



MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA PADA PEMBELAJARAN PASSING BOLA VOLI MELALUI PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN BEREKU

Fadil Ardiansyah¹, Sufitriyono², Asriani³

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No.14
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Sains Global Indonesia

Fadil17fik@gmail.com¹, Sufitriyono@unm.ac.id², Asrianipendu@gmail.com³

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dalam pembelajaran passing bola voli melalui penerapan pendekatan bermain beregu. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng, dengan jumlah siswa yang diteliti sebanyak 38, terdiri dari 16 siswa dan 22 siswi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan hasil belajar siswa setelah menerapkan pendekatan bermain beregu dalam pembelajaran passing bola voli. Kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa pendekatan bermain beregu efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam materi passing bola voli. Penelitian ini memberikan kontribusi positif terhadap pengembangan metode pembelajaran yang dapat diterapkan dalam konteks pembelajaran olahraga, khususnya dalam mata pelajaran bola voli. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru olahraga dan peneliti dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang inovatif untuk mencapai tujuan pembelajaran yang lebih optimal.

Kata Kunci: Hasil belajar, Bermain Beregu, *passing* bola voli

PENDAHULUAN

Permainan menjadi ciri khas dan bagian penting dari kebutuhan hidup manusia karena terkandung unsur-unsur gerak yang sangat berperan dalam meningkatkan ketrampilan dasar siswa. Oleh karena itu, jika permainan siswa dimainkan dengan cara yang terarah dan berdasarkan prinsip-prinsip latihan, diperkirakan akan berdampak positif pada peningkatan kemampuan gerak dasar siswa.

Fokus penelitian pendidikan jasmani adalah peningkatan gerak manusia sebagai hubungan perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Pendidikan jasmani berorientasi untuk meningkatkan kesegaran dan kebugaran serta membentuk manusia yang berjiwa sportif, berani, disiplin, ceria dan pantang menyerah (Zulrafi, Turimin, & Muspita, 2016). Siswa harus hadir di kelas hampir setiap minggu untuk belajar materi teori, dengan tujuan meningkatkan kebugaran mereka (Sari, 2018). Pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan mencakup elemen-elemen berikut: 1) permainan dan olahraga; 2) aktivitas pengembangan; 3) senam; 4) aktivitas ritmik; 5) aktivitas air; 6) luar kelas; dan 7) kesehatan.

Penjas tidak dapat mencapai hasil yang diharapkan dari ketujuh aktivitas tersebut karena berbagai hal memiliki keterbatasan. Akibatnya, latihan tidak tercukupi dalam hal volume, frekuensi, dan intensitas untuk mencapai tujuan yang digariskan. Namun, penjas harus diterapkan untuk mendorong kebiasaan hidup sehat dengan menarik perhatian siswa dan menjadikannya budaya dan kebutuhan (Depdiknas, 2006). Sulistyanta dalam (Viera, 2000) menyatakan bahwa pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Pertama mencakup permainan, atletik, senam, renang (aktivitas air), olahraga tradisional, dan aktivitas luar kelas. Bola voli adalah salah satu permainan favorit siswa di kelas pendidikan jasmani. Bola voli adalah permainan di mana bola (divoli) dipantulkan di udara di atas net (jaring) dengan tujuan untuk menjatuhkan bola.

Jenis permainan beregu yang beragam adalah salah satu karakteristik permainan beregu yang disukai oleh siswa SMP. Salah satu jenis permainan beregu yang paling disukai oleh siswa SMP adalah permainan bola besar, seperti bola voli, sepak bola, dan bola basket.

Berdasarkan pengalaman mereka dengan pembelajaran permainan bola voli di sekolah mereka, penulis melakukan koreksi diri untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelemahan dalam proses pembelajaran. Ada beberapa alasan dan hambatan dalam proses pembelajaran permainan bola voli bagi siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng, termasuk: 1) Penggunaan metode yang tidak tepat; 2) Kegagalan untuk mencapai tujuan yang diinginkan; dan 3) Siswa takut dengan permainan bola besar khususnya siswa putri, 4) Adanya data yang diperoleh dari siswa bahwa nilai belum mencapai KKM.

Tujuan pendidikan tersebut adalah untuk mengembangkan semua potensi siswa dengan memanfaatkan aspek kognitif, afektif, psikomotor, sosial, dan KKM. Salah satu aktivitas dalam kelompok aktivitas permainan dan olahraga adalah bermain bola voli. Tujuan pembelajaran bola voli di SMP adalah untuk mencapai kompetensi berikut:

1. Melambungkan dan menangkap bola sambil bergerak
2. Melempar dan menangkap bola sambil bergerak
3. Memantul-mantulkan bola sambil bergerak.
4. Memvoli bola dengan satu dan dua tangan.
5. Melambungkan dan memvoli bola dengan kontrol yang baik.
6. Melakukan passing (atas dan bawah) dengan kontrol yang baik.
7. Melakukan servis bawah dengan kontrol yang baik.
8. Meningkatkan kerja tim dalam permainan.
9. Memainkan permainan bola voli dengan peraturan yang diubah.

