



---

## **Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Video Interaktif Peserta Didik Kelas V SD Mangkura**

**4**

**Ma`rufi<sup>1</sup>, Suryadi Akbar<sup>2</sup>, Sufitriyono<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar  
E-mail: atasnamaupi@gmail.com

<sup>2</sup> PJOK, UPT SPF SDN Mangkura IV  
E-mail: suyadi34@guru.sd.belajar.id ,

<sup>3</sup> Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar  
E-mail: sufitriyono@unm.ac.id

---

### **Abstrak**

Proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat dinilai berdasarkan kemampuan siswa dalam melaksanakan materi yang diajarkan. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) guna mengetahui sistem yang harus diterapkan dalam proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas V SD Mangkura 4 melalui media pembelajaran video interaktif. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Subjek penelitian ini adalah 29 siswa yang diberikan perlakuan pembelajaran menggunakan video interaktif untuk memperkenalkan dan melatih teknik passing bawah bola voli. Data dikumpulkan melalui tes keterampilan yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam keterampilan passing bawah bola voli siswa. Pada siklus I, 34,48% siswa berhasil mencapai ketuntasan, sedangkan pada siklus II, 72,41% siswa berhasil mencapai ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penggunaan media video interaktif efektif dalam meningkatkan keterampilan praktis siswa dalam bola voli. Oleh karena itu, penggunaan video interaktif dapat menjadi alternatif yang bermanfaat dalam meningkatkan hasil belajar olahraga di sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Peningkatan keterampilan, passing bawah, bola voli, video interaktif, penelitian tindakan kelas.

### **PENDAHULUAN**

Semua ini dicapai melalui aktivitas fisik yang dirancang secara sistematis untuk mendukung tujuan pendidikan nasional. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat dinilai berdasarkan kemampuan siswa dalam melaksanakan materi yang diajarkan. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) guna mengetahui sistem yang harus diterapkan dalam proses pembelajaran. Tujuannya adalah agar siswa mencapai hasil belajar yang sesuai dengan harapan pendidik atau guru, terutama dalam peningkatan nilai pembelajaran di

mata pelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, hasil belajar yang diperoleh dapat dievaluasi secara langsung berdasarkan kemampuan siswa dalam melaksanakan materi (Suryadi, 2020).

Peningkatan keterampilan passing bawah bola voli melalui media pembelajaran video interaktif merupakan tema yang signifikan dalam konteks pendidikan jasmani, khususnya di tingkat sekolah dasar. Penelitian ini berfokus pada peserta didik kelas V di SD Mangkura 4, dengan tujuan untuk mengeksplorasi efektivitas penggunaan video interaktif sebagai alat bantu dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar passing bawah. Passing bawah adalah salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli. Teknik ini digunakan untuk menerima servis, mengoper bola kepada rekan setim, dan memulai serangan. Keterampilan passing bawah yang baik akan mempengaruhi keseluruhan performa tim dalam permainan (Nugroho et al., 2024). Namun, banyak siswa di tingkat SD yang masih kesulitan dalam menguasai teknik ini, sehingga diperlukan pendekatan pembelajaran yang inovatif dan menarik.

