



Upaya Meningkatkan Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas V Di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III

Namira Ramadinah¹, Rusli², Rosmiati³

¹ Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email: namiraramadinah@gmail.com

² Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email: ruslifik@unm.ac.id

³ UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III

Email: rosmiatimmj4@gmail.com

Artikel info

Received; 02-03-2025

Revised;03-04-2025

Accepted;04-05-2025

Published,25-05-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III melalui penerapan metode bermain. Subjek penelitian ini adalah kelas V yang berjumlah 20 orang. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindak Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan pada keterampilan passing bawah siswa. Rata-rata nilai keterampilan siswa meningkat dari 61,50 (kategori "Cukup") pada siklus I menjadi 78,75 (Kategori "Baik") pada siklus II, dengan peningkatan sebesar 17,25 poin. Persentase ketuntasan juga meningkat menjadi 50% siswa tuntas pada siklus I, menjadi 85% siswa tuntas pada siklus II. Selain itu, perubahan distribusi keterampilan menunjukkan 25% siswa mencapai kategori "Baik Sekali" pada siklus II, dengan tidak ada siswa yang berada pada kategori "Kurang" atau "Kurang Sekali". Penelitian ini membuktikan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan passing bawah, motivasi belajar, serta partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran bola voli.

Kata Kunci: Metode Bermain, Passing Bawah, keterampilan siswa.

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



PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, emosional dan sosial peserta didik. Menurut Sukadiyanto (2011), Pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga membangun karakter peserta didik melalui pengalaman belajar yang melibatkan aktivitas fisik. Salah satu olahraga yang diajarkan dalam PJOK adalah bola voli, yang menuntun penguasaan berbagai teknik dasar, termasuk passing bawah. Teknik ini memegang peranan penting dalam permainan bola voli karena

menjadi dasar untuk menerima bola dan melanjutkan ke rekan satu tim secara akurat (Samsudin, 2008).

Berdasarkan observasi awal pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III, kemampuan passing bawah siswa masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari kurangnya ketepatan dalam mengontrol bola, teknik dasar yang belum dikuasai, serta motivasi belajar yang rendah. Rendahnya kemampuan ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti keterbatasan fasilitas olahrag, metode pembelajaran yang kurang variatif, serta kurangnya pendekatan yang menarik dalam proses pembelajaran. Sesuai pendapat Rusli Lutan (2001), Pembelajaran olahraga yang efektif harus dirancang untuk menciptakan pengalaman belajar yang bermakna melalui aktivitas yang menyenangkan dan relevan.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, metode bermain dianggap sebagai pendekatan yang efektif. Metode bermain menggabungkan unsur teknik dasar dengan pendekatan interaktif dan menyenangkan. Menurut Wahjoedi (2001), metode bermain dapat meningkatkan motivasi belajar siswa karena aktifitas yang disajikan lebih menarik dan melibatkan emosi positif. Selain itu, metode ini membantu siswa memahami teknik olahraga secara alami melalui pengalaman langsung. Lebih lanjut, Drost (2007) menjelaskan bahwa penjelasan berbasis bermain dapat meningkatkan koordinasi, kerja sama, dan pemahaman siswa terhadap strategi permainan.

Dengan menerapkan metode bermain, siswa dapat belajar melalui pengalaman nyata yang didukung oleh suasana pembelajaran yang menyenangkan. Selain meningkatkan keterampilan teknis seperti passing bawah, metode ini juga mampu membangun aspek-aspek sosial dan emosional siswa, seperti kerja sama, rasa percaya diri, dan sportivita.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas metode bermain dalam meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yang signifikan, baik bagi pengembangan PJOK di tingkat sekolah dasar, maupun sebagai panduan bagi guru dalam mengembangkan pendekatan pembelajaran yang kreatif dan inovatif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindak Kelas (PTK) untuk meningkatkan kemampuan passing bawa bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III. Penelitian Tindak Kelas (PTK) adalah penelitian praktis di dalam kelas untuk memperbaiki kualitas proses pembelajaran, meningkatkan hasil belajar, dan menemukan model atau metode pembelajaran yang inovatif untuk memecahkan permasalahan yang dialami oleh guru dan siswa (Juanda, 2016). Metode PTK dipilih karena memungkinkan guru dan peneliti bekerja sama untuk mengidentifikasi serta memecahkan permasalahan pembelajaran secara sistematis dan berkelanjutan (Kemmis & McTanggart). Penelitian ini dirancang dalam dua siklus, dimana setiap siklus melibatkan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi.

