



# Global Journal Sport Inovation Research

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

Volume 1, Nomor 1 Januari 2025

e-ISSN: 5218-2X24

DOI.10.35458

---

## PENERAPAN PENGGUNAAN BOLA PLASTIK UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATERI BOLA VOLI TEKNIK PASSING PADA PEMBELAJARAN PJOK PERMIANAN SISWA KELAS VI UPT SPF SDI BERTINGKAT MAMAJANG 3

Muhammad Wal Iqram S<sup>1</sup>, Rusli<sup>2</sup>, Rosmiati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : [1muhammadwaliqram@gmail.com](mailto:1muhammadwaliqram@gmail.com)

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : [2ruslifik@gmail.com](mailto:2ruslifik@gmail.com)

<sup>3</sup>UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3

Email : [3rosmiatimmj4@gmail.com](mailto:3rosmiatimmj4@gmail.com)

Artikel info	Abstrak
Received: 02-03-2025	
Revised: 03-04-2025	
Accepted: 04-05-2025	
Published, 25-05-2025	
	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan penggunaan bola plastik dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi bola voli, khususnya dalam teknik passing, dalam pembelajaran PJOK di kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus yang melibatkan 30 siswa. Pada Siklus I, penggunaan bola plastik diperkenalkan untuk membantu siswa yang kesulitan menguasai teknik passing dengan bola voli biasa yang lebih berat. Hasil dari Siklus I menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan, namun terdapat peningkatan motivasi dan keterlibatan. Setelah evaluasi dan perbaikan pada Siklus II, hasil belajar siswa meningkat secara signifikan, dengan lebih banyak siswa yang menguasai teknik passing dengan benar. Secara keseluruhan, penggunaan bola plastik terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, meningkatkan kepercayaan diri, serta mempermudah siswa dalam memahami teknik dasar bola voli. Penelitian ini menyimpulkan bahwa bola plastik merupakan media pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan teknik passing dalam pembelajaran PJOK.

---

### Kata Kunci:

Bola Plastik, Hasil  
Belajar, Teknik Passing,  
Bola Voli, Penelitian  
Tindakan Kelas.

artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peranan penting dalam mengembangkan keterampilan fisik dan sosial siswa. Latar belakang penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 dengan menggunakan bola plastik sebagai media pembelajaran. Permasalahan dalam pembelajaran olahraga, khususnya bola voli, sering kali terletak pada ketidakmampuan siswa dalam melakukan teknik dasar, termasuk passing bawah. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada upaya untuk meningkatkan keterampilan tersebut melalui pendekatan yang lebih inovatif. Olahraga merupakan bagian penting dari pendidikan jasmani yang tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial dan emosional siswa. Dalam konteks pendidikan di Indonesia, olahraga menjadi salah satu komponen kurikulum yang wajib diajarkan di sekolah dasar. Namun, seringkali hasil belajar siswa dalam olahraga masih rendah, terutama dalam teknik dasar permainan bola voli (Jenaan et al., 2024).

Bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang populer di kalangan siswa sekolah dasar. Meskipun demikian, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik passing bawah, yang merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting dalam permainan ini. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan hasil belajar siswa (Wahyudi et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini akan menguji efektivitas penggunaan bola plastik sebagai media untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah.

Penggunaan bola plastik dalam latihan passing bawah diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan interaktif bagi siswa. Bola plastik memiliki bobot yang lebih ringan dibandingkan dengan bola voli standar, sehingga memungkinkan siswa untuk lebih mudah berlatih dan mengurangi risiko cedera. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran aktif yang menekankan keterlibatan siswa dalam proses belajar (Adriansyah, 2024).

Metode penelitian tindakan kelas (PTK) akan digunakan dalam penelitian ini untuk mengevaluasi peningkatan hasil belajar passing bawah. PTK merupakan pendekatan yang melibatkan siklus perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Dengan model ini, guru dapat melakukan perbaikan berkelanjutan berdasarkan umpan balik dari setiap siklus (Mashuri et al., 2018). Penelitian ini akan dilakukan dalam dua siklus, di mana setiap siklus akan melibatkan pengamatan dan pengukuran hasil belajar siswa.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa modifikasi media pembelajaran dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan teknik dasar olahraga. Dalam konteks ini, penggunaan bola plastik diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran. Siswa yang merasa nyaman dan senang saat berlatih cenderung menunjukkan hasil belajar yang lebih baik. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana variasi dalam metode pengajaran dapat memengaruhi hasil belajar siswa.

Penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa metode latihan berpasangan dan permainan kecil dapat meningkatkan keterampilan teknis siswa dalam olahraga. Oleh karena itu, kombinasi antara penggunaan bola plastik dan metode pengajaran yang bervariasi akan diuji dalam penelitian ini (Mashuri et al., 2018).