Dalam penelitian ini, penulis akan memberikan judul penelitian sebagai berikut: Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran Passing Bola Voli Melalui Penerapan Pendekatan Bermain Beregu. Dengan melakukan penelitian tindakan kelas ini, diharapkan bahwa pendekatan bermain beregu akan meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran bola voli.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan empat tahapan: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, dengan dua pertemuan setiap siklus. Siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng, total 38 siswa, terdiri dari 16 laki-laki dan 22 perempuan, adalah subjek penelitian tindakan kelas ini. Catatan hasil pengamatan adalah sumber data yang diperlukan untuk penelitian tindakan kelas. Test unjuk kerja siswa digunakan untuk mengumpulkan semua data yang diperlukan. Selain itu, alat pengumpulan data berikut digunakan dalam penelitian:

- a. Tes Praktik: digunakan untuk mengumpulkan data tentang unjuk kerja siswa selama pembelajaran bola voli.
- b. Lembar Observasi: digunakan untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan pembelajaran dengan menggunakan model variasi passing untuk meningkatkan hasil pembelajaran bola voli siswa kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng.
- c. Evaluasi: digunakan untuk mengumpulkan data melalui berbagai metode evaluasi agar penulis mengetahui sejauh mana kemampuan siswa dalam permainan bola voli.

HASIL DAN PEMBAHASAN

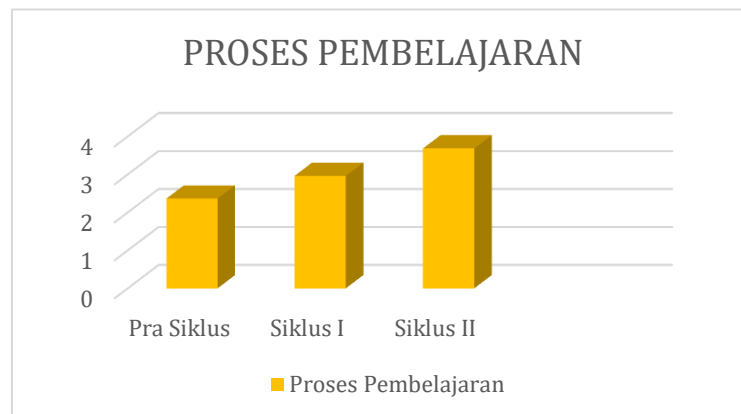
1. Gambaran peningkatan proses pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli dengan penerapan bermain beregu

Tabel 1 menunjukkan peningkatan proses pembelajaran Penjasorkes di passing bola voli kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dengan penerapan bermain beregu pada pra tindakan, siklus I, dan siklus II.

Tabel 1 Gambaran Peningkatan Proses Pembelajaran(pada pra tindakan, siklus I dan siklus II)

| NO | Uraian Kegiatan/Aspek Kegiatan | Skor Rata-rata | | |
|----|--------------------------------|----------------|----------|-----------|
| | | Pra Siklus | Siklus I | Siklus II |
| 1 | Proses Pembelajaran | 2.36 | 2.96 | 3.68 |

Grafik berikut menunjukkan peningkatan proses pembelajaran Penjasorkes passing bola voli di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dengan penerapan bermain beregu pada pra latihan, siklus I, dan siklus II.



Gambar 1 Grafik Gambaran Peningkatan Proses Pembelajaran(pada pra tindakan, siklus I dan siklus II)

Data di atas menunjukkan bahwa dengan menggunakan bermain beregu, proses pembelajaran Penjasorkes di passing bola voli kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng berkembang dari siklus ke siklus. Ini ditunjukkan dengan peningkatan skor rata-rata dari 2.36 pada pra tindakan menjadi 2.96 pada siklus I, atau peningkatan 0.60, atau 25.42%. Pada siklus kedua, proses pembelajaran Penjasorkes di passing bola voli kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng meningkat dengan menggunakan pendekatan bermain beregu. Skor rata-rata meningkat menjadi 3.68, atau peningkatan 0.72, atau 24.32%..

