



Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli Melalui Metode Kedinding dan Berpasangan

Lina Malinda^{1✉}, Nugroho Agung S¹, Dian Helaprahara¹

¹ Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Sumenep, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*

E-mail: linamalinda97@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Hasil Belajar, Passing Atas
Bolavoli, Metode

Keywords:

Learning outcomes, Passing in
volleyball, Method

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing atas siswa dalam permainan bola voli. Metode yang digunakan penelitian ini adalah penelitian *action reseach classroom* yang dilaksanakan dua kali pertemuan dalam setiap siklusnya. Subjek penelitian hanya siswa kelas VIII MTs. Nurul Huda II Kec. Rubaru dengan jumlah 10 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pembelajaran teknik passing atas bola voli dalam siklus pertama terdapat 20% siswa bisa melakukan passing atas dengan benar dengan nilai minimal 20 dan nilai maksimal 80. Pada siklus II passing atas siswa menjadi 90% dengan nilai minimal 60 dan maksimal 100. Sehingga kesimpulan penelitian ada peningkatan pada pembelajaran passing atas dalam pembelajaran bolavoli melalui metode kedinding dan berpasangan sebesar 70% dan tergolong klasifikasi tinggi.

Abstract

The purpose of this research is to determine the increase in students' passing learning outcomes in volleyball. The method used in this research is classroom action research research which is carried out twice in each cycle. The research subjects were only class VIII MTs students. Nurul Huda II District. Rubaru with 10 students. The results of the research showed that when learning volleyball passing techniques in the first cycle, 20% of students were able to pass correctly with a minimum score of 20 and a maximum score of 80. In the second cycle, students' overhead passing was 90% with a minimum score of 60 and a maximum of 100. So the research conclusion is that there is an increase in upper passing learning in volleyball learning through the wall and pair methods by 70% and is classified as high.

© 2024 Author

✉ Alamat korespondensi:

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Sumenep, Jawa Timur, Indonesia

PENDAHULUAN

Mata pelajaran pendidikan jasmani yang tercantum dalam kurikulum merupakan proses pembelajaran dengan kegiatan

jasmani, game ataupun olahraga untuk mencapai tujuan pembelajaran (Husdarta, 2009). Dalam kurikulum pembelajaran jasmani ada banyak sekali cabang-cabang

berolahraga yang diajarkan serta salah satunya merupakan cabang olahraga bola voli, dimana bola voli ini ialah salah satu wujud pendidikan dengan proses bermain di dalamnya.

Bolavoli merupakan salah satu olahraga yang dimainkan oleh 2 tim dengan jumlah enam orang tiap timnya. Adapula bolavoli pantai yang dimainkan oleh dua orang pemain pada setiap timnya (A Ginanjar, 2012).

Teknik bolavoli meliputi servis, passing, umpan (*set up*), smash, serta bendungan (*block*) (Yunus, 1992). Sedangkan untuk dapat melakukan teknik-teknik permainan bolavoli tersebut harus menguasai ilmu tentang teknik tersebut (Efendi et al., 2023). Serta Salah satu yang wajib dipahami dalam permainan bola voli merupakan passing. Passing terdiri dari passing atas serta passing bawah. Passing atas merupakan upaya menerima serta mengoper bola dengan kedua tangan (jari-jari) dari atas kepala depan (Wisahati & Santosa, 2010).

MTs. Nurul Huda II Kec. Rubaru merupakan sekolah menengah yang terletak di Kab. Sumenep tepatnya pada Desa Tambak Sari Kec. Rubaru. pembelajaran PJOK diajarkan di MTs. Nurul Huda II yang rutin setiap minggunya dilakukan pembelajaran bola voli passing atas pada hari selasa pagi ketika jam pelajaran. Siswa MTs Nurul Huda II Rubaru saat ini masih mempelajari teknik *passing* atas. Dalam pendidikan metode tersebut siswa pula diajari teknik passing atas mulai dari posisi berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, rendahkan lutut sampai berat tubuh bertumpu pada ujung kaki bagian depan, posisi lengan didepan tubuh, renggangkan jari- jari serta telapak tangan sampai menyamai mangkuk di atas wajah, serta pandangan mata kearah datangnya bola.

