



**PENINGKATAN HASIL BELAJAR *PASSING* ATAS BOLA VOLI
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN DENGAN MENGGUNAKAN
MEDIA BOLA PLASTIK**

Devi Catur Winata¹, Muhammad Syaleh²

^{1,2} Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna
Jl. Alumunium Raya, Sumatera Utara, 20241, Indonesia
devicatur45@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peningkatan hasil belajar *Passing* Atas Dalam Permainan Bola Voli melalui Pendekatan Bermain dengan menggunakan media bola plastik Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 105364 Perbaungan Tahun ajaran 2015/2016.

Penelitian ini merupakan tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Sumber data dalam penelitian ini adalah hasil tes siswa yang berbentuk aplikasi teknik dasar *passing* atas. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif dengan presentase.

Berdasarkan hasil belajar siswa pada data awal setelah tes hasil belajar dapat dilihat bahwa kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik *Passing* Atas masih rendah. Dari 25 orang siswa terdapat 15 orang (60%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 10 orang (40%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 70 pada siklus I. Dari 25 orang siswa terdapat 22 orang (88%) yang telah mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 3 orang (12%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan nilai rata-rata hasil belajar siswa adalah 80. Berdasarkan hal itu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui gaya mengajar Penemuan Terbimbing pada siswa kelas Kelas VI SD Negeri 105364 Perbaungan Tahun Ajaran 2015/2016.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia sampai kapanpun dan di manapun berada. Pendidikan sangat penting, artinya tanpa pendidikan manusia akan sulit untuk berkembang dan bahkan akan terbelakang. Dengan demikian pendidikan harus benar-benar diarahkan untuk menghasilkan manusia yang berkualitas dan mampu bersaing, di samping memiliki budi pekerti yang luhur dan moral yang baik.

Keberhasilan proses kegiatan belajar mengajar di ukur dari keberhasilan siswa yang mengikuti kegiatan tersebut. Keberhasilan ini dapat dilihat dari tingkat pemahaman. Penguasaan materi dan hasil belajar siswa. Semakin tinggi pemahaman, penguasaan materi dan hasil belajar maka semakin tinggi pula tingkat keberhasilan pembelajaran.

Pembelajaran pendidikan jasmani adalah suatu kegiatan yang didalam pengajarannya menekankan aktivitas gerak dan jasmani serta usaha yang dilakukan secara sadar melalui pendidikan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan siswa untuk tampil sebagai insan yang sehat baik dalam bertindak, tingkah laku, pikiran dan mental. Tujuan dari pendidikan jasmani yaitu mengembangkan keterampilan gerak. Gerak tersebut terbagi tiga yaitu: lokomotor, *non* lokomotor dan manipulasi.

Hal ini berpengaruh pada hasil belajar siswa sehingga banyak siswa yang remedial atau mengulang pada saat ujian praktek *passing* atas permainan bola voli tersebut. Dimana nilai kriteria ketuntasan minimum (KKM) yang harus di capai siswa tersebut adalah 70, sementara dalam melakukan peraktek *passing* atas bola voli tersebut pada siswa

kelas VI yang berjumlah 25 orang hanya sekitar 5 orang siswa yang tuntas (20%) yang mencapai KKM, sementara 20 siswa (80%) tidak mencapai KKM. Berdasarkan hasil belajar tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa tergolong rendah dan perlu diadakan perbaikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi *passing* atas dalam permainan bola voli.

Melihat kondisi belajar tersebut ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar *passing* atas dalam permainan bola voli sehingga siswa tersebut dapat melakukan *passing* atas dengan baik dan hasil belajar yang akan dicapai akan maksimal. Salah satunya adalah melalui pendekatan bermain dengan menggunakan media bola plastik sehingga dengan melakukan pendekatan bermain tersebut siswa tidak merasa kesulitan dengan melakukan teknik dasar *passing* atas dalam permainan bola voli dan hasil belajar dapat dicapai dengan maksimal.

Permainan Bola voli

Permainan bola voli diciptakan pada tahun 1895 oleh William G. Morgan dari Amerika Serikat (Depdikbud, 1979:18). Pada mulanya permainan ini bernama Mintonette, mengingat dari permainan ini dimainkan dengan melambungkan bola (memukul-mukul bola) sebelum bola tersebut menyentuh lantai, maka pada tahun 1896 oleh Prof. H.T. Halsted mengusulkan nama permainan menjadi "Volley Ball".

