



---

## **PENERAPAN PEMBELAJARAN ICE BREAKING TERHADAP HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI PESERTA DIDIK**

**Hartinah<sup>1</sup>**

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

Email : [hartinahtakdir60@gmail.com](mailto:hartinahtakdir60@gmail.com)

---

<b>Artikel info</b>	<b>Abstrak</b>
<i>Received; 02-03-2023</i> <i>Revised; 03-04-2023</i> <i>Accepted; 04-05-2023</i> <i>Published; 25-05-2023</i>	<p>Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kemampuan belajar Bola Voli peserta didik dan bagaimana peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi Gerak Dasar Teknik Passing Bawah Bola Voli dengan menggunakan Metode Pembelajaran Ice Breaking. Jenis Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Instrumen yang digunakan yaitu 1) Tes Afektif, 2) Tes Kognitif, 3) Tes Psikomotor (Passing Bawah). Desain Penelitian menggunakan model Arikunto (2009:16) . Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan tes. Pelaksanaan Tindakan meliputi empat langkah yaitu : 1) Perencanaan (Planning), 2) Pelaksanaan Tindakan (Action), 3) Pengamatan (Observation), 4) Refleksi (Reflection). Berdasarkan hasil penelitian pada tahap pra siklus diperoleh nilai rata-rata peserta didik sebesar 69 dengan persentase ketuntasan belajar 36 %, meningkat pada siklus I dimana nilai rata-rata peserta didik sebesar 77 dengan persentase ketuntasan belajar 64 %. Kemudian pada siklus II juga mengalami peningkatan dengan nilai rata-rata peserta didik sebesar 86 dan persentase ketuntasan belajar sebesar 93%. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran ice breaking terhadap materi gerak dasar teknik passing bawah Bola Voli dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.</p>

---

**Key words:**

*Metode, Pembelajaran,  
Hasil Belajar PJOK,  
Bola voli*

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



---

### **PENDAHULUAN**

Dalam pembelajaran di sekolah, banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran diantaranya: guru, peserta didik, kurikulum, lingkungan belajar dan sebagainya. Belajar merupakan hal yang kompleks yang bisa dipandang dari dua subjek, yaitu dari peserta didik dan guru. Dari segi peserta didik, belajar dialami dalam satu proses yaitu mental, dimana bahan belajarnya berupa alam, hewan, tumbuhan, manusia, dan bahan yang

telah terhimpun dalam buku-buku pelajaran. Dari segi guru, belajar lebih ke dalam tahapan menyiapkan, tahapan dimana seorang guru mengenal anak, melihat psikologi, mengatur pembelajaran yang sesuai untuk anak didiknya, serta perancangan pembelajaran yang bervariasi. “Guru sebagai pengelola kegiatan belajar mengajar memiliki tugas yang tidak mudah, karena ia merupakan faktor yang besar pengaruhnya terhadap pencapaian kualitas pembelajaran yang baik”.

Secara umum, dalam pembelajaran terdapat beberapa kendala yang dapat menghambat proses belajar mengajar. Misalnya, pada beberapa sekolah masih terdapat beberapa guru yang belum bisa menggunakan metode serta media yang menarik dalam pembelajaran. Bahkan kurangnya informasi teknologi (internet, proyektor dan komputer) dikarenakan keterbatasan sarana dan prasarana. Sehingga proses belajar mengajar terbelah monoton. Dari peserta didik sendiri, masalah secara umum adalah kurangnya daya konsentrasi dan motivasi belajar.

Untuk melihat kualitas pembelajaran maka dapat diukur dari dua sisi, yakni proses dan hasil belajar. Proses belajar berkaitan dengan pola perilaku siswa dalam mempelajari bahan pelajaran. Sedangkan hasil belajar berkaitan dengan perubahan perilaku yang diperoleh sebagai pengaruh dari proses belajar. Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, dibutuhkan persiapan yang maksimal agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan diikuti dengan hasil belajar yang baik pula.