Pentingnya penelitian ini terletak pada kontribusinya terhadap pengembangan metode pembelajaran olahraga di sekolah dasar. Dengan meningkatnya hasil belajar passing bawah pada siswa kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3, diharapkan dapat menciptakan generasi muda yang lebih aktif dan sehat secara fisik. Selain itu, peningkatan keterampilan dasar dalam olahraga juga dapat membangun kepercayaan diri siswa dan mendorong mereka untuk terlibat lebih aktif dalam kegiatan olahraga di luar sekolah. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfokus pada peningkatan keterampilan teknis tetapi juga pada aspek psikologis dan sosial dari pembelajaran olahraga. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan jasmani yang holistik, yang mencakup pengembangan fisik, mental, dan sosial siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi guru pendidikan jasmani tentang cara efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui inovasi media pembelajaran. Akhirnya, penelitian ini akan memberikan rekomendasi bagi guru-guru pendidikan jasmani lainnya tentang penerapan metode serupa di sekolah mereka. Dengan berbagi pengalaman dan temuan dari penelitian ini, diharapkan praktik pengajaran olahraga di sekolah-sekolah lain juga dapat ditingkatkan demi mencapai tujuan pendidikan jasmani secara keseluruhan.

## **METODE**

Penerapan penggunaan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi bola voli, khususnya dalam teknik passing, merupakan fokus utama penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 dan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam permainan bola voli, dengan teknik passing sebagai materi utama dalam pembelajaran PJOK. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam bentuk siklus, yang mencakup beberapa tahap, yakni pra-siklus, siklus I, dan siklus II (Syaifudin, 2021). Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan 35 siswa untuk mengidentifikasi masalah yang terjadi selama pembelajaran, khususnya pada keterampilan passing dalam bola voli.

Pada tahap awal (pra-siklus), diketahui bahwa banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan teknik passing yang benar. Oleh karena itu, penggunaan bola plastik dipilih sebagai alat bantu dalam pembelajaran. Bola plastik dianggap lebih ringan dan lebih mudah dikendalikan oleh siswa, sehingga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan teknis mereka dalam melakukan passing. Dalam setiap siklus, dilakukan evaluasi untuk mengukur perkembangan hasil belajar siswa, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Aspek kognitif mengukur pemahaman siswa tentang teknik passing dan peraturan permainan bola voli, sedangkan aspek afektif menilai sikap dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Aspek psikomotor berfokus pada kemampuan siswa dalam menerapkan teknik passing yang benar selama latihan dan permainan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan demonstrasi, di mana guru memberikan contoh langsung tentang cara melakukan passing yang benar, diikuti dengan latihan yang melibatkan penggunaan bola plastik. Melalui pendekatan ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami dan menguasai teknik passing bola voli dengan lebih baik. Hasil penelitian diharapkan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keterampilan passing siswa setelah penerapan bola plastik sebagai media pembelajaran. Dengan demikian, penggunaan bola plastik sebagai alat bantu diharapkan dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi bola voli teknik passing di kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Data Awal**

**Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal**

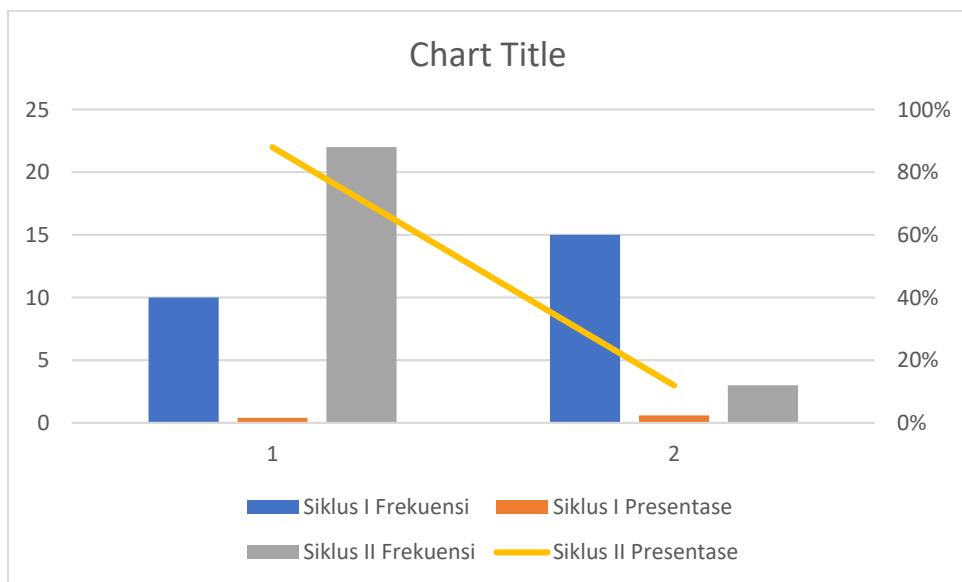
No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	7	28%
2	<75	18	72%
	<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.1 menunjukkan deskripsi data awal mengenai ketuntasan hasil belajar siswa. Dari 25 siswa yang dianalisis, hanya 7 siswa (28%) yang berhasil mencapai nilai lebih dari 75 dan dinyatakan tuntas. Sementara itu, 18 siswa (72%) memperoleh nilai kurang dari 75, yang berarti belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Dengan demikian, sebagian besar siswa belum memenuhi standar kelulusan yang ditetapkan, sehingga menunjukkan adanya kebutuhan untuk perbaikan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Tabel ini memberikan gambaran awal tentang sebaran ketuntasan hasil belajar siswa sebelum dilakukan tindakan lebih lanjut. Setelah dilakukan tindakan pra siklus menunjukkan hasilnya pada Tabel 1. Selanjutnya Desain yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus berulang yang meliputi Siklus I dan Siklus II. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada setiap siklus, maka dapat diketahui peresntase proses dan hasil belajar yang di dapat dari kegiatan pembelajaran pada siklus I dan Siklus II. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan dipaparkan seperti di bawah ini:

**Tabel 4.2 Hasil Berdasarkan Siklus I dan II**

No	Nilai	Kategori	Siklus I		Siklus II	
			Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
1	$\geq 75$	tuntas	10	40%	22	88%
2	$\leq 74$	tidak tuntas	15	60%	3	12%
<b>Jumlah</b>			<b>25</b>	<b>100%</b>	<b>25</b>	<b>100%</b>

Tabel di atas menunjukkan perbandingan hasil belajar siswa antara Siklus I dan Siklus II. Pada Siklus I, sebanyak 10 siswa (40%) berhasil mencapai nilai  $\geq 75$  dan dinyatakan tuntas, sementara 15 siswa (60%) masih belum tuntas dengan nilai  $\leq 74$ . Namun, pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 22 siswa (88%) berhasil mencapai nilai  $\geq 75$  dan dinyatakan tuntas, sedangkan hanya 3 siswa (12%) yang tidak tuntas dengan nilai  $\leq 74$ . Perubahan ini menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan dalam hasil belajar siswa setelah penerapan tindakan pembelajaran, yang mungkin disebabkan oleh penggunaan strategi pembelajaran yang lebih efektif atau peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa langkah-langkah yang diambil dalam Siklus II berhasil meningkatkan ketuntasan hasil belajar siswa secara signifikan.



Gambar 1. Perbandingan Siklus I dan Siklus II

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan penggunaan bola plastik dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi bola voli, khususnya dalam teknik passing, dalam pembelajaran PJOK di kelas VI UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3. Berdasarkan hasil yang diperoleh, penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam keterampilan siswa dalam teknik passing bola voli setelah penerapan bola plastik sebagai media pembelajaran.

Pada awal penelitian, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menguasai teknik passing bola voli. Salah satu penyebab utama adalah berat dan ukuran bola voli yang dapat membuat siswa merasa kesulitan dalam mengendalikannya, terutama bagi siswa yang masih dalam tahap belajar. Mengingat pentingnya keterampilan passing sebagai dasar dalam permainan bola voli, maka penelitian ini memutuskan untuk menggunakan bola plastik sebagai alternatif media pembelajaran. Bola plastik yang lebih ringan dan lebih mudah dikendalikan diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dan membantu mereka menguasai teknik passing dengan lebih baik.

Pada tahap awal (pra-siklus), banyak siswa yang belum menguasai teknik passing dengan baik, yang tercermin dari rendahnya ketuntasan hasil belajar mereka. Untuk mengatasi hal ini, bola plastik yang lebih ringan digunakan sebagai media pembelajaran dalam siklus berikutnya. Penggunaan bola plastik bertujuan untuk memberikan pengalaman yang lebih mudah dalam mempraktikkan teknik passing, sehingga siswa dapat lebih fokus pada teknik dasar tanpa terbebani oleh kesulitan mengendalikan bola yang lebih berat. Dalam siklus ini, guru mengajarkan teknik passing dengan memanfaatkan bola plastik melalui demonstrasi langsung, kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempraktikkannya secara berulang.