Media pembelajaran video interaktif telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa selama proses belajar mengajar. Dengan menggunakan video interaktif, siswa dapat melihat demonstrasi teknik secara langsung dan memahami langkah-langkah yang diperlukan untuk melakukan passing bawah dengan benar. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media visual dapat meningkatkan pemahaman konsep dan keterampilan praktis siswa (Maulana et al., 2024). Pada umumnya, metode pengajaran tradisional sering kali kurang mampu menarik perhatian siswa, terutama dalam pelajaran olahraga. Siswa mungkin merasa bosan atau tidak termotivasi untuk belajar teknik baru jika hanya mengandalkan instruksi verbal atau demonstrasi dari guru. Oleh karena itu, pengintegrasian teknologi seperti video interaktif dalam pembelajaran dapat menjadi solusi untuk meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam belajar (Novita & Salbani, 2024).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan media video dalam pembelajaran olahraga dapat meningkatkan keterampilan teknis siswa secara signifikan. Misalnya, sebuah studi menemukan bahwa siswa yang belajar menggunakan video memiliki peningkatan keterampilan yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang hanya menggunakan metode konvensional (Nugroho et al., 2024). Hal ini menunjukkan potensi besar dari media video interaktif dalam konteks pembelajaran bola voli. Di SD Mangkura 4, kondisi awal keterampilan passing bawah siswa perlu dievaluasi. Penelitian awal menunjukkan bahwa banyak siswa yang belum mencapai tingkat keterampilan yang diharapkan. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan metode pembelajaran yang lebih efektif agar siswa dapat menguasai teknik ini dengan baik. Video interaktif dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan menyenangkan bagi siswa.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan desain penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari beberapa siklus. Setiap siklus akan melibatkan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi untuk mengevaluasi perkembangan keterampilan passing bawah siswa setelah menggunakan media video interaktif. Data akan dikumpulkan melalui observasi langsung dan tes keterampilan sebelum dan sesudah penerapan metode ini.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran jelas tentang seberapa besar pengaruh penggunaan video interaktif terhadap peningkatan keterampilan passing bawah siswa kelas V di SD Mangkura 4. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi praktis bagi guru olahraga mengenai cara terbaik untuk mengimplementasikan media pembelajaran modern dalam proses pengajaran mereka. Pentingnya penelitian ini tidak hanya terletak pada peningkatan keterampilan teknis siswa tetapi juga pada pengembangan karakter dan sikap positif terhadap olahraga. Melalui pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif, siswa diharapkan dapat membangun rasa percaya diri dan semangat kerja sama tim yang kuat. Keterampilan sosial ini sangat penting bagi perkembangan pribadi mereka di luar lapangan.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini berusaha menjawab pertanyaan apakah penggunaan media video interaktif dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada peserta didik kelas V SD Mangkura 4. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan kurikulum pendidikan jasmani serta memberikan wawasan baru bagi tenaga pendidik dalam merancang program latihan yang lebih efektif. Akhirnya, penelitian ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih dinamis dan responsif terhadap kebutuhan siswa. Dengan demikian, diharapkan siswa tidak hanya mampu menguasai teknik dasar bola voli tetapi juga menikmati proses belajar itu sendiri (Sabri, 2021). Melalui pendekatan inovatif seperti ini, pendidikan jasmani di sekolah dasar dapat menjadi lebih menarik dan bermanfaat bagi perkembangan fisik dan mental siswa secara keseluruhan.

## **METODE**

Penelitian ini berfokus pada upaya untuk meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas V SD Mangkura 4. Masalah yang diidentifikasi dalam pembelajaran tersebut terkait dengan cara siswa menguasai teknik passing bawah, yang menjadi tantangan utama dalam proses pembelajaran olahraga. Untuk mengatasi masalah tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang memungkinkan untuk melakukan evaluasi dan perbaikan dalam proses pembelajaran secara langsung di kelas (Syaifudin, 2021). Melalui PTK, penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki metode pengajaran dengan menggunakan media pembelajaran yang lebih menarik dan efektif, yaitu video interaktif.