Namun pada kenyataannya, berdasarkan dari observasi awal sebelum penelitian, ditemukan masalah tentang proses pembelajaran pada mata pelajaran PJOK yaitu, peserta didik masih banyak mengobrol pada saat pembelajaran sehingga menyebabkan kurangnya konsentrasi peserta didik terhadap mata pelajaran tersebut, kurang variatifnya guru dalam menyampaikan materi sehingga peserta didik bosan dan cenderung mengantuk dikelas, keterbatasan sarana dan prasarana (alat olahraga) sehingga peserta didik tidak bisa mengembangkan pengetahuan mengenai materi Pendidikan Jasmani, karena hanya terbatas dari buku cetak. Sedangkan masalah yang berhubungan dengan hasil belajar, ditemukan masih adanya nilai peserta didik dibawah nilai KKM yang sudah ditetapkan.

Dengan demikian, seorang guru harus menjadi motivasi bagi diri dan peserta didiknya dengan memberikan suguhan model dan materi pembelajaran secara aktif, salah satunya dengan menerapkan model pembelajaran ice breaking di dalam pembelajaran. Ice breaking merupakan permainan atau kegiatan yang sederhana, ringan dan ringkas yang berfungsi untuk mengubah suasana kebekuan, ketakutan, rasa bosan atau mengantuk dalam pembelajaran. Sehingga bisa membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusias yang dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, serius tapi santai.

Dalam melakukan ice breaking, guru memerlukan panduan-panduan atau cara untuk menjalankannya agar ice breaking berjalan optimal yang hasilnya juga akan dirasakan oleh guru dan peserta didik. Salah satunya dengan cara mengingat panduan atau cara yang sudah di siapkan terlebih dahulu, agar tidak lupa dan tersalurkan kepada tujuannya, yaitu peserta didik.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Suharsimi Arikunto (2003:3) Penelitian Tindakan Kelas merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan

dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh peserta didik.

PTK dipilih dalam penelitian ini sebab peneliti ingin meningkatkan kualitas pembelajaran secara khusus dalam hal Ice Breaking untuk meningkatkan efektivitas proses belajar peserta didik kelas VII. Kegiatan penelitian ini dilakukan dengan mengikuti alur pokok: perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, refleksi dan perencanaan ulang. PTK ini dilakukan dalam dua siklus, tetapi jika kedua siklus yang telah dilakukan belum mencapai target, maka akan dilakukan siklus selanjutnya. Penelitian ini dilaksanakan di UPT SPF SMP Negeri 14 Bulukumba, Kecamatan Bulukumba, Kabupaten Bulukumba. Pada bulan Maret 2023.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif dan kuantitatif, yaitu menggambarkan masalah sebenarnya yang ada di lapangan kemudian di refleksikan dan dianalisis berdasarkan teori yang mendukung kemudian dilakukan pelaksanaan penelitian tindakan kelas. Pendekatan ini digunakan untuk mendapatkan gambaran yang nyata tentang kondisi yang ada di kelas selama proses belajar berlangsung.

Prosedur yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini berbentuk siklus yang akan berlangsung melalui dua siklus, dimana setiap siklus bisa terdiri dari satu pertemuan atau lebih. Pada akhir pertemuan diharapkan dapat tercapai yaitu meningkatnya motivasi belajar peserta didik yang juga dapat mempengaruhi hasil belajar pada mata pelajaran PJOK materi gerak dasar bola voli. Layaknya sebuah penelitian, PTK juga memiliki prosedur atau aturan yang perlu di perhatikan. Prosedur tersebut berguna bagi para guru yang akan melaksanakan PTK. Arikunto (2013:17) menjelaskan bahwa satu siklus PTK terdiri dari empat langkah yaitu : (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi. Penelitian ini menggunakan prosedur sesuai bagan yang digambarkan oleh Suharsimi Arikunto. Arikunto (2009: 16) dalam bukunya menggambarkan bagan dari sebuah prosedur penelitian adalah sebagai berikut:

Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah peserta didik kelas VII UPT SPF SMP Negeri 14 Bulukumba semester genap tahun ajaran 2022-2023 berjumlah 14 siswa. Terdiri dari 8 siswa perempuan dan 6 peserta didik laki-laki. Keadaan peserta didik tergolong heterogen karena ada siswa yang mempunyai tingkat kemampuan belajar bagus, ada yang sedang dan juga ada yang masih kurang.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa teknik dalam pengumpulan data, diantaranya adalah dengan melalui Observasi dan test. Observasi dilakukan untuk mengamati aktivitas peserta didik (afektif) saat mengikuti proses belajar mengajar.