Pada Siklus I, meskipun penggunaan bola plastik telah diterapkan, masih terlihat adanya kesulitan pada sebagian siswa dalam menguasai teknik passing. Beberapa siswa merasa tidak nyaman dan belum sepenuhnya menguasai teknik tersebut, yang berdampak pada rendahnya ketuntasan hasil belajar. Namun, meskipun ada keterbatasan pada Siklus I, penggunaan bola plastik mulai memberikan dampak positif, di mana siswa menjadi lebih percaya diri dan lebih sering berlatih. Dengan adanya bola yang lebih ringan, siswa yang awalnya merasa kesulitan mulai beradaptasi dengan teknik dasar passing. Hal ini menunjukkan bahwa bola plastik efektif dalam memberikan rasa percaya diri pada siswa, yang merupakan langkah awal yang penting untuk meningkatkan keterampilan mereka.

Pada Siklus II, setelah refleksi dan perbaikan yang dilakukan berdasarkan hasil Siklus I, terlihat adanya peningkatan yang signifikan dalam keterampilan siswa dalam teknik passing. Penggunaan bola plastik diterapkan dengan lebih efektif, dengan penekanan pada latihan yang lebih terstruktur dan pemberian umpan balik yang lebih jelas oleh guru. Pada Siklus II, mayoritas siswa menunjukkan peningkatan yang luar biasa dalam teknik passing, yang tercermin dalam hasil evaluasi yang lebih baik. Siswa yang sebelumnya kesulitan dalam menguasai teknik passing kini dapat melakukan teknik tersebut dengan lebih tepat dan percaya diri. Hasilnya, ketuntasan belajar siswa meningkat secara signifikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penggunaan bola plastik memberikan dampak positif yang besar dalam meningkatkan keterampilan praktis siswa, terutama dalam hal penguasaan teknik passing yang sebelumnya menjadi tantangan bagi mereka.

Beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan hasil belajar pada Siklus II antara lain adalah:

- Bola plastik yang lebih ringan membuat siswa lebih mudah dalam mengendalikan bola, sehingga mereka dapat lebih fokus pada teknik passing yang benar. Hal ini mengurangi rasa cemas atau takut siswa dalam melakukan latihan.
- Setelah evaluasi Siklus I, guru melakukan perbaikan dalam metode pengajaran, seperti memberikan lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk berlatih dan memberikan umpan balik yang lebih konstruktif.
- Siswa yang sebelumnya merasa kesulitan dalam menguasai teknik passing merasa lebih percaya diri setelah menggunakan bola plastik. Kepercayaan diri yang meningkat ini berperan besar dalam keberhasilan mereka dalam menguasai teknik.

Dari hasil perbandingan antara Siklus I dan Siklus II, dapat dilihat peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar siswa. Pada Siklus I, meskipun ada sebagian siswa yang sudah mulai menguasai teknik passing, masih banyak yang belum tuntas. Namun, pada Siklus II,

hampir semua siswa menunjukkan perbaikan dalam keterampilan mereka, dengan sebagian besar siswa berhasil menguasai teknik passing yang benar. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya perbaikan dalam proses pembelajaran dan penggunaan media yang lebih efektif, seperti bola plastik, hasil belajar siswa dapat meningkat secara signifikan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kedua siklus, dapat disimpulkan bahwa penggunaan bola plastik sebagai media pembelajaran sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya dalam menguasai teknik passing pada permainan bola voli. Bola plastik yang lebih ringan membantu siswa untuk lebih mudah mengendalikan bola, sehingga mereka dapat lebih fokus pada teknik yang benar. Selain itu, penerapan perbaikan yang dilakukan setelah Siklus I juga berperan penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada Siklus II. Dengan demikian, penggunaan bola plastik sebagai media pembelajaran dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dasar dalam pembelajaran PJOK, terutama pada materi bola voli. Penelitian ini juga memberikan implikasi penting bagi pengajaran teknik olahraga lainnya, di mana media pembelajaran yang sesuai dapat sangat mendukung proses belajar siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriansyah, M. A. (2024). MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN 3 ON 3 PADA SISWA SEKOLAH DASAR SDI BRT MAMAJANG III KOTA MAKASSAR. *Global Journal Sports*, 2(1), 106–112.
- Jenaan, M. H., Parengkuan, M., & Ikhsan, H. (2024). MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DENGAN MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN. *Jambura Arena of Physical Education and Sports*, 3(1), 78–87.
- Mashuri, H., Hanief, Y. N., & Subekti, T. B. A. (2018). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui permainan 3 on 3 pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(2), 161–166.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).
- Wahyudi, F. N., Kuntjoro, B. F. T., & Muchtar, I. (2024). UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DENGAN METODE BERPASANGAN PADA SISWA KELAS IX G SMP NEGERI 28 SURABAYA. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 11(2), 62–72.