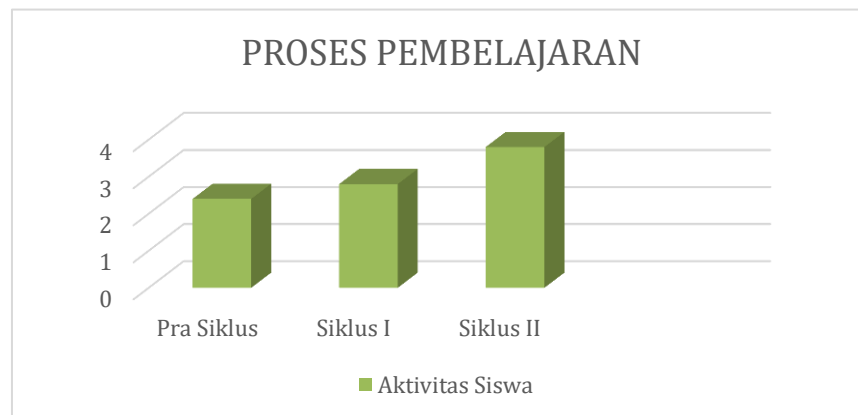
2. Gambaran peningkatan aktivitas siswa dalam proses pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli dengan penerapan bermain beregu.

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng, yang menerapkan bermain beregu pada pra tindakan, siklus I, dan siklus II, ada peningkatan aktivitas siswa dalam pembelajaran Penjasorkes. Hasilnya dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2 Gambaran Peningkatan Aktivitas Siswa
(Pada pra tindakan, siklus I dan siklus II)

| NO | Uraian Kegiatan/Indikator Keaktifan Siswa | Skor Rata-rata | | |
|----|---|----------------|----------|-----------|
| | | Pra Siklus | Siklus I | Siklus II |
| 1 | Aktivitas Siswa | 2.4 | 2.8 | 3.8 |

Grafik berikut menunjukkan peningkatan aktivitas siswa dalam proses pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dengan penerapan bermain beregu pada pra tindakan, siklus I, dan siklus II.



Gambar 2 Grafik Gambaran Peningkatan Aktivitas Siswa

Di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng, ketika bermain bola voli beregu, aktivitas siswa dalam pembelajaran Penjasorkes meningkat dari siklus ke siklus. Ini ditunjukkan dengan peningkatan skor rata-rata dari 2,4 pada pra tindakan menjadi 2,8 pada siklus I, atau dengan kata lain meningkat 0,4 atau 16.66%. Pada siklus II, aktivitas siswa meningkat lagi dengan peningkatan rata-rata skor menjadi 3,8, atau dengan kata lain meningkat 1.0 atau 40%. Ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli dengan penerapan bermain beregu dapat meningkatkan aktivitas siswa.

3. Gambaran peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli dengan penerapan bermain beregu

Tabel 3 menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dengan penerapan bermain beregu pada pra-tindakan, siklus I, dan siklus II.

Tabel 3 Gambaran Peningkatan Hasil Belajar Siswa(Pada pra tindakan, siklus I dan siklus II)

| No | Nama Siswa | Nilai | | |
|----|-----------------------------|------------|----------|-----------|
| | | Pra Siklus | Siklus I | Siklus II |
| 1 | A. Ghinaa An Nabihah | 72 | 74 | 75 |
| 2 | Ahmad Abyan Zakariah | 70 | 72 | 72 |
| 3 | Ahmad Fathir Tifathul. R | 74 | 76 | 78 |
| 4 | Ahmad Mikhail Facrisyah | 72 | 76 | 78 |
| 5 | Alif Prayudha Jaya | 76 | 78 | 80 |
| 6 | Andi Miskha Zakiyah Fayyadh | 72 | 75 | 76 |
| 7 | Arfan JAYA | 75 | 78 | 80 |
| 8 | Billa Sulolipu | 74 | 75 | 76 |
| 9 | Dandi Hardianzah | 74 | 76 | 76 |
| 10 | Fatiyah Azzahra | 74 | 75 | 75 |
| 11 | Fira Dillamarta Sari | 72 | 74 | 75 |
| 12 | Indri Kartika Sari | 75 | 78 | 80 |
| 13 | Khayyirah Afiah Salimah | 74 | 76 | 78 |
| 14 | Kasih Try Rizky | 76 | 78 | 78 |
| 15 | Lutfia Janeeta | 72 | 74 | 74 |
| 16 | Magfirah Ramadhani | 75 | 76 | 76 |