Sementara pengumpulan data secara tes dilakukan dengan pemberian tugas untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan (kognitif) peserta didik tentang materi Teknik Dasar Bola Voli. Tes juga dilakukan untuk mengetahui keterampilan (Psikomotor) peserta didik tentang Teknik Dasar Bola Voli. Penelitian dilakukan mulai pada tahap pra siklus yang digunakan untuk mengetahui kondisi awal dari kemampuan teknik dasar bola voli peserta didik juga pada tahap siklus I dan siklus II untuk mengetahui peningkatan keterampilan Teknik Dasar BolaVoli. Adapun untuk penyajian data dalam penelitian ini, peneliti akan membagi menjadi

tiga bagian tahapan pelaporan yaitu tahap prasiklu, tahap siklus I dan tahap siklus II.

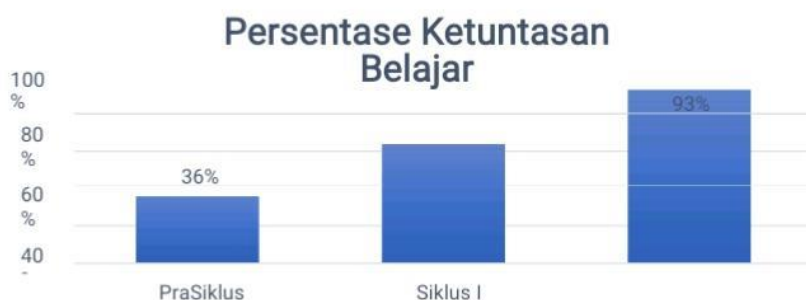
Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari setiap pertemuan di tiap siklusnya seperti pada gambar diagram berikut :



Gambar 4.1. Grafik Peningkatan Peserta Didik yang Tuntas

Berdasarkan gambar diatas dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan jumlah peserta didik yang tuntas. Dimana pada tahap pra siklus jumlah peserta didik yang tuntas 5 peserta didik kemudian meningkat pada siklus I jumlah peserta didik yang tuntas ada 9 peserta didik kemudian pada siklus II terjadi peningkatan dimana jumlah peserta didik yang tuntas sebanyak 13 peserta didik dari total jumlah peserta didik adalah 14.

Peningkatan jumlah peserta didik yang tuntas juga mempengaruhi persentase ketuntasan belajar peserta didik dimana terjadi peningkatan pada tiap siklusnya. Hal ini bisa kita lihat dari gambar 4.2. Diagram Persentase ketuntasan belajar peserta didik dimana terjadi peningkatan persentase belajar yang awalnya pada tahap pra siklus sebesar 36% meningkat pada siklus I sebesar 64% dan juga meningkat pada siklus II sebesar 93% sehingga memenuhi syarat persentase ketuntasan belajar peserta didik yang ditetapkan sekolah sebesar 80%.



Gambar 4.2. Grafik peningkatan Persentase Ketuntasan Belajar

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kemampuan belajar Bola Voli peserta didik kelas VII UPT SPF SMP Negeri 14 Bulukumba pada tahap pra siklus perlu untuk ditingkatkan. Hal ini terlihat dari data yang diperoleh dari tahap pra siklus dimana peserta didik yang tuntas lebih sedikit dibandingkan peserta didik yang belum tuntas. Dari jumlah 14 peserta didik, hanya 5 peserta didik yang berhasil mencapai KKM, 9 peserta didik belum mencapai KKM sehingga persentase ketuntasan belajar yang diperoleh sebesar 36% dengan nilai rata-rata sebesar 69 dan belum mencapai KKM yang ditentukan oleh sekolah. Hal ini disebabkan oleh kurangnya minat dan motivasi peserta didik karena kebiasaan guru menerapkan metode ceramah dalam setiap proses pembelajaran. Untuk itu, peneliti menggunakan metode ice breaking untuk meningkatkan minat

