. *BELAJAR BERMAIN BOLA VOLI*. bandung: CV. PIONER JAYA Bandung.
- eppi. 2019. “RPP 3 VOLI PASSING BAWAH.” : 10.
- fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas megarezky makassar. 2021. “Pedoman Pembimbing Tugas Akhir” ed. fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas megarezky makassar. : 57–71. <http://marefateadyan.nashriyat.ir/node/150>.
- Hamdayama Jumanta. 2016. *METODOLOGI PENGAJARAN*. Cet.1. ed. Suryani. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Janwar Muhammad. “UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH MELALUI METODE PEMBELAJARAN PASSING BERPASANGAN DALAM PEMBELAJARAN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS X IIS SMA NEGERI 19 MAKASSAR.” *EXERCISE*.
- Komaruddin. 2016. *PENILIAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*. Cetakan 1. ed. Nita Nur Mulia. bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Rosdiani Dini. 2013. *PERENCANAAN PEMBELAJARAN Dalam PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN*. ke-2. bandung: Alfabeta.
- Saat Sulaiman, Mania Sitti. 2019. *Pengantar METODOLOGI PENELITIAN*. 1st ed. ed. Muzakkir. Gowa, Sulawesi Selatan: PUSAKA ALMAIDA.
- Suwandar Etor, Rohendi Aep. 2017. *METODE LATIHAN DAN PEMBELAJARAN BOLA VOLI UNTUK UMUM*. ke-2. bandung: Alfabeta.
- Wahidi, Deden, Rahmat. 2018. "Pengaruh Pembelajaran Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli." *JUARA : Jurnal Olahraga* 3(2): 96.