| | | | | |
|-----------|-------------------------|-------|-------|-------|
| 17 | Muh. Adzan Assiddiq | 74 | 75 | 76 |
| 18 | Muh. Afdal | 72 | 74 | 75 |
| 19 | Muh. Maulana Fahrul | 75 | 78 | 78 |
| 20 | Muh Muhlif | 74 | 76 | 76 |
| 21 | Muh. Reskiriawan | 76 | 78 | 78 |
| 22 | Mia Siti Tsaniyah | 75 | 75 | 76 |
| 23 | Muhammad Dzaki | 74 | 75 | 75 |
| 24 | Nur Aisyah | 75 | 76 | 78 |
| 25 | Nur Ayshila Rahmadani | 76 | 78 | 78 |
| 26 | Nur Hidayatullah | 78 | 80 | 80 |
| 27 | Rati Nurhidayah Al-Aziz | 75 | 75 | 76 |
| 28 | Safa Juliani | 74 | 74 | 76 |
| 29 | Sheril Mutiara Putri | 76 | 76 | 76 |
| 30 | Tasya Maqfira | 78 | 80 | 80 |
| 31 | Windy Artika Putri | 74 | 75 | 76 |
| 32 | Zakila Satriani. T. S | 72 | 74 | 75 |
| 33 | Zalzabila. S | 70 | 72 | 75 |
| 34 | Zhakila Mutiara Nabila | 75 | 76 | 76 |
| 35 | Zilzal Al Ghifari | 72 | 74 | 75 |
| 36 | Zindy Amelia | 74 | 75 | 76 |
| 37 | Zidan Muhamad Fajar | 72 | 74 | 75 |
| 38 | Zyan Al Gafur | 70 | 72 | 75 |
| Jumlah | | 2814 | 2880 | 2910 |
| Rata-rata | | 74.05 | 75.77 | 76.62 |

Grafik berikut menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dengan penerapan bermain beregu pada pra tindakan, siklus I, dan siklus II.



Gambar 3 Grafik Gambaran Peningkatan Hasil Belajar Siswa

Hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes dengan bermain beregu di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng menunjukkan peningkatan dari siklus ke siklus. Ini ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata skor dari 74.05 pada pra tindakan menjadi 75.77 pada siklus I, atau peningkatan 1,72 atau 2.32%. Pada siklus II, hasil belajar siswa meningkat lagi dengan peningkatan rata-rata skor menjadi 76,62, atau peningkatan 0,85 atau 1.12%. Ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran Penjasorkes pada passing bola voli dengan bermain beregu dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

SIMPULAN

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode bermain beregu dalam pembelajaran passing bola voli di kelas VIII.2 SMP Negeri 2 Watansoppeng dapat meningkatkan proses pembelajaran dan aktivitas siswa. Selain itu, pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan passing bola voli siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Eko Tarono. 2012. PTK Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain beregu 5 kali Sentuhan. UNNES
- Gazali, N. (2016). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bolavoli. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 3(1), 1–6. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs>
- Machfud Irsyada. 2000. Bola Voli, Depdikbud Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta
- Purnama, S. (2017). Pengaruh Manajemen Fasilitas Olahraga dan Layanan Guru Terhadap Efektivitas Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Tasikmalaya). *Journal Sport Area*, 2(2), 105–114.
- Soetoto Ponntjopoetro, et al. 2007. Permainan Anak tradisional dan Aktivitas Ritmik ; 1 – 9 ; PPDO2305/3 SKS/Soetoto P, dkk, Cet. 15 Jakarta : Universitas Terbuka
- Subroto, Toto. 2007. Materi strategi pembelajaran penjas; 1-9; PORA2206/3 SKS/Toto Suibroto. Cet. 1 Jakarta: Universitas Terbuka
- Subroto, Toto. 2007 Materi azas dan falsafah penjas 1-9; PORA2205/3 SKS/Toto Suibroto. Cet. 2 Jakarta: Universitas Terbuka
- Sari, M. (2018). Proses Pelaksanaan Penilaian Hasil Pembelajaran Pendidikan Jasmani Anak Tuna Rungu di SMALB Negeri Pembina Pekanbaru. *Journal Sport Area*, 3(1), 42. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(1\).165720](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(1).165720)
- Subroto, Toto. 2008. Materi permainan besar; 1-12; PORA2408/4 SKS/Subroto, Sukatamsi. Cet. 2 Jakarta: Universitas Terbuka
- Syaiful Bahri Djamarah. 2010. Strategi belajar mengajar / Syaiful Bahri Djamarah, Aswan Zain. Cet. 4 Jakarta : Rineka Cipta
- Tim Abdi Guru. 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan; Kelas 6 Semarang: Erlangga
- Tim Penyusun. 2012. Permainan Bola Voli; Cet. 1 Surabaya: Graha Pustaka Media Utama
- Viera, B. L. (2000). Bola Voli (Tingkat Pemula) diterjemahkan oleh Monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Zulraflı, Turimin, & Muspita. (2016). Kontribusi Tingkat Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2013 FKIP UIR Pekanbaru). *Journal Sport Area*, 1(2), 73–83