Penelitian ini dilaksanakan di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III dengan subjek siswa kelas V sebanyak 20 orang. Subjek dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan rendahnya kemampuan passing bawah siswa dalam bermain bola voli.

Penelitian ini terdiri atas dua siklus, masing-masing dengan empat tahap sebagai berikut :

1. Perencanaan : peneliti dan guru bersama-sama Menyusun RPP berbasis metode bermain yang dirancang untuk melatih teknik dasar passing bawah melalui kegiatan yang menyenangkan dan interaktif. Alat dan bahan pembelajaran seperti bola voli dan media lainnya disiapkan. Selain itu, instrumen penelitian seperti lembar observasi, tes keterampilan dan catatan lapangan juga disiapkan untuk mendukung pengumpulan data.
2. Pelaksanaan : pembelajaran dilaksanakan berdasarkan RPP yang telah disusun. Peneliti menggunakan berbagai aktivitas bermain, seperti melempar bola dalam kelompok dan pertandingan mini, yang dirancang untuk melatih ketersampilan passing bawah dalam suasana yang menyenangkan. Siswa terlibat aktif dalam setiap kegiatan yang menggabungkan unsur-unsur teknik dasar dengan pendekatan yang menyenangkan.
3. Observasi : peneliti mengamati dan mencatat aktivitas siswa, keterlibatan dalam pembelajaran, serta kemampuan passing bawah melalui lembar observasi dan tes keterampilan. Data yang diperoleh akan dianalisis untuk mengevaluasi sejauh mana metode bermain dapat meningkatkan keterampilan teknis siswa.
4. Refleksi : hasil dari observasi dan tes keterampilan di analisis untuk menentukan keberhasilan pembelajaran dan perbaikan yang dapat dilakukan pada siklus berikutnya. Data dari tes keterampilan dianalisis secara kuantitatif untuk mengukur peningkatan kemampuan siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi lembar observasi untuk mencatat aktivitas siswa selama pembelajaran, dan tes keterampilan passing bawah yang dilakukan sebelum tindakan (Pre-test) setelah tindakan (Post-test) pada setiap siklus, serta catatan lapangan yang mencatat temuan penting selama pembelajaran berlangsung.

Data dikumpulkan melalui observasi langsung, dan tes keterampilan. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Hasil tes keterampilan dianalisis menggunakan persentase untuk mengetahui peningkatan kemampuan passing bawah, sedangkan data observasi dianalisis untuk mengevaluasi proses pembelajaran, keterlibatan siswa, dan motivasi mereka. Penelitian ini dianggap berhasil jika 75% mencapai standar kelulusan minimal (KKM) dalam passing bawah, dan jika terdapat peningkatan motivasi belajar, keterlibatan aktif siswa, serta terciptanya suasana belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III melalui metode bermain. Hasil

penelitian disajikan berdasarkan data tes keterampilan pada siklus I dan siklus II. Berikut hasil analisis keterampilan yang diperoleh :

Siklus I

Pada siklus I, hasil menunjukkan peningkatan dibandingkan kondisi awal, Namun, keterampilan passing bawah siswa secara keseluruhan masih tergolong rendah. Berikut data hasil analisis keterampilan siswa pada siklus I

Tabel 1. Analisis Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 pada Siklus I

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1.	90 - 100	Baik Sekali	0	0%
2.	70 - 89	Baik	6	30%
3.	50 - 69	Cukup	8	40%
4.	30 - 49	Kurang	4	20%
5.	10 - 29	Kurang Sekali	2	10%
Jumlah			20	100%
Rata-rata			61.50	
Kategori			Cukup	

Pada Siklus I, rata-rata nilai keterampilan passing bawah siswa adalah 61,60, yang tergolong dalam kategori “cukup”. Sebagian besar siswa (40%) berda dalam kategori “Cukup” sementara 30% siswa mencapai karegori “Baik”. Tidak ada siswa yang mencapai kategori “Baik Sekali” dan 10% siswa masih erada pada kategori “Kurang Sekali”.

