



## Global Journal Sport Science

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

Volume 1, Nomor 1 April 2023

e-ISSN: xxxx-xxxx

**DOI.10.35458**

---

## Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 On 4 untuk Peserta Didik Sekolah Dasar

**Pajar Syam<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: Pajarsyam21@gmail.com

---

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan passing bawah bolavoli pada peserta didik kelas VI SDN 4 Babang Kabupaten Luwu. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (classroom action research) yang dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif. Desain penelitian ini menggunakan Model Kurt Lewin dalam 2 siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Sampel penelitian meliputi siswa kelas VI SDN 4 Babang yang berjumlah 31 siswa. Teknik pengumpulan data melalui tes perbuatan. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing bawah bolavoli menggunakan permainan 4 On 4 untuk siswa kelas VI di SDN 4 Babang Kabupaten Luwu mengalami peningkatan, yaitu dari hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 10 siswa (32,26%) ketuntasan belajar, dan 21 siswa atau 67,74% belum memenuhi ketuntasan belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 29 siswa (93,55%) ketuntasan belajar dan 2 siswa atau 6,45% belum memenuhi ketuntasan belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 20,18% pada siklus II dari siklus I. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan permainan 4 on 4 dapat meningkatkan proses pembelajaran dan kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas VI di SDN 4 Babang Kabupaten Luwu.

**Kata Kunci:** *Passing Bawah, Permainan 4 On 4*

### PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Oleh karena itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui fisik, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan siswa untuk melakukan pola hidup sehat. Cabang olahraga yang menjadi salah satu materi yang diajarkan di Sekolah Menengah Atas adalah bolavoli.

Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat di Indonesia, baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini tidak membutuhkan biaya yang terlalu banyak, sarana dan prasaranya pun mudah didapatkan. Banyak masyarakat yang menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat yang ingin mempelajari permainan bolavoli ini secara lebih jauh. Sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavoli dengan teknik- teknik yang benar.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di VI di SDN 4 Babang, dengan melakukan wawancara dan diskusi dengan salah satu guru penjasorkes, diperoleh informasi bahwa di VI di SDN 4 Babang minatsiswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes masih kurang, dimana siswa lebih suka duduk-duduk atau bergurau sendiri, pada saat jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya passing bawah bola voli. Hanya beberapa siswa yang benar benar mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik dan sungguh- sungguh.

Selain itu, diperoleh data bahwa nilai bolavoli khususnya *passing* bawah pada siswa kelas VI di SDN 4 Babang, masih rendah dan masih banyak yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut yaitu 73, dimana dari 31 anak khususnya kelas VI hanya 8 anak yang memenuhi standar KKM. Hal tersebut menimbulkan pertanyaan, apakah sekolah tersebut mematok standar KKM terlalu tinggi sehingga siswa sulit untuk dapat memenuhi kriteria yang ditentukan ataukah memang kualitas pembelajaran, baik guru maupun siswanya yang kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Sebagai guru penjasorkes untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga dengan Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditentukan dapat terpenuhi. Oleh karena itu diperlukan metode baru yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran passing bawah bolavoli.

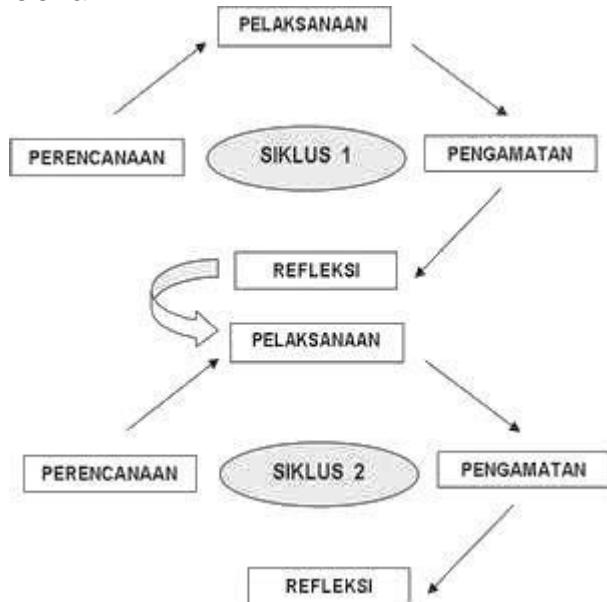
Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjasorkes itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal pada siswa, dimana siswa merasa jemu atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes. Sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik siswa SD khususnya kelas VI. Sehingga apa salahnya guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, siswa tidak hanya bermain saja tapi juga belajar.