Permainan bola voli di Indonesia sudah dikenal sejak tahun 1928, dibawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan. Sejak PON II di Jakarta

pada tahun 1951, sampai sekarang bola voli termasuk salah satu cabang olahraga yang resmi dipertandingkan. Pada tanggal 22 Januari 1955 di Jakarta diresmikan berdirinya Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) dengan menunjuk W.Y. Latumenten sebagai formatur untuk menyusun pengurus (Depdikbud, 1979:19)

Permainan bola voli adalah suatu jenis olahraga permainan. Permainan ini 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).

Passing Atas Bola Voli

Menurut Nuril Ahmadi, (2007:32) menyatakan “*Passing* adalah salah satu teknik dalam permainan bola voli yang dilakukan secara tertentu yang tujuannya adalah mengoper bola yang dimainkan beregunya”. *Passing* adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan teknik tertentu, sebagai awak untuk menyusun bola penyerangan kepada regu lawan.

Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007:22).

Passing adalah mengoper bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal

menyusun pola serangan kepada regu lawan. Adapun macam - macam *passing* yaitu *passing* atas dan *passing* bawah .

Teknik *passing* atas dapat dilakukan dengan baik bila dilakukan dengan sungguh - sungguh. Hal ini perlu, sebab *passing* atas mempunyai peran yang sangat penting dalam permainan bola voli. Analisis gerak *passing* atas yang diuraikan adalah sikap dan gerak badan pada waktu melakukan *passing* atas yang terdiri dari sikap permulaan akan melakukan *passing* atas, sikap saat perkenaan bola dan sikap akhir dalam melakukan *passing* atas.

Sikap permulaan akan melakukan *passing* atas



Gambar 4. Sikap permulaan pada *passing* atas bola voli

Adapun sikap permulaan itu ialah sebagai berikut : badan berdiri tegak dengan salah satu kaki berada didepan kaki yang lain. Dianjurkan bila tidak kidal kaki kiri lebih berada didepan kaki kanan, lutut ditekuk, badan agak condong kedepan dengan tangan siap berada di depan dada

Sikap pada saat melakukan *Passing* atas



Gambar 5. Sikap pada saat melakukan *passing* atas bola voli

Pada saat akan melakukan *passing*, maka posisi badan segera berada dibawah dada, dengan tangan di angkat keatas depan kira - kira setinggi dahi, jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah lingkaran atau bulatan. Jari diregangkan sedikit satu dengan yang lain dan kedua ibu jari membentuk satu sudut (Suharno, 1985 : 16).

Posisi perkenaan tangan dan jari pada bola yaitu kedua telapak tangan dan jari - jari membentuk setengah lingkaran atau bulatan, siap di depan atas dahi. Perkenaan bola pada jari adalah ruas pertama dan ruas kedua, terutama ruas pertama pada ibu jari. Pada saat jari disentuh pada bola, maka jari - jari agak ditegakkan sedikit dan pada saat itu juga diikuti gerakan pergelangan tangan, lengan kearah depan atas agak *eksplosif* (Suharno, 1985 : 16).

Sikap akhir *passing* atas



Gambar 6. Sikap akhir *passing* atas bola voli

Sikap akhir gerakan *passing* atas dibutuhkan koordinasi antara sikap permulaan, sikapperkenaan, serta sikap akhir gerakan itu sendiri. Setelah bola berhasil di *passing* atas, maka lengan tetap lurus sebagai suatu gerakan lanjutan diikuti dengan badan dan langkah kaki kedepan agar koordinasi terjaga dengan baik.

Adapun tindakan permainan yang diberikan pada penelitian ini adalah:

a. permainan lempar kedinding

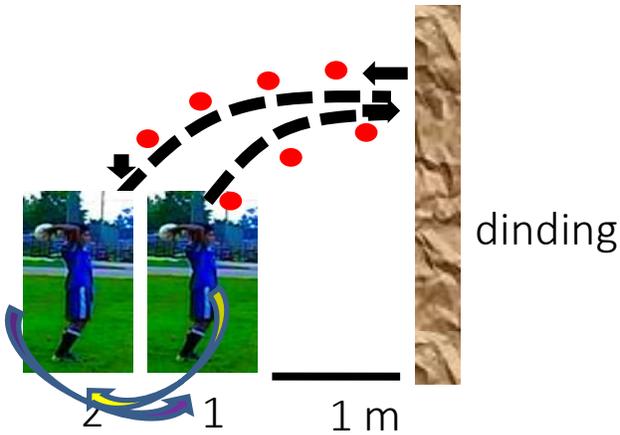
Langkah-langkah melakukan permainan ini adalah sebagai berikut

1. Siswa di bagi kedalam 4 kelompok yang terdiri dari satu kelompok berjumlah 7 atau 6 orang siswa, masing-masing kelompok berhadapan dengan dinding dengan jarak antara 1 meter.