Sebanyak 29 siswa kelas V terlibat dalam penelitian ini, di mana mereka diberikan instruksi tentang teknik passing bawah bola voli melalui video interaktif. Video interaktif dipilih karena memiliki potensi untuk membantu siswa memvisualisasikan gerakan secara jelas, yang dapat mempermudah pemahaman mereka dalam menguasai teknik tersebut. Penilaian dilakukan melalui tiga aspek utama: kognitif, yang mengukur pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan; afektif, yang menilai sikap dan perhatian siswa selama proses pembelajaran; serta psikomotor, yang mengukur sejauh mana keterampilan praktis siswa, terutama dalam melakukan passing bawah. Data dikumpulkan dengan menggunakan observasi, tes praktis, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan oleh sekolah. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan peningkatan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas V dengan penerapan media video interaktif sebagai alat bantu pembelajaran.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli pada 29 peserta didik kelas V SD Mangkura 4 dengan menggunakan media pembelajaran video interaktif. Melalui pendekatan ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami dan menguasai teknik passing bawah dengan cara yang lebih menarik dan efektif. Masalah utama yang dihadapi dalam pembelajaran teknik passing bawah adalah kurangnya pemahaman siswa mengenai langkah-langkah yang benar dalam melakukan gerakan tersebut. Untuk itu, penelitian ini menggunakan video interaktif sebagai media pembelajaran, yang memungkinkan siswa untuk melihat secara langsung contoh gerakan dan teknik yang benar, sehingga dapat memperbaiki kesalahan dan meningkatkan kemampuan mereka.

Penelitian ini melibatkan tiga aspek penilaian untuk mengevaluasi keberhasilan pembelajaran, yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek kognitif mengukur sejauh mana siswa memahami konsep dan teknik passing bawah dalam permainan bola voli, sementara aspek afektif menilai sikap dan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Aspek

psikomotor bertujuan untuk mengukur kemampuan siswa dalam melakukan gerakan fisik secara langsung, yakni keterampilan dalam melakukan passing bawah. Data dikumpulkan melalui pengamatan, tes keterampilan, dan dokumentasi yang dilakukan selama proses pembelajaran. Dengan menggunakan media video interaktif, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan mempermudah siswa dalam menguasai keterampilan passing bawah, yang pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar mereka secara keseluruhan.

**Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal**

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	Tuntas (>75)	4	13.79%
2	Tidak Tuntas (<75)	25	86.21%
	<b>Jumlah</b>	<b>29</b>	<b>100%</b>

Pada  
penelitian

tahap awal  
yang berjudul

"Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli melalui Media Pembelajaran Video Interaktif pada 29 Peserta Didik Kelas V SD Mangkura 4", hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hanya 13,79% siswa yang berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai lebih dari 75, sementara 86,21% siswa lainnya belum mencapai nilai ketuntasan minimal, yaitu kurang dari 75. Data ini mencerminkan rendahnya keterampilan passing bawah pada siswa sebelum penerapan media video interaktif dalam pembelajaran. Sebagian besar siswa belum mampu menguasai teknik passing bawah secara efektif, yang dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman atau latihan yang tidak cukup intensif mengenai teknik tersebut. Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan pentingnya upaya untuk memperbaiki proses pembelajaran guna meningkatkan keterampilan siswa dalam permainan bola voli, terutama dalam aspek teknik passing bawah.

#### Hasil Siklus I

**Tabel 4.2 Hasil Belajar Siswa Siklus I**

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	Tuntas (>75)	10	34.48%
2	Tidak Tuntas (<75)	19	65.52%
	<b>Jumlah</b>	<b>29</b>	<b>100%</b>

Pada  
penelitian  
"Upaya  
Keterampilan  
Bola Voli

Siklus I  
mengenai  
Meningkatkan  
Passing Bawah  
melalui Media

Pembelajaran Video Interaktif pada 29 Peserta Didik Kelas V SD Mangkura 4", hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa 34,48% siswa berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 65,52% siswa lainnya masih belum mencapai ketuntasan minimal, yaitu nilai kurang dari 75. Meskipun terjadi peningkatan dibandingkan dengan data awal, di mana hampir seluruh siswa belum tuntas, namun masih terdapat sebagian besar siswa yang belum menguasai keterampilan passing bawah dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun penggunaan media video interaktif mulai memberikan dampak positif, masih diperlukan perbaikan lebih lanjut dalam proses pembelajaran untuk memastikan bahwa lebih banyak siswa dapat mencapai ketuntasan dan menguasai teknik passing bawah secara lebih efektif.