Oleh karena itu perlunya metode pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah metode pembelajaran passing bawah bolavoli menggunakan permainan 4 on 4. Dimana dengan permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan motivasi atau minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes disekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat siswa tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli. Sehingga dengan diterapkannya modifikasi permainan tersebut dalam pembelajaran dapat menciptakan proses belajar mengajar yang menyenangkan dan tercapainya tujuan dari pembelajaran tersebut. Permainan 4 on 4 merupakan suatu modifikasi permainan bolavoli yang diciptakan untuk menarik minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes dan juga dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Menurut Hopkins yang dikutip oleh Mansur Mustich (2011: 8) "Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif, yang dilakukan oleh pelaku tindakan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakannya dalam melaksanakan tugas dan memperdalam pemahaman terhadap kondisi dalam praktik pembelajaran". Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran disekolah. Berdasarkan penjelasan tersebut, Arikunto (2009:58) menyimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas adalah pengamatan terhadap kegiatan

pembelajaran yang berupa tindakan yang disengaja dan dilakukan secara kolektif di dalam sebuah kelas. Tindakan tersebut dilakukan oleh guru atau diarahkan oleh guru dan melibatkan partisipasi siswa.



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang duduk di bangku kelas VI di SDN 4 Babang Kabupaten Luwu. Sedangkan sampel penelitian ini meliputi siswa kelas VI yang berjumlah 31 siswa di SDN 4 Babang. Dalam penelitian tindakan kelas ini terdapat 2 siklus dan setiap siklusnya terdiri dari 2 pertemuan, dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan/perlakuan, observasi/pengamatan, dan refleksi. Kedua siklus ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *4 on 4*.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu: Data dalam penelitian ini berupa data-data dalam bentuk lembar observasi, yaitu pengamatan proses pembelajaran terhadap siswa, pengamatan proses pembelajaran terhadap guru dan tes hasil belajar siswa (tes psikomotor).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *4 on 4* dilaksanakan dalam dua siklus. Setelah melakukan kegiatan pembelajaran dalam siklus I dan siklus II, maka dapat dibuat rangkuman hasil belajar dari siklus I dan siklus II sebagai berikut:

Tabel 1. Keterampilan *Passing* Bawah Siklus I

No	Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Keterangan
1.	$73 \leq X$	10	32,26	Tuntas
2.	$X \leq 73$	21	67,74	Belum Tuntas

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil belajar siklus I tersebut, terdapat 10 siswa atau 32,26% siswa memenuhi ketuntasan belajar, dan 21 siswa atau 67,74% belum memenuhi ketuntasan belajar. Hal ini menyatakan bahwa kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa masih kurang baik. Dengan demikian perlu diadakan *treatment* seperti peningkatan keterampilan *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *4 on 4* agar hasil

belajar menjadi lebih baik. Kemudian hasil belajar siswa pada siklus II dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Keterampilan Passing Bawah Siklus II

No	Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Keterangan
1.	$\geq 73$	29	93,55	Tuntas
2.	$\leq 73$	2	6,45	Belum Tuntas

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 2, terlihat bahwa persentase siswa yang tidak tuntas sebanyak 6,45%, kemudian banyak siswa yang tuntas sebanyak 93,55%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbandingan hasil belajar siswa pada siklus I dengan siklus II. Berikut ini disajikan tabel perbandingan siklus I dan siklus II.

Tabel 3. Perbandingan Tingkat Ketuntasan Belajar pada Siklus I dan Siklus II

Siklus	Tuntas	Belum Tuntas
I	10	21
II	29	2

Berdasarkan tabel 3 diatas, diperoleh bahwa terdapat perbandingan dan mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II terhadap ketuntasan belajar siswa. Diketahui bahwa siklus I sebanyak 10 siswa yang tuntas, dan 21 orang siswa belum tuntas. Siklus II sebanyak 29 siswa atau telah tuntas belajar dan 2 orang siswa belum tuntas.