1. Setiap mendengar aba-aba peluit dari peneliti siswa yang memegang bola plastik melemparkan bola kearah dinding, pantulan bola ditangkap oleh siswa yang berada dibelakang siswa yang melempar.
2. Setiap siswa yang melempar berpindah tempat kebelakang siswa dikelompoknya dan menunggu pantulan bola dari dinding.
3. Posisi tangan melemparkan bola berada dibelakang kepala seperti yang digambarkan.

Permainan ini diberikan waktu selama 15 menit untuk melakukannya.

Setelah selesai melakukan dilanjutkan dengan permainan berikutnya.

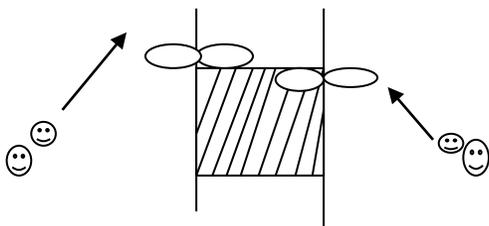


Gambar 3

Sumber : Desain Peneliti

b. Permainan Bola Huluhup

1. Permainan ini dilakukan oleh 4 kelompok yang terdiri dari 7 atau 6 orang siswa, masing-masing kelompok berbaris di lapangan voli untuk melakukan *passing* atas dengan menggunakan huluhup.
2. Huluhup diletakkan di sudut tiang voli agar siswa melakukan *passing* atas dan memasukan bola plastik ke arah huluhup yang disediakan sekitar 2meter jarak dari siswa berdiri
3. Siswa pertama *passing* atas lalu siswa kedua atau siswa yang dibelakangnya melakukan dan mengikuti gerakan yang telah diikuti oleh siswa sebelumnya
4. Permainan ini dilakukan selama 15 menit dengan tujuan agar siswa dapat melakukan *passing* atas dengan baik dan perkenaan bola di tangan terasa dan terbiasa untuk melakukan *passing* atas hingga merangsang siswa untuk melakukan *passing* atas pada sasaran atau tujuan.

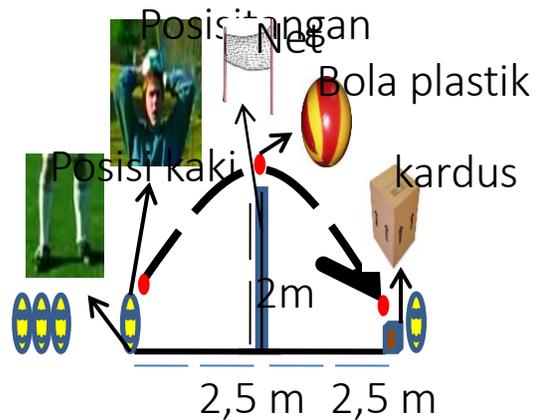


1meter

Gambar 8

Sumber : Disain peneliti

c. Permainan Bola Fokus



Gambar 9

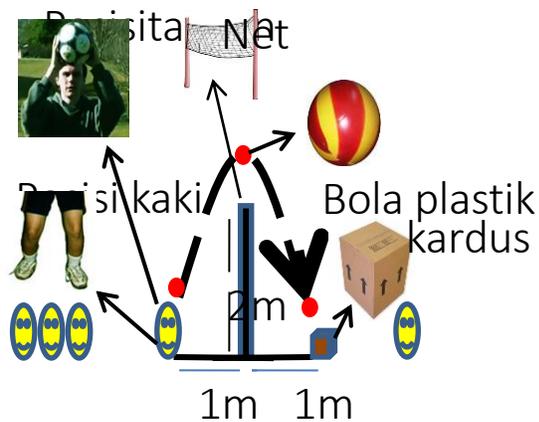
Sumber : Desain Peneliti

Langkah-langkah melakukan permainan ini adalah sebagai berikut :

1. Siswa di bagi kedalam 4 kelompok yang terdiri dari satu kelompok berjumlah 7 atau 6 orang siswa. 2 kelompok disisi kanan dan 2 kelompok di sisi kiri lapangan, masing-masing kelompok saling berhadapan.
2. Setiap mendengar aba-aba peluit dari peneliti siswa yang memegang bola plastik atau siswa yang barisan pertama melemparkan bola kearah Kardus, dengan rintangan net setinggi dua meter, jarak siswa dengan net 2,5 meter dan jarak net ke kardus 2,5 meter jadi jarak sasaran sama siswa 5 meter.
3. Posisi tangan melemparkan bola berada dibelakang kepala dan posisi kaki selebar bahu seperti digambarkan.
4. Permainan ini diberikan waktu selama 15 menit untuk melakukannya.