#### Hasil Siklus II

**Tabel 4.3 Hasil Belajar Siswa Siklus II**

Pada  
penelitian  
Meningkatkan

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	21	72.41%
2	<75	8	27.59%
	<b>Jumlah</b>	<b>29</b>	<b>100%</b>

Siklus II  
"Upaya  
Keterampilan

Passing Bawah Bola Voli melalui Media Pembelajaran Video Interaktif pada 29 Peserta Didik Kelas V SD Mangkura 4", hasil yang diperoleh menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan Siklus I. Sebanyak 72,41% siswa berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai lebih dari 75, sementara 27,59% siswa lainnya masih belum mencapai ketuntasan, dengan nilai kurang dari 75. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas penggunaan media video interaktif dalam pembelajaran, yang membantu siswa lebih memahami dan menguasai teknik passing bawah bola voli. Dengan meningkatnya jumlah siswa yang tuntas, dapat disimpulkan bahwa pendekatan ini memberikan dampak positif terhadap keterampilan praktis siswa, dan melalui siklus kedua, pembelajaran menjadi lebih efektif dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas V SD Mangkura 4 melalui media pembelajaran video interaktif. Pembelajaran dengan media video interaktif dipilih karena dapat memberikan gambaran visual yang jelas mengenai teknik-teknik dasar dalam bola voli, termasuk passing bawah. Teknik passing bawah merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting dalam permainan bola voli, dan penguasaan teknik ini sangat menentukan dalam keberhasilan permainan. Dalam konteks penelitian ini, peningkatan keterampilan passing bawah pada siswa menjadi fokus utama yang diharapkan dapat tercapai melalui penggunaan media yang lebih inovatif dan menarik.

Pada tahap awal penelitian (Tabel 4.1), diperoleh data bahwa hanya 13,79% siswa yang berhasil mencapai nilai ketuntasan lebih dari 75, sementara sebagian besar siswa (86,21%) belum mencapai ketuntasan minimal. Hal ini menunjukkan bahwa pada awalnya banyak siswa yang kesulitan dalam menguasai teknik passing bawah. Salah satu kemungkinan penyebabnya adalah kurangnya media pembelajaran yang efektif dalam menjelaskan teknik tersebut. Di samping itu, metode pembelajaran tradisional yang digunakan sebelumnya mungkin belum mampu menarik perhatian siswa secara maksimal, sehingga siswa tidak begitu aktif atau termotivasi untuk mempelajari teknik passing bawah.

Setelah penerapan media pembelajaran video interaktif pada Siklus I (Tabel 4.2), terjadi peningkatan yang cukup signifikan, meskipun masih ada 65,52% siswa yang belum mencapai ketuntasan. Hanya 34,48% siswa yang berhasil mencapai nilai lebih dari 75, yang menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan dengan data awal. Penggunaan video interaktif memungkinkan siswa untuk melihat langsung teknik-teknik yang benar, serta memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengulang gerakan tersebut sesuai dengan apa yang dilihat dalam video. Hal ini memudahkan siswa untuk lebih memahami teknik yang diajarkan dan membantu mereka memperbaiki kesalahan secara lebih mandiri. Namun, meskipun terjadi peningkatan, beberapa siswa masih kesulitan dalam menerapkan teknik dengan benar, kemungkinan karena perlu waktu lebih lama untuk benar-benar menguasai gerakan passing bawah.

Pada Siklus II (Tabel 4.3), hasil yang diperoleh menunjukkan peningkatan yang signifikan lagi, dengan 72,41% siswa berhasil mencapai ketuntasan dan hanya 27,59% yang

masih belum tuntas. Peningkatan yang pesat ini menunjukkan bahwa penerapan video interaktif semakin efektif dalam membantu siswa menguasai teknik passing bawah. Dalam siklus ini, siswa tampaknya lebih siap dan lebih mampu menerapkan teknik yang telah dipelajari dengan lebih baik. Hal ini juga menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis video interaktif tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa tentang teknik, tetapi juga memberi mereka kesempatan untuk belajar secara mandiri dan meningkatkan keterampilan motorik mereka. Proses ini juga didukung dengan keberadaan waktu yang lebih lama untuk berlatih, di mana siswa bisa mengulang video dan mempraktikkan gerakan yang telah mereka lihat dengan lebih percaya diri.