### Pembahasan

Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan modifikasi permainan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi passing bawah bola voli siswa VI SDN 4 Babang, Kabupaten Luwu.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak siswa. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi passing bawah melalui permainan 4 on 4 diperoleh Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 10 siswa (32,26%) tuntas belajar, dan 21 siswa atau 67,74% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 29 siswa (93,55%) tuntas belajar dan 2 siswa atau 6,45% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 20,18% pada siklus II dari siklus I.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan keterampilan gerak siswa. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru masih menerapkan pola pembelajaran yang kurang disukai oleh siswa. Di mana hanya dengan memberikan pembelajaran yang mengajarkan teknik dasar dengan metode drible atau mungkin langsung pada permainan aslinya. Dengan keadaan ini membuat permainan bolavoli tidak dapat berjalan dengan baik dikarenakan siswa tidak memiliki kemampuan teknik dasar yang baik.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi siswa mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan siswa untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang siswa untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan permainan yang dimodifikasi untuk memberikan kesempatan siswa berkembang dengan tahap-tahap sesuai dengan kemampuannya akan memberikan kontribusi yang positif. Hal ini dikarenakan

keterampilan teknik dasar memiliki ketentuan tertentu agar dapat melakukan keterampilan yang baik. Secara khusus keterampilan passing bawah bolavoli harus dikuasi dengan baik dengan kriteria hasil passing yang baik agar mudah diterima oleh toser.

Secara khusus pemberian modifikasi permainan 4 on 4 dalam materi passing bawah bolavoli akan memberikan kesempatan siswa untuk mampu bermain dengan tahap-tahap tingkat keterampilan yang dimiliki dan didukung dengan faktor kebersamaan sesama teman. Dengan adanya permainan akan membantu siswa untuk berkerja sama dalam permainan sehingga siswa yang masih belum memiliki keterampilan yang baik dibantu oleh teman setimnya untuk bermain dengan baik. Permainan ini akan membantu siswa secara teknik dan psikis siswa. Proses pembelajaran melalui permainan 4 on 4 ini bertujuan agar siswa memiliki kemampuan bermain yang baik. Karakteristik permainan bolavoli adalah permainan yang mengutamakan kerjasama agar mudah dalam mencetak poin. Permainan bolavoli diawali dengan servis, passing dan diakhiri dengan *smash* dan *blocking*.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Menggunakan Permainan 4 On 4 Untuk Siswa Kelas VI SDN 4 Babang di Kabupaten Luwu. mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 10 siswa (32,26%) tuntas belajar, dan 21 siswa atau 67,74% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 29 siswa (93,55%) tuntas belajar dan 2 siswa atau 6,45% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 20,18% pada siklus II dari siklus I.

Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti, dipahami dan dipraktikkan oleh siswa agar peningkatan hasil belajar siswa dapat dimaksimalkan. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis, baik secara moril maupun materil.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. (2002). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta. Dhanu Agustiantoro. 2012. Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Dalam Pembelajaran Bola Voli Mini Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa kelas V SD Negeri Adisucipto 2 Yogyakarta. Yogyakarta. FIK UNY.
- Fuaad Ihsan. 2008. Dasar-Dasar Kependidikan. Jakarta : PT Rineka Cipta. Masnur Muslich. 2009. Melaksanakan PTK itu mudah. Jakarta: PT Bumi Aksara. Nuril ahmadi. 2007. Panduan Olahraga BolaVoli. Surakarta: Era Pustaka Utama. Suhadi. (2004). Pengaruh pembelajaran bola voli. Dedikbud.
- Sutomo, dkk. 2007. Manajemen Sekolah. Semarang: UPT MKK Universitas Negeri Semarang.
- PP. PBVSI, Dewan & Bidang. 2005. Peraturan Permainan Bola Voli. Jakarta : Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli seluruh Indonesia. Susanto, A. (2015). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Prenadamedia Group.