



## UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING* ATAS BOLA VOLI MELALUI VARIASI PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS XI MAS YASPI LABUHAN DELI

Ahmad Al Munawar<sup>1</sup>, Andi Nur Abady<sup>2</sup>, Khaira Ulfa Tanjung<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna

Jl. Alumunium Raya No. 77 Tanjung Mulia

Email : [khairaulfa@gmail.com](mailto:khairaulfa@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar *passing* atas bola voli melalui variasi pembelajaran pada siswa kelas XI IPA 1 MAS YASPI Labuhan Deli Medan Tahun Ajaran 2016/2017. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam satu siklus, yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Sumber data dalam penelitian ini adalah hasil tes siswa yang berbentuk penelian portopolio. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini dan untuk mengetahui hasil penelitian dilihat dari ketuntasan siswa secara klasikal, sementara metedo yang digunakan adalah metode tindakan kelas.

Berdasarkan data awal yang didapat dari 49 jumlah keseluruhan siswa sebanyak 31 orang siswa (63,27%) tuntas dalam pembelajaran sementara 18 orang siswa (36,73%) tidak tuntas dalam pembelajaran, selanjutnya pada siklus I jumlah ketuntasan siswa meningkat sebanyak 43 orang siswa (87,76%) tuntas dalam pembelajaran sementara 6 orang siswa (12,24%) tidak tuntas dalam pembelajaran. Penelitian ini menyimpulkan bahwa melalui variasi pembelajaran mampu meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli pada siswa kelas XI IPA 1 MAS YASPI Labuhan Deli Medan Tahun Ajaran 2016/2017.

**Kata kunci:** *Passing Atas Bola Voli, Variasi Pembelajaran*

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sebuah pendidikan secara utuh. Pendidikan jasmani menyertai perkembangan dan pertumbuhan peserta didik serta sekaligus sebagai wadah penanaman moral secara langsung kepada siswa. Anak didik secara utuh (kognitif, afektif, psikomotor) melalui jasmani dengan melakukan berbagai bentuk permainan ataupun cabang olahraga.

Salah satu olahraga cabang yang diajarkan dalam pendidikan jasmani adalah bola voli. Bola voli adalah sebuah olahraga yang dimainkan oleh enam orang pemain dilapangan yang berbentuk persegi panjang dengan ukuran lapangan 18 x 9 meter. Lapangan ini dibatasi oleh net yang tingginya 2,34 meter untuk putra dan 2,24 meter untuk putri. Didalam memainkan permainan ini setiap pemain haruslah

menguasai berbagai teknik dasar seperti teknik *passing* atas, *passing* bawah, *servis* atas, *servis* bawah, dan *smash*.

Namun bukanlah hal yang gampang untuk membelajarkan setiap teknik dasar bola voli tersebut. Misalnya pada teknik *passing* atas, dari data yang didapat pada pembelajaran terdahulu masih banyak siswa yang mengalami kesulitan belajar hal ini dapat disebabkan oleh dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal. Yang dimaksud dengan faktor internal adalah faktor yang berasal dari diri siswa itu sendiri, sedangkan yang dimaksud dengan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari lingkungan ataupun gaya mengajar guru yang tidak sesuai dengan gaya belajar siswa.

Berdasarkan data yang diperoleh, dari 49 orang siswa terdapat 31 orang siswa atau 63,27% yang dinyatakan tuntas dalam



pembelajaran dan 18 orang siswa atau 36,73% dinyatakan belum tuntas dalam pembelajaran. Berdasarkan dari data tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan sebuah riset pada pembelajaran passing atas bola voli. Ternyata penyebab ketidaktuntasan siswa adalah kurangnya motivasi siswa dalam pembelajaran, tidak adanya inovasi yang diberikan dalam pengajaran, pengajaran yang bersifat monoton, kurangnya keleluasaan siswa dalam mengekspresikan diri, terbatasnya waktu dalam pembelajaran dan lain sebagainya. Setelah mengetahui kesulitan belajar yang dialami oleh siswa maka selanjutnya peneliti tertarik untuk mencari serta memberikan solusi dari keterhambatan pembelajaran siswa tersebut adapun solusi yang direncanakan adalah pemberian variasi dalam pembelajaran *passing* atas.