Selain itu, peningkatan ini juga bisa dijelaskan dengan adanya faktor lain seperti motivasi yang meningkat pada siswa. Media video interaktif memberikan variasi dalam pembelajaran yang sebelumnya terkesan monoton. Siswa lebih tertarik untuk mengikuti pelajaran ketika mereka diberikan media pembelajaran yang interaktif dan relevan dengan perkembangan teknologi saat ini. Pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan dapat mendorong siswa untuk lebih bersemangat dalam mengikuti setiap sesi latihan. Hal ini tercermin dalam peningkatan yang terjadi pada Siklus II, di mana lebih banyak siswa yang dapat menguasai teknik passing bawah dengan baik.

Secara keseluruhan, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media video interaktif dapat meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas V SD Mangkura 4 secara signifikan. Dengan meningkatnya jumlah siswa yang mencapai ketuntasan pada Siklus II, dapat disimpulkan bahwa media video interaktif merupakan alternatif yang efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis dalam olahraga, khususnya dalam pembelajaran bola voli. Penerapan metode ini juga dapat memperkaya variasi pembelajaran di kelas, yang tentunya dapat meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di sekolah dasar. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan rekomendasi agar penggunaan video interaktif dapat diterapkan lebih luas dalam pembelajaran olahraga, tidak hanya dalam bola voli, tetapi juga dalam olahraga lain yang memerlukan keterampilan teknis tertentu.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas V SD Mangkura 4, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran video interaktif efektif dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli. Pada tahap awal, sebagian besar siswa belum mencapai ketuntasan dalam menguasai teknik passing bawah. Namun, setelah penerapan media video interaktif, terjadi peningkatan signifikan pada siklus pertama, dan hasil yang lebih baik tercapai pada siklus kedua, di mana 72,41% siswa berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai lebih dari 75. Hal ini menunjukkan bahwa media video interaktif dapat membantu siswa memahami dan menguasai teknik olahraga dengan lebih efektif, meningkatkan motivasi, serta memberikan kesempatan bagi siswa untuk belajar secara mandiri dengan cara yang lebih menarik. Dengan demikian, penggunaan video interaktif dapat menjadi alternatif yang sangat bermanfaat dalam meningkatkan keterampilan olahraga, khususnya dalam pembelajaran bola voli di sekolah dasar.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bimbingan selama penelitian ini, khususnya kepada guru, siswa, serta pihak sekolah UPT SPF SD Mangkura 4 yang telah berpartisipasi aktif. Terima kasih juga kepada keluarga yang selalu memberikan motivasi dan semangat. Semoga penelitian ini bermanfaat dan memberikan kontribusi positif bagi dunia pendidikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Maulana, M. I., Suparno, S., & Sudarmono, M. (2024). UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN PASSING ATAS DAN PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI MENGGUNAKAN MODIFIKASI BOLA SPON KELAS VII G SMP N 3 SEMARANG. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 964–969.
- Novita, R., & Salbani, S. (2024). ANALISIS KETERAMPILAN PASSING BAWAH DAN PASSING ATAS PADA ATLET BOLA VOLI BINAAN CLUB EKSTRAKURIKULER SMAN 1 LABUHAN HAJI TAHUN AJARAN 2023-2024. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 5(1).
- Nugroho, D. A., Nurhayati, F., & Lesmana, I. B. (2024). Upaya Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Drill. *Dinamika Pembelajaran: Jurnal Pendidikan Dan Bahasa*, 1(4), 266–275.
- Sabri, M. (2021). Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 ON 4 Siswa: Refleksi Hasil Belajar Di Kelas IX SMP Negeri 2 Pangsid Kabupaten Sidenreng Rappang. *Journal of Education and Teaching (JET)*, 2(2), 84–98.
- Suryadi, A. (2020). *Teknologi dan media pembelajaran jilid i*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).