Siklus II

Pada siklus II, hasil menunjukkan peningkatan signifikan disbanding siklus I. Modifikasi metode bermain dengan menambahkan demonstrasi teknik dan permainan kelompok kecil meningkatkan pemahman siswa terhadap teknik passing bawah. Berikut data hasil analilss keterampilan siswa pada siklus II.

Tabel 2. Analisis Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang 3 pada Siklus II

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1.	90 - 100	Baik Sekali	5	25%
2.	70 - 89	Baik	12	60%
3.	50 - 69	Cukup	3	15%
4.	30 - 49	Kurang	0	0%
5.	10 - 29	Kurang Sekali	0	0%

Jumlah	20	100%
Rata-rata	78,75	
Kategori	Baik	

Pada siklus II, rata-rata nilai keterampilan siswa meningkat menjadi 78,75, yang tergolong dalam kategori “Baik”. Sebanyak 60% siswa mencapai kategori “Baik”, 25% siswa dalam kategori “Baik Sekali” dan 15% siswa berada dalam kategori “Cukup”. Tidak ada siswa yang berada dalam kategori “Cukup” atau “Kurang Sekali”

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan metode bermain terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas V di UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III. Rata-rata keterampilan siswa meningkat dari 61,50 pada siklus I, yang masuk kategori “Cukup” Menjadi 78,75 pada siklus II, yang masuk kategori “Baik”. Peningkatan sebesar 17,25 poin mencerminkan keberhasilan penerapan metode ini. Selain itu, distribusi kategori keterampilan menunjukkan perubahan signifikan. Pada siklus I, Sebagian besar siswa (40%) berada dalam kategori “Cukup” dan tidak ada siswa yang mencapai kategori “Baik Sekali”. Namun pada siklus II, 60% siswa masuk kategori “Baik”, dengan tambahan 25% siswa yang mencapai kategori “Sangat Baik”, serta tidak ada siswa yang berada dalam kategori “Kurang” atau “Kurang Sekali”

Metode bermain memberikan suasana belajar yang menyenangkan, interaktif, dan berbasis pengalaman langsung, yang berhasil meningkatkan motivasi belajar siswa. Modifikasi pada siklus II, seperti demonstrasi teknik yang lebih jelas dan permainan dalam kelompok kecil, terbukti membantu siswa memahami teknik passing bawah dengan lebih baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode bermain tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga membangun semangat kerja sama dan partisipasi aktif dalam pembelajaran PJOK. Dengan demikian, metode bermain merupakan pendekatan yang relevan dan bermakna untuk pembelajaran olahraga di sekolah dasar

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan metode bermain berhasil meningkatkan jumlah siswa yang tuntas dalam keterampilan passing bawah bola voli. Pada siklus I, hanya 50% siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Setelah penerapan metode bermain pada siklus II, jumlah siswa yang tuntas meningkat signifikan menjadi 85%. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas metode bermain dalam membantu siswa mencapai ketuntasan pembelajaran, baik dari segi teknis maupun motivasi belajar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah berperan penting dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada UPT SPF SDI Bertingkat Mamajang III atas izin, dukungan, dan fasilitas yang diberikan selama penelitian berlangsung. Serta kepada siswa kelas V yang telah berpartisipasi dengan

antusias. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada guru pamong di sekolah nin atas bimbingan, kerja sama, dan dukungan yang sangat membanu dalam meranvang dan melaksanakan pembelajaran berbasis metode bermain. Ucapan terima kasih juga kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberika masukan berharga selama proses penelitian. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan pembelajaran PJOK dan menjadi referensi yang berguna bagi para pendidik.

DAFTAR PUSTAKA

- Drost, D. K. (2007). *Enhancing Learning Through Sports Activities: A Practical Guide*. New York: Academic Press.
- Lutan, R. (2001). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Samsudin, A. (2008). *Pembelajaran Teknik Dasar Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2011). *Dasar-Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wahjoedi. (2001). *Metode Pembelajaran Olahraga yang Efektif*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Juanda. (2016). *Penelitian Tindakan Kelas: Teori dan Praktik*. Jakarta: Prenadamedia Group