Variasi adalah sebuah inovasi yang dibuat untuk menghindari kejenuhan pada siswa ataupun guru itu sendiri. Setidaknya ada tiga variasi yang dirancang dalam pembelajaran *passing* atas ini. Diharapkan dari variasi ini siswa terbantu dalam menuntaskan pembelajaran. Maka judul dalam penelitian ini adalah “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas XI IPA MAS YASPI Labuhan Deli Medan Tahun Pelajaran 2016/2017”.

## LANDASAN TEORITIS

### 1. Hakekat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari sebuah pendidikan secara utuh. Pendidikan jasmani merupakan sebuah usaha mendidik peserta didik melalui kegiatan jasmani dengan menggunakan media cabang olahraga pada ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Pendidikan Jasmani merupakan media mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan Pendidikan Jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang

menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Menurut Rusli Lutan (2000:1) “Pendidikan Jasmani itu adalah wahana untuk mendidik anak”. Menurut Jesse Feiring Williams dalam Freeman, (2001:15), “pendidikan “alat” untuk membina anak muda agar kelak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat. Jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan”.

Dalam menempatkan posisi pendidikan jasmani, diyakini pula bahwa kontribusi pendidikan jasmani hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman gerak (aktivitas jasmani) dalam pendidikan jasmani berhubungan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh di masyarakat. Dengan demikian, manakala pengalaman dalam pendidikan jasmani tidak memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmaninya

### 2. Hakekat Hasil Belajar

Belajar merupakan kegiatan menimba ilmu yang didapatkan dari sebuah proses. Menurut Slameto (2003) “Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya” (hlm.2).

Seseorang dikatakan belajar bila orang tersebut melakukan suatu proses kegiatan yang mengakibatkan suatu perubahan tingkahlaku yang di sertai dengan usaha sehingga dari tidak mampu melakukannya. Dengan demikian belajar bertujuan untuk mengadakan perubahan tingkah laku sesuai dengan tujuan yang sama dalam belajar itu membutuhkan kegiatan dan usaha.

### 3. Hakekat Permainan Bola Voli

Salah satu permainan olahraga bola besar yang diajarkan pada mata pelajaran



pendidikan jasmani disekolah adalah olahraga permainan bola voli, permainan ini dimainkan dilapangan yang berbentuk persegi panjang dan memiliki beberapa teknik dasar seperti servis, passing atas, passing bawah, smash, dan juga bloking.

Permainan Bola Voli adalah suatu jenis olah raga permainan yang dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan yang masing-masing regu terdiri dari enam pemain, setiap regu berusaha untuk dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangan melewati di atas jaring atau net dan mencegah pihak lawan dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangannya (Aip Syarifuddin dan Muhadi, 1992: 183).

Pada permainan ini bola dimainkan dengan diawali servis dan masing-masing regu diberi kesempatan *passing* maksimal tiga kali sentuh (dilakukan oleh pemain yang berbeda) untuk mengembalikan bola ke lawan melewati di atas net. Regu yang dapat menjatuhkan bola di daerah lawan memperoleh poin dan regu yang berhasil mengumpulkan poin sebanyak 25 poin dinyatakan memenangkan 1 set permainan.

#### 4. Hakikat Variasi Pembelajaran

Keterampilan mengajar merupakan salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru. Hubungan antara guru dan siswa didalam proses pembelajaran berlangsung secara dinamis. Kedinamisan siswa mungkin diakibatkan oleh faktor internal siswa sendiri ataupun karena pengaruh dinamika lingkungan yang sedikit banyak mempengaruhi siswa. Guru di dalam pembelajaran dituntut menggunakan variasi dalam mengajar untuk menghadapi keadaan siswa yang dinamis. Menurut Usman (2008:84) "Variasi mengajar adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar-mengajar yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan murid, sehingga dalam situasi belajar-mengajar, murid senantiasa menunjukkan ketekunan, antusiasme, serta penuh partisipasi". Variasi dalam pembelajaran adalah perubahan dalam proses kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik, serta mengurangi kejenuhan dan kebosanan (Mulyasa, 2005:78).

Komponen-komponen variasi mengajar dibagi menjadi tiga kelompok yaitu variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajaran, dan variasi Interkasi.

#### METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan *kelas (Classroom Action Research)*. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar siswa dalam proses pembelajaran penjas serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi tersebut.

Menurut Arikunto (2006:16) menyatakan bahwa secara garis besar dalam tiap siklus itu terhadap empat tahap yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu perencanaan (*planning*),

tindakan (*acting*), observasi (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Pada setiap penelitian dalam ilmu pengetahuan umumnya bertujuan untuk

menemukan dan mengembangkan serta menguji kebenaran dari suatu ilmu pengetahuan. Metode penelitian adalah cara yang dilakukan peneliti untuk mencapai maksud dan tujuan tertentu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*).

Menurut Agus Kristiyanto (2010:32) "PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru/pelatih dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukannya, serta memperbaiki kondisi dimana praktek-praktek pembelajaran pendidikan jasmani/kepelatihan olahraga tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan untuk setiap siklusnya"

#### HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

Dari analisis data yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa melalui variasi



pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bola voli pada siswa kelas XI IPA MAS YASPI Labuhan Deli Tahun Ajaran 2016/2017. Penerapan pembelajaran ini memberikan kesempatan pada siswa untuk aktif dalam memahami dan mendalami gerakan-gerakan atau fase dalam setiap tahapan *passing atas* bola voli, serta memberikan kebebasan kepada setiap individu agar dapat mengembangkan dirinya secara mandiri dan juga berkelompok sehingga terbentuklah karakter sosial siswa.

Pada siklus I peneliti tidak menemukan kendala berarti yang dihadapi oleh siswa dan tertuang tertuang pada catatan lapangan (CL), Pada pembelajaran di siklus I ini tingkat ketuntasan siswa dinilai telah memenuhi sarat ketuntasan secara klasikal, yaitu 87,76% dari total keseluruhan maka dinilai tidak perlu diadakan siklus II.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil belajar siswa pada data awal setelah dilakukannya tes dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam pembelajaran masih rendah. Dari 49 orang siswa terdapat 31 orang siswa (63,27%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 18 orang siswa (36,73%) belum mencapai ketuntasan belajar. Sedangkan pada siklus I dapat dilihat bahwa kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *passing atas* bola voli sudah menunjukkan peningkatan hal ini ditunjukkan dari tes hasil belajar dan telah tuntas secara klasikal. Dari 49 orang siswa terdapat 43 orang siswa (87,76%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 6 orang siswa (12,24%) belum mencapai ketuntasan belajar. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui variasi pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing atas* bola voli pada siswa kelas XI IPA 1 MAS YASPI Tahun Ajaran 2016/2017.

#### SARAN

Sebagai saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi peneliti yang ingin meneliti mengenai hal yang sama, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan.

2. Penelitian ini tidak bersifat global, sehingga bisa saja hasil yang didapatkan berbeda dengan hasil yang diharapkan.
3. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menambah variabel yang lebih variatif.
4. Sebagai khasanah ilmu pengetahuan bagi guru pendidikan jasmani disekolah

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdulkadir Ateng, 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani* Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan,
- Bowerman, J. William dan William H. Freeman. 1991. *High Performance Training for Track and Field*. United State of America: Human Kinetics Publisher, Inc.
- Daryanto. 2010. *Belajaran Mengajar*. Bandung, Yrama Widya.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 2007. *Petunjuk Teknis Pendidikan Jasmani*, Jakarta: Depdikbud,
- Hamalik, Oemar, 2010. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Hurlock, Elizabeth B. 2001, *Psikologi Perkembangan.- Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*, terjemahan Istimiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kemeneppora, 2007. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005; Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*, Jakarta: Kemeneppora
- Muhajir. 2004 *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Penerbit Yudistira.
- Muhibbin Syah. 2009. *Psikologi Belajar*. Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada.
- Rusli lutan, J. Hartoto, dan Tomoliyus, 2001. *Pendidikan Kebugaran Jasmani ; Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional, bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.



- Samsudin,  
2012. *Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: PPS UNJ.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syarifuddin Aip, Muhadi,  
1992. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Syarifuddin Aip, Muhadi,  
2009. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sudjana, 2010. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remadja Fostakarya.
- Sugiyanto dan Sudjarwo,  
1991. *Perkembangan Pembelajaran Gerak Modul 1-6* Jakarta: Depdikbud Universitas Terbuka.