dan motivasi belajar peserta didik yang pastinya akan mempengaruhi hasil belajar. Hal ini dibuktikan dengan hasil belajar peserta didik pada siklus I dengan menerapkan Metode Ice Breaking yang menunjukkan adanya peningkatan dimana nilai rata-rata kelas yaitu 77, dengan peserta didik yang tuntas sebanyak 9 dari 14 jumlah peserta didik kelas VII sehingga persentase yang diperoleh sebesar 64%, hal yang menyebabkan 5 peserta didik tersebut tidak tuntas dikarenakan memiliki tingkat pemahaman yang rendah, sehingga sulit untuk konsentrasi dalam pembelajaran sehingga nilai yang diperoleh masih banyak yang belum mencapai KKM yaitu 75 dan persentase ketuntasan belajar yaitu 80%. Pada perbaikan siklus II peserta didik mulai terbiasa mengikuti pembelajaran dengan Metode Pembelajaran ice breaking sehingga hasil belajar peserta didik meningkat. Terlihat dari kenaikan nilai rata-rata kelas pada siklus II yaitu 86. Jumlah peserta didik yang tuntas sebanyak 13 peserta didik dari 14, jadi hanya tersisa satu saja yg tidak tuntas dari peserta didik dengan persentase ketuntasan belajar sebesar 93%. Sementara 1 peserta didik yang tidak tuntas dari siklus II ini dikarenakan peserta didik tersebut tidak menyukai bahkan tidak termotivasi mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK sehingga sering datang terlambat dan mempengaruhi hasil belajar peserta didik tersebut. Hasil belajar dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor internal seperti kondisi fisiologi, kecerdasan, bakat, minat, motivasi, dan kemampuan kogniti. Dan faktor eksternal seperti faktor lingkungan dan faktor instrumental. Hal ini sesuai dengan pendapat Slameto, 2010 dimana motivasi merupakan faktor yang berpengaruh cukup besar terhadap hasil belajar. Sedangkan menurut Nashar(2004) motivasi belajar merupakan kecendrungan peserta didik untuk melakukan kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai hasil belajar sebaik mungkin. Motivasi belajar akan mendorong semangat belajar pada peserta didik dan sebaliknya kurangnya motivasi belajar peserta didik akan melemahkan semangat belajar yang juga akan mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Hal inilah yang dialami oleh 1 peserta didik yang tidak tuntas, yang tidak termotivasi mengikuti kegiatan pembelajaran sehingga minat belajarnya pun rendah.

Berdasarkan pembahasan diatas menunjukkan bahwa pemanfaatan metode pembelajaran ice breaking dapat meningkatkan motivasi peserta didik dalam belajar, peserta didik mudah memahami materi, pembelajaran lebih menarik sehingga hasil belajar peserta didik mengalami peningkatan. Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan dari siklus I sampai siklus II sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian telah mengalami keberhasilan.

## **PENUTUP**

Hasil belajar peserta didik pada tahap pra siklus (data awal) belum mencapai target KKM sebesar 75 dan persentase ketuntasan belajar sebesar 80% sehingga perlu adanya suatu upaya perbaikan untuk meningkatkan hasil belajar. Melalui Metode Pembelajaran Ice Breaking dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik. Hal ini sesuai dengan hasil belajar peserta didik yang diperoleh dari siklus I sampai siklus II, dimana nilai rata-rata siklus I sebesar 77, meningkat pada siklus II menjadi 86. Dengan demikian, penerapan Metode Pembelajaran Ice Breaking dalam pembelajaran PJOK materi Teknik Dasar Passing Bawah Bola Voli meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik kelas VII UPT SPF SMP Negeri 14 Bulukumba.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- A. M. Sardiman, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), h. 51.
- Ahmadi Nuril (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008) h. 12.
- Ahmad Susanto, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), h. 154.
- Arma, Abdullah, & Manaji, Agus (1994). *Dasar – Dasar Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arikunto, Suharsimi, dkk. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *bagian Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Catharina Tri Anni, *Psikologi Belajar* (Semarang: IKIP Semarang Press, 2004), h. 4.
- Candri, "Pengaruh Penerapan Ice Breaking Dalam Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Di Smp Negeri 1 Gebang Kecamatan Gebangkabupaten Cirebon". Cirebon: Skripsi IAIN Syekh Nurjati Cirebon, 2013.
- Darmansyah, *Strategi pembelajaran Menyengkan dengan Humor*, Bumi Aksara (Jakarta: 2017) h.3
- Depoter, Bobby, Goleman, Howard dkk. 2016. *Membiasakan Pembelajaran Nyaman dan Menyenangkan*. Jakarta: PT. Mizah Pustaka.
- Said. M. 2010. *80+ Ice Breaking Games*. Kumpulan Permainan Penggugah Semangat. Yogyakarta: Andi Publisher.
- Sunarto, *Icebreaker dalam Pembelajaran Aktif* (Surakarta: Cakrawala Media, 2012)
- Wardhani, Igak, dkk, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: Universitas Terbuka, 2007)