



Implementasi Variasi Permainan Dalam Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli

Sarinta Br Karo¹, Dewi Maya Sari²

^{1,2}Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Indonesia

Email : sarinta88@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilakukan terdiri dari empat tahap dalam setiap siklusnya yang terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021 yang berjumlah 33 orang siswa dengan rincian 19 siswa putra dan 14 siswa putri. Hasil analisis menunjukkan bahwa variasi permainan mampu meningkatkan kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021. Hal ini sejalan dengan hasil data temuan yang diperoleh peneliti pada kondisi awal pra siklus ke siklus I. Persentase nilai ketuntasan kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021 pada kondisi awal pra siklus sebesar (27,27%) atau sejumlah 9 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dari 33 siswa keseluruhan, kemudian pada siklus I diperoleh nilai ketuntasan sebesar (87,87%) atau sejumlah 29 siswa yang mencapai ketuntasan belajar. Hal ini sejalan dengan adanya peningkatan kemampuan penguasaan teknik dasar *passing* atas bola voli yang ditunjukkan dari keaktifan dalam mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

Kata Kunci: Variasi permainan, *Passing* atas bola voli

PENDAHULUAN

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak dan tangguh (Nugroho & Lubis, 2021). Dengan demikian penguasaan teknik dasar permainan bola voli secara individual sangat diperlukan bagi seorang pemain bola voli (Marpaung & Priyonoadi, 2020). Kesempurnaan dalam melakukan teknik-teknik dasar hanya dapat dikuasai dengan baik jika melakukan latihan secara teratur dan terprogram secara tepat (Aksaruddin et al., 2020). Metode-metode latihan yang tepat akan dapat mengurangi kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh seorang pemain (Kismono & Dewi, 2021). Penguasaan teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar diperhatikan sebab teknik dasar dalam permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam suatu permainan, disamping kondisi fisik, taktik dan mental (Fansuri & Situmeang, 2021). Teknik dasar permainan bola voli harus benar-benar dipelajari terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi (Aditya & Helmi, 2020). Dari berbagai ragam teknik dasar permainan bola voli salah satunya adalah teknik dasar *passing* atas (Ilyas & Almunawar, 2020). *Passing* atas sangat penting dalam permainan bola voli karena

merupakan langkah awal untuk menyusun serangan (Lubis, Ramadan, & Deliana, 2018). Menurut Yunus (2002:1) bahwa "Permainan bolavoli pada dasarnya adalah permainan tim atau regu, sebagai aturan dasar, bola boleh dipantulkan dengan seluruh anggota badan (Lubis, Ramadan, & Erna, 2018). Aturan dasar lainnya, bola boleh dimainkan/dipantulkan dengan temannya secara bergantian tiga kali berturut-turut sebelum di seberangkan ke daerah lawan" (Nugroho & Raharjo, 2020). Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pembelajaran pendidikan jasmani yang telah dilaksanakan di SMP Negeri I Kuala Tahun ajaran 2020/2021 masih terdapat adanya kendala yang dihadapi siswa. Siswa kurang memahami teknik dasar *passing* atas, pembelajaran yang monoton sehingga siswa tidak bergairah, merasa jenuh mengikuti pembelajaran bola voli, Pada saat dilaksanakan tes akhir pembelajaran hasilnya pun kurang memuaskan, dari jumlah siswa 33, hanya 9 siswa (27%) yang telah mencapai nilai ketuntasan belajar yakni 75. Dengan KKM yang hanya 75, kelas VII-I hanya memperoleh ketuntasan sebanyak 27% saja. Hal ini masih jauh dari kriteria ketuntasan belajar yang mengharuskan ketuntasan sebanyak 85% siswa dalam satu kelas. Dengan berbagai variasi permainan yang dapat diterapkan dengan akurat, maka pembelajaran yang diberikan akan lebih menarik (Siregar et al., 2021). Maksud dari penerapan variasi permainan dalam pembelajaran *passing* atas bola voli ini adalah untuk mengoptimalkan tahapan-tahapan dalam *passing* atas dengan optimal sehingga dapat mempengaruhi motivasi dan minat dalam mengikuti pembelajaran, dengan demikian dapat meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli (Ginting & Helmi, 2020).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah PTK (penelitian tindakan kelas), yaitu penelitian yang bertujuan memberikan sumbangan nyata peningkatan profesionalisme guru, menyiapkan pengetahuan, pemahaman dan wawasan tentang perilaku guru pengajar dan siswa belajar. Pada intinya PTK merupakan suatu penelitian yang akar permasalahannya muncul dikelas dan dirasakan langsung oleh guru yang bersangkutan sehingga sulit dibenarkan jika ada anggapan bahwa permasalahan dalam tindakan kelas diperoleh dari persepsi atau lamunan seorang peneliti (Arikunto, 2006:16). Sukardi (2003:75) menyatakan bahwa instrumen adalah merupakan alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian diawali dengan melakukan observasi terhadap proses pembelajaran *passing* atas bola voli pada siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021, dari hasil observasi tersebut ditemukan hasil pembelajaran yang diberikan belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75, khususnya pada pembelajaran *passing* atas bola voli.

Kemampuan *passing* atas bola voli siswa pada kondisi awal menunjukkan bahwa dari 33 siswa baru 9 siswa (27,27%) yang mencapai kriteria yang telah ditetapkan, yaitu sebesar 75,0 (kriteria baik), dengan rata-rata nilai 47,91. Sedangkan 24 siswa (72,73%) belum mencapai kriteria yang diharapkan. Dari hasil evaluasi dinyatakan 9 siswa sudah tuntas belajar dan 24 siswa belum tuntas belajar karena memperoleh nilai kurang dari 75.

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum memiliki kemampuan teknik dasar *passing* atas bola voli yang baik, dengan prosentase ketuntasan belajar 27,27%.

Berdasarkan hasil pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala dari pratindakan dan siklus I disajikan dalam bentuk tabel

Tabel 1. Kemampuan *Passing* Atas dalam Permainan Bola Voli
Dari Pratindakan dan Siklus I

Uraian	Nilai	
	Pratindakan	Siklus I
Jumlah	1533,18	2588,63
Rata-rata	47,91	78,44
Jumlah siswa yang tuntas	9	29
Jumlah siswa yang belum tuntas	24	4
Persen siswa yang tuntas	27,27	87,87
Persen siswa yang belum tuntas	72,73	12,13

Untuk lebih jelasnya tentang frekuensi perolehan kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli dari pratindakan dan siklus I dapat dilihat pada diagram 1 berikut:



Gambar 1. Frekuensi perolehan kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli dari pratindakan dan siklus I

Pembahasan

Pada siklus pertama tindakan dalam proses pembelajaran *passing* atas dalam permainan bola voli dengan menggunakan permainan *wall pass* dan permainan *passing* berpasangan sudah tepat. Pada siklus pertama proses pembelajarannya, siswa belajar *passing* atas dalam permainan bola voli. Dalam proses pembelajarannya siswa merasa senang dan bergembira dengan tidak melupakan teknik *passing* atas dalam permainan bola voli yang benar. Peralatan yang digunakan tidak membahayakan bagi siswa yang menggunakannya.

Variasi permainan telah memenuhi kriteria didaktik metodik dan disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukannya. Pada siklus I ini ternyata kemampuan *passing*

atas dalam permainan bola voli siswa menjadi lebih baik, karena siswa lebih tertantang dan termotivasi untuk melakukan *passing* atas dalam permainan bola voli dengan baik dengan harapan dapat memenangkan pertandingan.

Variasi permainan yakni permainan *wall pass* dan permainan *passing* atas berpasangan pada siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala sudah tepat dalam upaya meningkatkan kemampuan *passing* atas dalam permainan bola voli. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari bahwa rata-rata nilai pada siklus I sebesar 87,87. Jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 29 orang siswa dengan persentase ketuntasan sebesar 87,87 sudah tuntas belajar dan 4 siswa (12,13%) belum tuntas belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil pembahasan penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: Variasi permainan mampu meningkatkan kemampuan *passing* atas bola voli siswa kelas VII-I SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021. Hal ini sejalan dengan hasil data temuan yang diperoleh peneliti pada kondisi awal pra siklus ke siklus. Persentase nilai ketuntasan hasil belajar *passing* atas bola voli siswa kelas SMP Negeri I Kuala Tahun Ajaran 2020/2021 pada kondisi awal pra siklus sebesar (27,27%) atau sejumlah 9 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dari 33 siswa keseluruhan, kemudian pada siklus I diperoleh nilai ketuntasan sebesar (87,87%) atau sejumlah 29 siswa yang mencapai ketuntasan belajar. Hal ini sejalan dengan adanya peningkatan penguasaan teknik dasar *passing* atas bola voli yang ditunjukkan dari keaktifan dalam mengikuti proses pembelajaran dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., & Helmi, B. (2020). OPTIMALISASI HASIL BELAJAR PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI MELALUI PENDEKATAN VARIASI PEMBELAJARAN. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN*, 3(1), 659-665.
- Aksaruddin, Sari, L. P., & Aditya, R. (2020). Improving Learning Outcomes for Volleyball Passing Through the Application of the Demonstration Method. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 1(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jumper.v1i1.121>
- Fansuri, H., & Situmeang, R. (2021). KONTRIBUSI VARIASI LATIHAN LADDER DRILL TERHADAP KELINCAHAN ATLET BULU TANGKIS. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.308>
- Ginting, M. N. B., & Helmi, B. (2020). Peran Model Pembelajaran Example Nonexample Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Medan Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jumper.v1i2.493>
- Ilyas, I., & Almunawar, A. (2020). PROFIL KEBUGARAN JASMANI SISWA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i1.297>
- Kismono, A., & Dewi, R. (2021). KONTRIBUSI SIMULASI GAME TERHADAP PASSING SEPAK BOLA. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.304>

- Lubis, A. E., Ramadan, & Deliana, P. (2018). PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI MELALUI METODE DEMONSTRASI PADA SISWA SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 6(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v6i1.466>
- Lubis, A. E., Ramadan, & Erna. (2018). PENINGKATAN HASIL BELAJAR SERVICE BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 6(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v6i2.470>
- Marpaung, H. I., & Priyonoadi, B. (2020). *The Correlation between Leg-arm Muscle Power and Volleyball Players' Open Smash Ability*.
- Nugroho, A., & Lubis, A. E. (2021). Model Estafet Games pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Siswa Tunagrahita. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(3).
- Nugroho, A., & Raharjo, F. M. (2020). UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASSING CHEST PASS DALAM BERMAIN BOLA BASKET DENGAN PENERAPAN VARIASI PEMBELAJARAN DAN MODIFIKASI BOLA SISWA KELAS VIII SMP SANTA MARIA MEDAN TAHUN AJARAN 2019/2020. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.163>
- Siregar, F. S., Sembiring, M. M., & Siregar, A. (2021). ANALISIS PERBEDAAN KONTRIBUSI VARIASI LATIHAN PASSING BOLA VOLI. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.306>