Setelah selesai melakukan dilanjutkan dengan permainan berikutnya

d) Permainan Bola Fokus II



Gambar 10

Sumber : Desain Peneliti

Langkah-langkah melakukan permainan ini adalah sebagai berikut :

1. Siswa di bagi kedalam 4 kelompok yang terdiri dari satu kelompok berjumlah 7 atau 6 orang siswa. 2 kelompok disisi kanan dan 2 kelompok di sisi kiri lapangan, masing-masing kelompok saling berhadapan.
2. Setiap mendengar aba-aba peluit dari peneliti siswa yang memegang bola plastik atau siswa yang barisan pertama melemparkan bola kearah Kardus, dengan rintangan net setinggi dua meter, jarak siswa dengan net 1 meter dan jarak net ke kardus 1 meter jadi jarak sasaran sama siswa 2 meter.
3. Posisi tangan melemparkan bola berada didepan dahi dan posisi kaki selebar bahu sedikit ditebuk seperti digambarkan.

Permainan ini diberikan waktu selama 15 menit untuk melakukannya.

PEMBAHASAN

Dari analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa melalui Pendekatan Bermain dengan Memodifikasi Alat dapat meningkatkan hasil belajar *Passing* dalam permainan Bola Voli. Dari analisis data juga dapat diketahui bahwa dari tes awal yang dilakukan masih rendah, maka dilakukan penerapan variasi pembelajaran pada proses pembelajaran *Passing*. Kemudian dari analisis data juga diketahui bahwa hasil belajar siswa dari tes hasil belajar siklus I melalui penerapan variasi pembelajaran terdapat peningkatan, tetapi belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal (yakni > 85%) sehingga dilakukan perbaikan tindakan pada siklus II.

Pada siklus I peneliti menemukan kesulitan yang dialami siswa dalam proses pembelajaran *passing* diantaranya:

1. Belum semua siswa (13.4%) mampu melakukan *passing* dalam permainan Bola voli.
2. Siswa masih sulit melakukan *Passing* terutama dalam melakukan sikap awalan dimana kebanyakan siswa tidak fokus sehingga saat melakukan *passing* bola tidak baik dan benar
2. Membutuhkan Pendekatan bermain untuk siswa dalam penguasaan *Passing* bola.

Berdasarkan hasil penelitian setelah memberikan tindakan pengajaran dengan penerapan *passing* atas pada siklus I diperoleh nilai rata-rata 73,0 dengan ketuntasan 60%. Kemudian pada pembelajaran siklus II dapat dilihat bahwa telah terjadi peningkatan aktivitas belajar siswa dari siklus sebelumnya. Pada tes hasil belajar siklus II diperoleh nilai rata-rata 80.0

dengan nilai ketuntasan 88% dimana peningkatan hasil belajar secara klasikal dari siklus I dan siklus II sebesar 20%.

Penguasaan teknik dalam setiap cabang olahraga merupakan kunci utama dalam meraih keberhasilan, demikian pula halnya pada *Passing*. pembelajaran melalui Pendekatan Bermain dapat digunakan sebagai bahan untuk memberikan materi pembelajaran, namun melalui variasi pembelajaran dengan memodifikasi alat yang disesuaikan dengan materi pelajaran, keadaan siswa dan ketersediaan sarana dan prasarana disekolah.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, secara umum dapat disimpulkan bahwa:

Adanya peningkatan hasil belajar siswa melalui Pendekatan Bermain *passing* pada siswa kelas VI SD Negeri 105364 Perbaungan. Pada siklus I siswa cukup antusias dalam mengikuti pembelajaran *Passing* atas Sesuai dengan refleksi, dengan nilai rata-rata kelas pembelajaran *passing* adalah 73,0 dengan persentase ketuntasan 60% siswa yang lulus dan hasil belajar siswa pada siklus kedua adalah 80,0 dengan persentase ketuntasan 88% dapat disimpulkan adanya peningkatan yang signifikan hasil belajar pada siklus II.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng (1992). *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Adang Suherman (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Agus Kristiyanto (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. Sebelas Maret University Press.

Arikunto S, Suharjo, Supriadi (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Hamalik, Oemar (2005). *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta: Bumi Aksara.

Hamalik, Oemar (2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PE_ND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Konsep Pendidikan Jasmani .pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PE_ND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Konsep_Pendidikan_Jasmani.pdf) diakses oleh Mikael pada tanggal 20 Oktober 2012.

Mu'arifin (2001). *Pengembangan Sikap Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Se-Kota Malang*. UNESA, Surabaya.

Rusli Lutan (2000). *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah