

Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Peserta Didik Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode *Drill* Dengan Bantuan Alat Modifikasi Bola Gantung

M. Fathur Rochim

SMP Negeri 1 Juwangi
Boyolali, Jawa Tengah, Indonesia
Email: mrochim91@guru.smp.belajar.id

ABSTRAK

Studi pendahuluan menunjukkan rendahnya keterampilan teknik *passing* bawah peserta didik dalam permainan bola voli karena bola yang digunakan berukuran standar, dianggap terlalu keras, dan menimbulkan rasa sakit pada tangan. Selain itu, waktu pembelajaran kurang efektif karena banyak digunakan untuk memungut bola yang lepas dari kontrol. Permasalahan diperparah dengan kurangnya sarana prasarana sekolah. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik dalam permainan bola voli menggunakan metode *drill* berbantuan alat modifikasi bola gantung. Penelitian dilaksanakan selama dua siklus, masing-masing mencakup perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Sejumlah 32 peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 menjadi subjek penelitian. Peneliti menggunakan teknik tes, survei, dokumentasi, dan wawancara dalam pengumpulan data. Instrumen penelitian mengadopsi instrumen penelitian terdahulu dan divalidasi ahli. Data dianalisis secara deskriptif komparatif. Hasil penelitian menunjukkan (1) rata-rata nilai keterampilan *passing* bawah meningkat sampai dengan 82,81, (2) ketuntasan klasikal kelas meningkat sampai dengan 84,38%, dan (3) rata-rata nilai partisipasi peserta didik diketahui sebesar 78,91. Hasil penelitian memotivasi rekan sejawat untuk memperbaiki kualitas pembelajaran melalui penelitian tindakan kelas. Penelitian tidak memperhitungkan peningkatan keterampilan yang diperoleh peserta didik akibat pelatihan di luar pembelajaran.

Kata kunci: bolavoli, metode drill, passing bawah, hasil belajar, PTK

ABSTRACT

Preliminary studies showed the low passing technique skills of students in volleyball games because the ball used was standard size, considered too hard, and caused pain in the hands. In addition, learning time was less effective because it was often used to pick up balls that were out of control. The problem was exacerbated by the lack of school infrastructure. This research was a classroom action research (CAR) which aimed to improve students' lower passing skills in volleyball games using the drill method assisted by a hanging ball modification tool. The research was carried out for two cycles, each covering planning, action, observation, and reflection. A total of 32 students in class VII A of SMP Negeri 1 Juwangi in the odd semester of the 2022/2023 academic year were the subjects of the study. Researchers used test techniques, surveys, documentation, and interviews in collecting data. The research instrument adopted previous research instruments and was validated by experts. Data were analyzed by comparative descriptive. The results showed (1) the average value of the lower passing skills increased to 82.81, (2) the classical mastery of the class increased to 84.38%, and (3) the average student participation value was known to be 78.91.

The research results motivated colleagues to improve the quality of learning through classroom action research. The research did not consider the increase in skills acquired by students as a result of training outside of learning.

Keywords: bottom passing, CAR, drill method, learning outcomes, volleyball

PENDAHULUAN

Struktur Kurikulum Nasional menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan mata pelajaran wajib di tingkat pendidikan dasar. Hal ini menunjukkan bahwa Penjasorkes memiliki peranan yang sama pentingnya dengan mata pelajaran lain bagi peserta didik dalam mencapai kompetensi yang diharapkan. Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi Nomor 7 Tahun 2022 Tentang Standar Isi Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah (Permendikbud Nomor 7 Tahun 2022) mengatur ruang lingkup materi Penjasorkes. Salah satu ruang lingkup mata pelajaran Penjasorkes di tingkat SMP/MTs yaitu praktik hasil analisis keterampilan gerak spesifik berupa permainan dan olahraga. Lebih lanjut, dalam pelaksanaan pembelajaran pemerintah melalui Permendikbudristek Nomor 16 Tahun 2022 Tentang Standar Proses Pendidikan menekankan pentingnya pembelajaran dalam mengimplementasikan strategi pembelajaran yang dirancang untuk memberi pengalaman belajar yang berkualitas bagi peserta didik. Strategi-strategi pembelajaran dimaksud yang dapat dilakukan yaitu (1) memberi kesempatan untuk menerapkan materi pada problem atau konteks nyata, (2) mendorong interaksi dan partisipasi aktif peserta didik, (3) mengoptimalkan penggunaan sumber daya yang tersedia di lingkungan sekolah, serta (4) menggunakan perangkat teknologi informasi dan komunikasi (Kemdikbudristek, 2022).

Seperangkat aturan yang telah diurikan tersebut menunjukkan bahwa guru Penjasorkes dituntut untuk menyelenggarakan pembelajaran bermakna yang memberikan pengalaman belajar berkualitas bagi peserta didik. Dalam mencapai tuntutan tersebut, guru perlu mengoptimalkan peserta didik sebagai pusat pembelajaran serta mendayagunakan berbagai perangkat dan media pembelajaran. Guru perlu memberikan peserta didik suatu pengalaman untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan. Dengan demikian, peserta didik tidak hanya

mengalami perkembangan pada aspek pengetahuan dan penalaran, melainkan juga mengalami perkembangan pada aspek fisik, psikis, dan keterampilan motorik (BNSP, 2006).

Permainan bola voli merupakan salah satu muatan materi pelajaran Penjasorkes pada struktur kurikulum kelas VII tingkat SMP dan termasuk dalam rumpun materi permainan bola besar. Permainan bola voli dapat membentuk sikap tubuh yang baik, meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan, dan kemampuan jasmani. Selain itu, permainan bola voli dapat melatih karakter sportivitas dan kompetisi yang sehat bagi peserta didik. Berbagai manfaat tersebut menjadikan permainan bola voli merupakan materi pelajaran Penjasorkes yang benar-benar perlu mendapat perhatian oleh guru. Langkah awal dalam pembelajaran bola voli pada peserta didik di sekolah yaitu dengan diajarkan berbagai macam teknik dasar permainan bola voli sehingga peserta didik dapat memahami dan menguasai teknik-teknik lanjut dalam permainan secara bertahap (Suyono & Indahwati, 2013). Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yaitu *passing* atau mengumpan. Teknik *passing* perlu dipahami dan dikuasai oleh peserta didik sebelum menguasai teknik lain.

Peneliti yang juga merupakan guru Penjasokres selama ini dalam mengajarkan praktik teknik *passing* kepada peserta didik menggunakan metode konvensional. Guru memberikan demonstrasi teknik *passing*, kemudian mencontohkan cara melakukan *passing*. Guru kemudian memberikan bola voli kepada peserta didik untuk berlatih mandiri dengan pengawasan sebelum melakukan penilaian. Namun, berdasarkan analisis hasil penilaian harian kelas VII diketahui bahwa peserta didik belum memahami materi *passing*. Diketahui 21 dari 32 peserta didik kelas VII A semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 (65,63%) belum mencapai KKM pada materi keterampilan teknik *passing* bawah. Padahal, suatu pembelajaran dikatakan berhasil apabila mampu mendorong peserta didik mencapai kriteria ketuntasan klasikal kelas sebesar minimal 75% dengan rata-rata nilai kelas mencapai KKM (Mulyasa, 2014). Berdasarkan hasil wawancara, peserta didik menyatakan bahwa mereka masih mengalami kesulitan dalam melakukan keterampilan *passing* bawah. Kesulitan ini terjadi karena bola voli yang digunakan berukuran standar sehingga peserta didik merasa bola terlalu besar, berat, keras, dan menimbulkan rasa sakit pada tangan. Selain itu, waktu pembelajaran praktik *passing* juga seringkali tidak efektif karena waktu habis hanya untuk memungut bola yang lepas dari kontrol. Permasalahan tersebut diperparah dengan kurangnya daya dukung sarana prasarana yang dimiliki sekolah

dalam permainan bola voli, seperti terbatasnya jumlah peralatan dan kondisi lapangan voli yang rusak. Permasalahan-permasalahan yang ada menghambat peneliti untuk menyelenggarakan pembelajaran yang berkualitas sebagaimana diamanatkan kurikulum.

Kondisi rendahnya keterampilan *passing* bawah peserta didik dan terbatasnya sarana prasarana sekolah dalam permainan bola voli perlu mendapatkan perhatian serius. Apabila terus dibiarkan, kondisi ini akan mengurangi minat dan motivasi peserta didik dalam mata pelajaran Penjasorkes. Lebih jauh lagi, peserta didik tidak dapat secara optimal menyalurkan bakat dan minatnya dalam permainan bola voli. Selain itu, prestasi peserta didik dalam bidang olahraga khususnya permainan bola voli juga akan terhambat. Hal ini dibuktikan dengan minimnya capaian prestasi sekolah tempat peneliti mengajar dalam kejuaraan bola voli dalam lima tahun terakhir, bahkan untuk kejuaraan tingkat kecamatan.

Kesenjangan antara tuntutan kurikulum dengan permasalahan yang diuraikan menjadi dasar perlu dilaksanakannya tindakan. Guna mengatasi kesenjangan tersebut, guru perlu memodifikasi pembelajaran sesuai dengan kondisi dan karakteristik peserta didik. Sejauh pengamatan peneliti, peserta didik kelas VII A menyukai aktivitas pembelajaran dalam bentuk permainan yang menyenangkan dengan bantuan media tertentu. Menghadapi keterbatasan peralatan permainan bola voli, peneliti bermaksud memodifikasi alat bantu berupa bola gantung. Bola gantung meminimalisasi penggunaan bola voli standar yang dianggap berat dan menimbulkan rasa sakit. Bola gantung juga mengefektifkan waktu pembelajaran karena bola voli yang lepas dari kontrol peserta didik tidak jauh terlepas. Selain modifikasi alat, peneliti juga bermaksud menerapkan metode *drill* guna mengefektifkan waktu serta meningkatkan intensitas latihan. Dengan intensitas waktu latihan, diharapkan peserta didik mampu mengasah teknik *passing*.

Penelitian ini bertujuan meningkatkan keterampilan mengumpan bawah permainan bola voli melalui metode *drill* dengan bantuan alat modifikasi bola gantung bagi peserta didik. Penelitian-penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa alat modifikasi bola gantung mampu meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah hingga 90,48% karena alat tersebut mampu membiasakan peserta didik dengan bola voli (Sulastri, 2019). Penelitian lain menunjukkan bahwa alat bola gantung secara positif dan signifikan berpengaruh terhadap keterampilan servis atas dan hasil belajar Penjasorkes peserta didik karena latihan memukul bola gantung secara mekanik mampu mengembangkan kecepatan

respon dan ketepatan memukul bola (Jaya et al., 2018). Metode *drill* dalam penelitian terdahulu terbukti berpengaruh efektif dan signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah peserta didik SMP karena intensitas latihan yang tinggi membuat peserta didik terbiasa dengan bola dan semakin mengasah teknik mereka (Yahya & Sufitrono, 2020). Metode *drill* juga efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sehingga meningkatkan daya kompetisi mereka (Jaya et al., 2018).

Berbagai hasil penelitian terdahulu yang telah diuraikan menunjukkan bahwa alat modifikasi bola gantung dan metode *drill* dapat membantu peserta didik meningkatkan keterampilan mengumpan bawah mereka. Namun, belum ada penelitian yang membahas kombinasi alat bola gantung dalam metode *drill* untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik. Penelitian ini memperkuat penelitian-penelitian sejenis terdahulu dengan mengkombinasikan alat modifikasi bola gantung dalam metode *drill* untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik. Selain itu, masalah aktual yang terjadi di tempat mengajar peneliti menjadi dasar penelitian ini benar-benar perlu dilaksanakan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 dalam permainan bola voli menggunakan metode *drill* dengan bantuan alat modifikasi bola gantung. Penelitian ini berpedoman pada model penelitian tindakan kelas Arikunto (2021), yaitu mencakup tindakan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi dalam setiap siklusnya. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus di SMP Negeri 1 Juwangi, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah. Siklus 1 dilaksanakan pada 1 dan 8 Agustus 2022 sedangkan Siklus 2 dilaksanakan pada 15 dan 22 Agustus 2022.

Sejumlah 32 peserta didik kelas VII A yang terdiri atas 18 putra dan 14 putri menjadi subjek penelitian ini. Subjek penelitian mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam permainan bola voli, yakni ada sebagian peserta didik yang mempunyai kemampuan sedang, rendah, serta sangat rendah. Peserta didik rata-rata memiliki tinggi badan sedang untuk usia kelas VII SMP (12-13 tahun), yaitu berkisar antara 135 sentimeter sampai dengan 155

sentimeter. Seluruh peserta didik kelas VII A diketahui tidak memiliki kekurangan fisik maupun mental, saat penelitian dalam kondisi sehat, dan bersedia menjadi subjek penelitian. Dalam hal berat badan, secara rata-rata peserta didik kelas VII A termasuk dalam kriteria ideal meskipun beberapa anak tergolong obesitas atau kurus. Data karakteristik fisik dan mental peserta didik ini menjadi dasar peneliti dalam mengorkestrai penelitian ini agar dapat tercapai tujuan penelitian.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas tes, survei, dokumentasi, dan wawancara. Tes dalam penelitian ini mengacu pada tes keterampilan *passing* bawah untuk memperoleh data tentang keterampilan *passing* bawah peserta didik. Survei digunakan untuk mengumpulkan data tentang partisipasi peserta didik selama kegiatan belajar mengajar saat permainan dalam pembelajaran. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data tentang profil sekolah, data siswa, RPP, dan foto kegiatan pembelajaran bola voli dengan modifikasi bola gantung dan metode *drill*. Wawancara dilakukan kepada wali kelas dan peserta didik tertentu untuk memvalidasi data yang diperoleh.

Instrumen pengumpulan data penelitian ini terdiri atas lembar penilaian tes, lembar observasi, catatan/jurnal dokumentasi, dan lembar pedoman wawancara. Tes keterampilan *passing* bawa dalam penelitian ini terdiri atas tiga indikator, yaitu sikap awal, sikap saat perkenaan bola, dan sikap akhir. Masing-masing indikator terdiri atas empat subindikator. Masing-masing subindikator bernilai 1 apabila dilakukan, dan bernilai 0 apabila tidak dilakukan sehingga skor maksimal masing-masing peserta didik sebesar 12.

Lembar angket dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur partisipasi peserta didik dalam pembelajaran. Lembar angket dibagikan kepada siswa untuk diisi pada pertemuan terakhir setiap siklus. Lembar angket berbentuk daftar cek dengan tiga pilihan jawaban, yaitu “selalu” (S), “tidak pernah” (T), dan “kadang-kadang” (K). Masing-masing pilihan jawaban memiliki nilai berturut-turut 5, 3, dan 1. Respon masing-masing peserta didik direkapitulasi dan dikonversi dalam bentuk persentase pilihan jawaban. Rekapitulasi respon peserta didik juga akan menunjukkan total skor partisipasi masing-masing peserta didik. Nilai peserta didik tersebut selanjutnya dikonversi ke dalam bentuk kriteria partisipasi dalam pembelajaran mengacu pedoman pada Tabel 1.

Tabel 1. Kriteria partisipasi peserta didik (Khodijah et al., 2016)

Rentang Nilai	Kriteria
0 – 20	Tidak Aktif
21 – 40	Kurang Aktif
41 – 60	Cukup Aktif
61 – 80	Aktif
81 – 100	Sangat aktif

Peneliti menggunakan jurnal dalam mencatat dokumen yang ditelaah. Data-data dari hasil studi dokumen dikonfirmasi kepada pihak berwenang, dalam hal ini wakil kepala bidang kurikulum, wali kelas, dan guru bimbingan dan konseling. Lembar pedoman wawancara yang digunakan dalam penelitian ini berupa daftar poin-poin pertanyaan yang membantu peneliti agar tetap berfokus pada tujuan penelitian. Peneliti juga merekam audio wawancara. Jawaban-jawaban meluas dari narasumber dicatat untuk kemudian dikonfirmasi.

Instrumen tes keterampilan *passing* bawah dan instrumen lembar angket dalam penelitian ini mengadopsi instrumen yang digunakan dalam penelitian-penelitian terdahulu yang telah diuji kesahihannya dan dinyatakan sah. Lembar pedoman wawancara dan jurnal dokumentasi divalidasi oleh ahli (*expert's validation*), dalam hal ini yaitu kepala SMP Negeri 1 Juwangi yang sekaligus bertindak sebagai pembimbing.

Data berupa angka akan dianalisis dengan analisis deskriptif komparatif, yakni membandingkan antara kondisi awal dengan perubahan yang terjadi pada setiap tindakan. Peningkatan yang terjadi akan ditampilkan dalam bentuk tabel sederhana untuk mendukung deskripsi verbal. Data kualitatif hasil pengamatan akan dianalisis dengan analisis deskripsi kritis dengan cara menampilkan data, menghubungkan dan menganalisis secara sebab akibat (Arikunto, 2021). Validitas data pada penelitian ini menggunakan validitas permukaan, yakni validitas yang dibuat berdasarkan kesan ilmiah dan keputusan profesional peneliti yang didasarkan pada pengalaman lapangan (Sugiyono, 2013).

Peneliti mempertimbangkan *intake* peserta didik, daya dukung sekolah, dan kemampuan peneliti untuk menentukan kriteria keberhasilan penelitian ini. Kriteria keberhasilan penelitian diperlukan untuk memfokuskan tindakan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Selain itu, kriteria keberhasilan digunakan untuk mengukur keberhasilan

penelitian tindakan kelas yang dilakukan. Adapun kriteria keberhasilan penelitian ini yaitu, (1) rata-rata nilai kelas VII A semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 dalam materi keterampilan *passing* bawah permainan bola voli mencapai 75, dan (2) ketuntasan klasikal kelas VII A semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 dalam materi keterampilan *passing* bawah permainan bola voli mencapai 80%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian hasil dan pembahasan dalam penelitian ini disajikan sesuai masing-masing tahapan siklus. Hal ini dimaksudkan agar hasil dan pembahasan dapat tersampaikan secara efektif.

Hasil

Secara umum, tindakan pada pertemuan pertama yang dilakukan pada Siklus 1 yakni pemberian tugas kepada salah satu peserta didik untuk menyiapkan kelas dan dilanjutkan kegiatan pemanasan. Setelah pemanasan, peneliti memberikan penjelasan kepada peserta didik untuk melakukan permainan *passing* dan tangkap bola di dalam lapangan yang sudah disiapkan. Setelah permainan selesai, peneliti mengajak peserta didik berdiri saling berhadapan. Peneliti memberi contoh kepada peserta didik cara melakukan gerakan *passing* bawah tanpa alat. Peserta didik melakukan gerakan *passing* bawah tanpa alat sebagaimana contoh. Peneliti mengajak peserta didik melakukan gerakan *passing* bawah bersama-sama saling berhadapan sesuai contoh peneliti dengan aba-aba dari peneliti. Setelah peserta didik memahami gerakan yang benar dalam *passing* bawah, peneliti mengajak siswa melakukan *passing* bawah secara individu. Peneliti mengamati dan memberi penjelasan kepada peserta didik yang masih belum benar dalam melakukan gerakan.

Peneliti kemudian mengajak peserta didik untuk melakukan praktik *passing* bawah menggunakan alat modifikasi bola gantung. Peserta didik dibagi berpasangan dan memosisikan diri saling berhadapan dengan bola gantung berada di tengah. Peserta didik yang telah berpasangan ditugaskan saling mengumpan bawah sesuai gerakan-gerakan yang benar sebagaimana telah dilakukan sebelumnya. Selama 15 menit, pasangan tersebut terus-menerus (*drill*) saling mengumpan bawah. Peneliti berkeliling mengoreksi gerakan-gerakan

yang masih belum benar. Setelah 15 menit, peserta didik beristirahat selama 5 menit. Peserta didik dan guru melakukan tanya jawab tentang permasalahan masing-masing peserta didik setelah melakukan praktik. Dalam diskusi ini, peneliti kembali memberikan motivasi kepada peserta didik dan contoh gerakan *passing* bawah yang benar. Selanjutnya, peserta didik kembali secara berpasangan saling mengumpan bawah menggunakan bola gantung selama 15 menit. Peneliti berkeliling mengoreksi gerakan-gerakan yang masih belum benar.

Pada pertemuan kedua, peneliti mengajak peserta didik kembali melakukan *drilling passing* bawah menggunakan bola gantung. Selanjutnya, peneliti melakukan tes keterampilan *passing* bawah peserta didik menggunakan bola voli standar. Setelah kegiatan penduluan, peserta didik melakukan pemanasan selama 10 menit. Setelah pemanasan, peneliti menugaskan peserta didik untuk melakukan gerakan yang sama pada pertemuan pertama. Selanjutnya, peneliti membagi peserta didik secara berpasangan untuk berdiri saling berhadapan dan melakukan gerakan *passing* bawah dengan menggunakan bola gantung sebagaimana pertemuan pertama. Kegiatan dilakukan selama 15 menit dan diawasi oleh kolaborator. Kolaborator memberikan koreksi pada gerakan-gerakan yang masih salah. Peneliti menyiapkan tes keterampilan selama kegiatan tersebut. Pasangan peserta didik yang telah melakukan *drilling passing* bawah dengan bola gantung, secara bergantian mengikuti tes keterampilan. Peserta didik mengumpan bawah menggunakan bola voli standar sebanyak masing-masing 10 pukulan. Peneliti dibantu seorang kolaborator memberikan penilaian.

Hasil analisis data nilai peserta didik dalam tes keterampilan *passing* bawah menunjukkan bahwa sebanyak 20 dari 32 peserta didik (62,50%) telah mencapai KKM. Dengan rata-rata nilai sebesar 76,82. Nilai maksimal diketahui sebesar 100 dengan nilai terendah sebesar 58,33. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa terdapat 4 peserta didik putra dan 8 peserta didik putri yang belum mencapai KKM.

Peneliti juga meneliti keaktifan peserta didik dalam pembelajaran materi keterampilan *passing* bawah. Peserta didik dalam pembelajaran teramati mulai aktif dibandingkan tahap Prasiklus. Peserta didik mulai aktif dalam tanya jawab, proaktif dalam membantu menyiapkan pembelajaran, dan melaksanakan tugas dari peneliti dengan cukup baik Hasil pengamatan tersebut diperkuat dengan data hasil pengisian angket keaktifan peserta didik dalam pembelajaran oleh peserta didik. Hasil menunjukkan bahwa tidak ada

lagi peserta didik (0%) tergolong tidak aktif dan kurang aktif, 8 peserta didik (25%) tergolong cukup aktif, 14 peserta didik (43,75%) tergolong aktif, dan 10 peserta didik (31,25%) tergolong sangat aktif. Nilai rata-rata keaktifan mencapai 71,56 atau tergolong 'aktif'. Hanya terdapat dua pertanyaan yang masih memiliki skor di bawah kriteria keaktifan minimal yaitu sebesar 70. Peserta didik rata-rata menyatakan belum mampu melakukan teknik *passing* bawah dengan baik dan benar dan tidak memahami posisi tubuh yang benar ketika melakukan *passing* bawah.

Hasil evaluasi Siklus 1 menunjukkan bahwa keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah meningkat dari kondisi awal. Nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah meningkat dari 69,01 menjadi 76,82. Nilai rata-rata pada Siklus 1 telah mencapai kriteria keberhasilan penelitian. Namun, secara ketuntasan klasikal, dari 32 peserta didik hanya 20 (65,63%) yang mencapai KKM. Peserta didik yang belum berhasil mencapai KKM sebagian besar disebabkan oleh kesalahan sikap awal dan sikap saat perkenaan bola. Seluruh indikator keterampilan *passing* bawah peserta didik secara rata-rata memiliki nilai yang telah mencapai KKM. Namun, masih terdapat tiga gerakan yang secara rata-rata masih perlu peningkatan, yaitu (1) arah pandangan saat sikap awal, (2) posisi genggam tangan saat sikap awal, dan (3) posisi badan saat perkenaan dengan bola.

Berdasarkan hasil pengisian angket, nilai rata-rata keaktifan atau tingkat partisipasi peserta didik dalam pembelajaran pada Siklus 1 mencapai 71,56 termasuk kategori 'aktif'. Walaupun tidak termasuk kriteria keberhasilan penelitian, tingkat partisipasi peserta didik dalam pembelajaran dinilai berpengaruh kepada pemahaman peserta didik akan teknik *passing* bawah sebagaimana dijelaskan oleh hasil penelitian terdahulu dalam kajian pustaka. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil ini dan menyimpulkan bahwa hasil tersebut diperoleh karena pergeseran metode pengajaran yang diterapkan. Peserta didik sebelumnya hanya memperhatikan contoh dan melakukan tugas yang diberikan guru sehingga kurang termotivasi dalam pembelajaran. Metode *drill* dengan bantuan alat bola gantung meningkatkan ketertarikan peserta didik sehingga mereka lebih aktif dalam pembelajaran.

Dalam pembelajaran, beberapa peserta didik teramati masih tidak fokus dan melakukan kegiatan lain serta tidak memperhatikan gerakan yang dicontohkan guru. Peserta didik yang seharusnya mengamati contoh gerakan *passing* bawah yang benar dari guru serta mengamati praktik teman sebaya justru teramati bermain-main dengan teman

lain. Hal ini menyebabkan fokus peneliti banyak terbuang untuk menertibkan peserta didik. Masalah ini menjadi catatan peneliti untuk mengoptimalkan kembali peran peneliti sebagai fasilitator dan regulator dalam pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi Siklus 1 yang telah diuraikan, diketahui kriteria keberhasilan penelitian ini belum tercapai sehingga masih perlu adanya upaya tindak lanjut pada Siklus 2. Peneliti menekankan agar pada Siklus 2 peserta didik lebih meningkatkan aktivitas, frekuensi gerak peserta didik dapat ditingkatkan, dan peserta didik agar lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Selain itu, peneliti akan lebih aktif dalam bertindak sebagai regulator dan fasilitator dalam pembelajaran agar pembelajaran lebih efektif.

Hasil analisis data nilai peserta didik dalam tes keterampilan *passing* bawah menunjukkan bahwa sebanyak 27 dari 32 peserta didik (84,38%) telah mencapai KKM. Dengan rata-rata nilai sebesar 82,81. Nilai maksimal diketahui sebesar 100 dengan nilai terendah sebesar 66,67. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa terdapat 1 peserta didik putra dan 4 peserta didik putri yang belum mencapai KKM.

Peneliti juga meneliti keaktifan peserta didik dalam pembelajaran materi keterampilan *passing* bawah. Peserta didik dalam pembelajaran teramati mulai aktif dibandingkan tahap Prasiklus. Peserta didik mulai aktif dalam tanya jawab, proaktif dalam membantu menyiapkan pembelajaran, dan melaksanakan tugas dari peneliti dengan cukup baik. Hasil pengamatan tersebut diperkuat dengan data hasil pengisian angket keaktifan peserta didik dalam pembelajaran oleh peserta didik. Hasil menunjukkan bahwa tidak ada lagi peserta didik (0%) tergolong tidak aktif dan kurang aktif, 6 peserta didik (18,75%) tergolong cukup aktif, 11 peserta didik (34,28%) tergolong aktif, dan 15 peserta didik (46,88%) tergolong sangat aktif. Nilai rata-rata keaktifan mencapai 78,91 atau tergolong 'aktif'. Tidak terdapat pertanyaan yang memiliki skor di bawah kriteria keaktifan minimal yaitu sebesar 70.

Hasil evaluasi Siklus 2 menunjukkan bahwa keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah meningkat dari Siklus 1. Nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah meningkat dari 76,82 menjadi 82,81. Nilai rata-rata pada Siklus 2 telah mencapai kriteria keberhasilan penelitian. Demikian pula dalam hal ketuntasan klasikal, dari 32 peserta didik terdapat 27 (84,38%) yang mencapai KKM. Masih terdapat 5 peserta didik

yang belum berhasil mencapai KKM. Peserta didik melakukan kesalahan dalam posisi genggam saat sikap awal dan posisi badan saat perkenaan dengan bola. Selain itu, peserta didik juga tidak fokus pandangannya dan tidak melepaskan genggam setelah menerima bola. Seluruh indikator keterampilan *passing* bawah peserta didik secara rata-rata memiliki nilai yang telah mencapai KKM. Namun, masih satu gerakan yang secara rata-rata memiliki nilai tipis di atas KKM sebesar 71,9, yaitu pandangan mata saat melakukan sikap awal. Beberapa peserta didik masih belum terbiasa dan takut dengan bola sehingga pandangan mata cenderung tidak fokus pada arah datangnya bola.

Berdasarkan hasil pengisian angket, nilai rata-rata keaktifan atau tingkat partisipasi peserta didik dalam pembelajaran pada Siklus 1 mencapai 78,91 termasuk kategori 'aktif'. Walaupun tidak termasuk kriteria keberhasilan penelitian, tingkat partisipasi peserta didik dalam pembelajaran dinilai berpengaruh kepada pemahaman peserta didik akan teknik *passing* bawah sebagaimana dijelaskan oleh hasil penelitian terdahulu dalam kajian pustaka. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil ini dan menyimpulkan bahwa hasil tersebut diperoleh karena pergeseran metode pengajaran yang diterapkan. Peserta didik terlihat termotivasi dalam pembelajaran, bahkan berebut giliran untuk latihan dengan bola gantung. Metode *drill* dengan bantuan alat bola gantung meningkatkan ketertarikan peserta didik sehingga mereka lebih aktif dalam pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi Siklus 2 yang telah diuraikan, diketahui kriteria keberhasilan penelitian ini telah tercapai. Ketuntasan klasikal kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 mencapai 84,38% dengan rata-rata nilai mencapai 82,81. Hasil tersebut menjadi dasar peneliti untuk menyatakan penelitian tindakan berhasil dan penelitian dinyatakan selesai.

Pembahasan

Hasil analisis data penelitian pada Siklus 2 menunjukkan bahwa tindakan modifikasi pembelajaran melalui metode *drill* berbantuan alat bola gantung telah berhasil meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah permainan bola voli. Nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi tahun pelajaran 2022/2023 meningkat dari kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2. Nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah kondisi awal sebesar 69,01 berhasil meningkat

menjadi 76,82 setelah tindakan pada Siklus 1. Tindakan pada Siklus 2 berhasil meningkatkan nilai rata-rata keterampilan *passing* bawah peserta didik menjadi 82,81. Dalam hal ketuntasan klasikal, persentase ketuntasan kelas juga meningkat dari kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2. Perbandingan hasil tes keterampilan *passing* bawah peserta didik dalam permainan bola voli kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2 disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Perbandingan hasil tes keterampilan *passing* bawah peserta didik pada kondisi awal, siklus 1, dan siklus 2

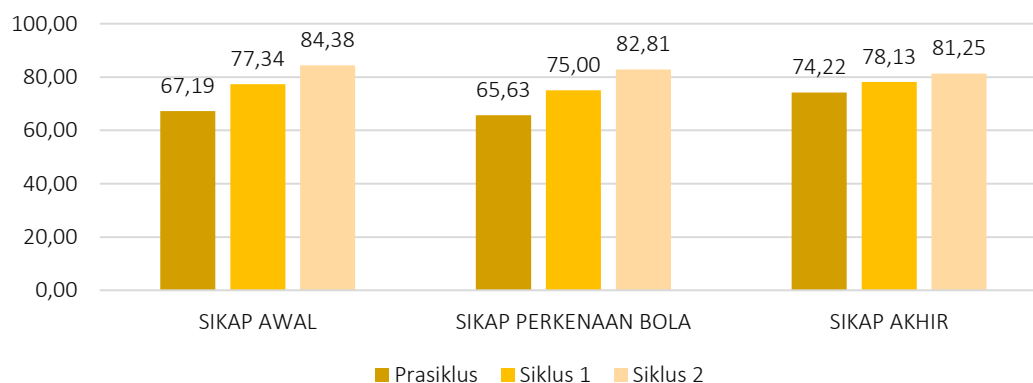
Tahap	Rata-Rata Nilai	Ketuntasan Klasikal	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah
Kondisi awal	69,01	34,38%	100	50,00
Siklus 1	76,82	62,50%	100	58,33
Siklus 2	82,81	84,38%	100	66,67

Penelitian ini telah mencapai tujuan yaitu meningkatkan keterampilan mengumpan bawah permainan bola voli melalui metode *drill* dengan bantuan alat modifikasi bola gantung bagi peserta didik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian-penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa alat modifikasi bola gantung mampu meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah hingga 90,48% karena alat tersebut mampu membiasakan peserta didik dengan bola voli (Sulastri, 2019). Penelitian lain menunjukkan bahwa alat bola gantung secara positif dan signifikan berpengaruh terhadap keterampilan servis atas dan hasil belajar Penjasorkes peserta didik karena latihan memukul bola gantung secara mekanik mampu mengembangkan kecepatan respon dan ketepatan memukul bola (Jaya et al., 2018). Metode *drill* dalam penelitian terdahulu terbukti berpengaruh efektif dan signifikan terhadap kemampuan *passing* bawah peserta didik SMP karena intensitas latihan yang tinggi membuat peserta didik terbiasa dengan bola dan semakin mengasah teknik mereka (Yahya & Sufitriyono, 2020). Metode *drill* juga efektif untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sehingga meningkatkan daya kompetisi mereka (Jaya et al., 2018).

Masih terdapat 5 peserta didik yang belum mencapai KKM dalam tes keterampilan *passing* bawah, terdiri atas 4 putri dan 1 putra. Peserta didik melakukan kesalahan dalam posisi genggamannya saat sikap awal dan posisi badan saat perkenaan dengan bola. Selain itu, peserta didik juga tidak fokus pandangannya dan tidak melepaskan genggamannya setelah

menerima bola. Berdasarkan hasil wawancara, peserta didik mengaku malu dan cemas ketika praktik disaksikan oleh teman-teman kelas. Beberapa peserta didik juga menyatakan bahwa mereka sedang dalam kondisi tidak sehat. Beberapa peserta didik mengaku memang lebih tertarik pada cabang olahraga lain sehingga kurang optimal dalam latihan. Bakat dan minat peserta didik di kelas yang heterogen mempengaruhi hasil ini. Sebagaimana dijelaskan Mulyasa (2014) bahwa diperlukan tes diagnostik bakat minat peserta didik sebelum pembelajaran agar guru dapat menentukan metode pengajaran yang tepat sehingga tujuan belajar dapat tercapai secara optimal.

Peneliti juga melakukan analisis keterampilan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah di masing-masing indikator yang dinilai. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh indikator yang dinilai meningkat. Sikap awal, sikap perkenaan bola, dan sikap akhir peserta didik mengalami peningkatan yang berarti. Adapun perbandingan nilai masing-masing indikator keterampilan *passing* bawah peserta didik pada kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2 disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Perbandingan nilai tiap indikator keterampilan *passing* bawah pada kondisi awal, siklus 1, dan siklus 2

Gambar 5 menunjukkan bahwa seluruh indikator keterampilan *passing* bawah yang dinilai meningkat dari kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2. Tes keterampilan pada kondisi awal menunjukkan bahwa 6 dari 12 subindikator keterampilan *passing* bawah yang dinilai secara rata-rata tidak mencapai KKM. Peserta didik kurang terampil dalam (1) memposisikan kuda-kuda kaki, (2) memposisikan genggam tangan, (3) memfokuskan pandangan pada arah datangnya bola, (4) menempatkan bola pada saat perkenaan dengan

lengan, (5) memposisikan badan saat memukul, dan (6) mengayunkan bola ketika mendarat pada lengan. Keterampilan peserta didik meningkat pada Siklus 2 dengan data peningkatan rata-rata nilai seluruh indikator. Namun, masih terdapat tiga gerakan yang secara rata-rata masih perlu peningkatan, yaitu (1) arah pandangan saat sikap awal, (2) posisi genggam tangan saat sikap awal, dan (3) posisi badan saat perkenaan dengan bola. Pada Siklus 2, seluruh indikator penilaian telah mencapai KKM. Namun, masih satu gerakan yang secara rata-rata memiliki nilai tipis di atas KKM sebesar 71,9, yaitu pandangan mata saat melakukan sikap awal. Beberapa peserta didik masih belum terbiasa dan takut dengan bola sehingga pandangan mata cenderung tidak fokus pada arah datangnya bola. Hasil ini dapat dijelaskan dari sudut pandang psikologi olahraga. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecemasan, rasa gerogi, dan rasa malu mempengaruhi performa seorang pemain bolavoli (Erdiyanti & Maulana, 2019). Peneliti ke depan mempertimbangkan untuk melakukan pola latihan yang mengasah mental peserta didik sehingga dapat menunjukkan performa optimal, baik ketika latihan, praktik, maupun bertanding.

Adanya peningkatan nilai rata-rata dan persentase peserta didik yang mencapai kriteria KKM dalam pembelajaran keterampilan *passing* bawah tidak terlepas dari penggunaan alat modifikasi bola gantung. Penggunaan bola gantung dapat menarik siswa dan memudahkan siswa dalam proses pembelajaran keterampilan *passing* bawah. Hasil penelitian ini menguatkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yusmar (2017) yang menyimpulkan bahwa melalui upaya modifikasi pembelajaran dapat meningkatkan teknik permainan bola voli. Modifikasi pembelajaran yang dilakukan dengan mengembangkan unsur permainan. Hasil penelitian ini juga sama dengan pendapat Sudirjo & Alif (2018) bahwa banyak faktor yang mempengaruhi proses belajar peserta didik, di antaranya faktor situasional, termasuk media belajar dalam hal ini dapat berupa alat modifikasi bola gantung.

Penggunaan metode *drill* dan alat modifikasi bola gantung dalam penelitian ini meningkatkan efektivitas waktu pembelajaran. Waktu latihan tidak lagi habis untuk memungut bola yang lepas dari kontrol dengan adanya alat bola gantung. Peserta didik menjadi lebih tertarik kepada materi *passing* bawah yang diajarkan. Mereka menjadi termotivasi untuk lebih aktif dalam bertanya, menjawab pertanyaan, membantu mempersiapkan latihan, dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru. Hasil ini

diperkuat dengan data peningkatan nilai rata-rata partisipasi peserta didik dalam pembelajaran. Tingkat partisipasi peserta didik dalam pembelajaran meningkat dari kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2. Perbandingan peningkatan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran kondisi awal, Siklus 1, dan Siklus 2 disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan Peningkatan Partisipasi Peserta Didik dalam Pembelajaran pada Kondisi Awal, Siklus 1, dan Siklus 2

Indikator	Prasiklus	Siklus 1	Siklus 2
Rata-rata Nilai	54,69 (Cukup Aktif)	71,56 (Aktif)	78,91 (Aktif)
Kategori			
Tidak Aktif	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Kurang Aktif	16 (50,00%)	0 (0%)	0 (0%)
Cukup Aktif	6 (18,75%)	8 (24,00%)	6 (18,75%)
Aktif	5 (15,63%)	14 (43,75%)	11 (34,38%)
Sangat aktif	5 (15,63%)	10 (31,25%)	15 (46,88%)

Peserta didik dalam pembelajaran teramati kurang aktif pada Siklus 1. Pembelajaran berpusat pada guru sehingga pemahaman peserta didik terhadap materi yang disampaikan tidak tertanam lama dalam benak. Peserta didik rata-rata menyatakan kurang senang dalam belajar *passing* bawah dan kurang tertarik untuk mempelajari teknik tersebut lebih lanjut. Mereka juga mengakui bahwa mereka tidak mampu melakukan teknik *passing* bawah dengan baik dan benar dan tidak memahami posisi tubuh yang benar ketika melakukan *passing* bawah. Dalam pembelajaran, mereka mengaku kurang terlibat aktif dengan hanya pasif mendengarkan penjelasan dari guru, tidak mengerjakan tugas yang diberikan, bahkan sering melakukan kegiatan lain seperti bermain gawai.

Pada Siklus 1, peserta didik dalam pembelajaran teramati mulai aktif dibandingkan tahap Prasiklus. Peserta didik mulai aktif dalam tanya jawab, proaktif dalam membantu menyiapkan pembelajaran, dan melaksanakan tugas dari peneliti dengan cukup baik. Kondisi tersebut meningkat kembali pada Siklus 2. Peserta didik bahkan teramati sampai berebut antrean untuk segera bisa mempraktikkan *passing* bawah menggunakan bola gantung. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil ini dan menyimpulkan bahwa hasil tersebut diperoleh karena pergeseran metode pengajaran yang diterapkan. Peserta didik sebelumnya hanya memperhatikan contoh dan melakukan tugas yang diberikan guru sehingga kurang

termotivasi dalam pembelajaran. Metode *drill* dengan bantuan alat bola gantung meningkatkan ketertarikan peserta didik sehingga mereka lebih aktif dalam pembelajaran. Hasil ini memperkuat penelitian-penelitian terdahulu bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan keaktifan dan keterampilan peserta didik dalam pembelajaran (Jaya et al., 2018).

Penelitian ini telah mencapai kriteria keberhasilan berdasarkan hasil tes keterampilan *passing* bawah peserta didik pada Siklus 2. Tindakan berupa metode *drill* dengan bantuan alat modifikasi bola gantung berhasil meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik dalam permainan bola voli. Ketuntasan klasikal kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi semester gasal tahun pelajaran 2022/2023 mencapai 84,38% dengan rata-rata nilai mencapai 82,81. Hasil tersebut menjadi dasar peneliti untuk menyatakan penelitian tindakan berhasil dan penelitian dinyatakan selesai. Hasil refleksi pada Siklus 2 akan digunakan peneliti sebagai dasar perbaikan pembelajaran Penjasorkes di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis hasil penelitian dan pembahasan, upaya peningkatan keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli melalui metode *drill* dengan bantuan alat modifikasi bola gantung dinyatakan berhasil. Tindakan yang dilakukan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli pada peserta didik kelas VII A SMP Negeri 1 Juwangi semester gasal tahun pelajaran 2022/2023. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan dalam tes keterampilan *passing* bawah permainan bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Penelitian tindakan kelas: Edisi revisi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- BNSP. (2006). *Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah Badan Standar Nasional Pendidikan 2006*.
- Erdiyanti, Y. P., & Maulana, A. (2019). Hubungan Kecemasan dengan Performa Atlet Bola Voli pada Event Kejuaraan Antar Desa Di Desa Orimalang Kec. Jamblang Kab. Cirebon. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(2), 269. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5813>
- Jaya, H., Insanisty, B., & Sofino, S. (2018). Pengaruh Model Latihan Modifikasi Bola Gantung Terhadap Kemampuan Servis Atas Putra Ekstrakurikuler Smkn 3 Kota Bengkulu.

- Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 153–159.
- Kemdikbudristek. (2022). Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2022 Tentang Standar Isi Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, Dan Jenjang Pendidikan Menengah. *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi*, 1–72.
- Khodijah, D. N., Hendri, M., & Darmaji. (2016). Upaya Meningkatkan Partisipasi Dan Hasil Belajar Dengan Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Think Pair Share Di Kelas Xi Mia7 Sman 1 Muaro Jambi. *Jurnal EduFisika*, 1(2), 46–54.
- Mulyasa, E. (2014). *Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. UPI Sumedang Press.
- Sugiyono. (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastrri, S. (2019). Upaya Meningkatkan Kemampuan Siswa dalam Melakukan Passing Bawah dengan Modifikasi Pembelajaran Permainan Bola Voli dengan Menggunakan Bola Gantung untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Kelas IV SDN 2 Ketandan Kecamatan Klaten Utara Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 7(2), 122–127.
- Suyono, & Indahwati, N. (2013). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas V SDN Dukuh Kupang IV / 491 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1), 201–204.
- Yahya, A. A., & Sufitrono, S. (2020). Pembelajaran Metode Drill Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Pada Permainan Bolavoli Siswa SMPN 2 Mare Kabupaten Bone. *Jendela Olahraga*, 5(1), 1–9.
- Yusmar, A. (2017). Upaya peningkatan teknik permainan bola voli melalui modifikasi permainan siswa kelas X SMA Negeri 2 Kampar. *Jurnal Pajar (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 1(1), 143–152.