Berdasarkan hasil observasi peneliti dengan guru MTs Nurul Huda II Rubaru sampai saat ini hasil belajar siswa dibawah rata-rata dan di bawah KKM yaitu kurang dalam penguasaan teknik passing atas dan masih tidak terlalu banyak dalam mendapatkan point. Hal itu disebabkan

karena dalam satu kelas saat pembelajaran passing atas belum maksimal dalam melakukan teknik passing atas. Ada yang posisi kakinya kurang jongkok, ada yang menggunakan satu tangan, ada yang cara sudut pandangan kurang fokus hanya sekedar mengangkat tangan, dan ada pula yang masih belum sempurna kekuatannya dalam mendorong bola keatas. Riset yang sempat dicoba oleh Pratama (2022) meningkatkan hasil belajar passing bawah serta passing atas memakai modifikasi Bola. Begitu juga riset yang dicoba Nulhadi et al. (2023) dalam penelitiannya memakai game 3 on 3 siswa SMP. Sebaliknya pada riset ini kebaruannya memakai metode passing ke dinding serta berpasangan. Sehingga bersumber pada kasus tersebut tertarik mengambil judul peningkatan hasil belajar passing atas dengan metode kedinding dan berpasangan lewat suatu riset tindakan yang bekerjasama dengan Guru PJOK di MTs. Nurul Huda II Kec. Rubaru.

METODE

Penelitian ini menggunakan *action reseach*/penelitian tindakan. Penelitian ini dilaksanakan lewat 4 tahapan ialah perencanaan, penerapan/pelaksanaan, observasi, serta refleksi. Desain riset aksi kelas model Kemmis serta Taggart (1998) yang disetiap siklusnya terdiri dari rencana, aksi, observasi serta refleksi.

Partisipan

Sampel yang digunakan merupakan siswa kelas VIII MTs. Nurul Huda II Kec. Rubaru Kab. Sumenep Tahun Pelajaran 2022- 2023 yang berjumlah 10 Siswa putra.

Instrumen

Instrument merupakan alat penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan data penelitian yaitu berupa angket atau kuesioner, check list ataupun catatan centang, pedoman wawancara, pedoman pengamatan (Arikunto, 2016).

Alat ukur yang digunakan adalah Rubrik Penilaian Bola Voli Passing atas yang dibuat bersama guru PJOK untuk mengetahui

keterampilan teknik dasar *passing* atas siswa dengan Deskriptor penilaian dibawah ini :

1. Posisi kaki dibuka rilek selebar bahu
2. Saat akan melakukan passing, pastikan untuk melakukan salah satu kaki kedepan
3. Posisi penglihatan kearah bola
4. posisi jari-jari terbuka dengan tangan lurus menghadap ke atas
5. Arahkan kedua tangan ibu jari mengikuti arah datangnya bola
6. Badan agak jongkok
7. Pegang bola dengan seluruh jari dan ikuti bola turun dengan siku dan lutut ditekuk kebawah saat bola datang
8. siku dan lutut diluruskan secara bersamaan
9. Gerakan ibu jari menyesuaikan keras lemahnya bola
10. posisi kaki dan siku lurus sementara pergelangan tangan ditekuk kedepan saat sikap akhir .

Analisis Data

Hasil data pada setiap siklusnya, di analisis menggunakan perhitungan kuantitatif adapun rumus yang digunakan seperti di bawah ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

- P : Prosentase keberhasilan.
- F : Jumlah gerakan yang dilakukan dengan benar.
- N : Jumlah siswa yang mengikuti tes

Selanjutnya siswa tuntas belajar dalam belajar ditandai dengan pencapaian nilai ≥ 75 atau persentase 75% secara perorangan (Purnomo, 2011).

HASIL

Penelitian Tindak Kelas (PTK) langkah pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah melakukan observasi hasil belajar passing atas dalam pembelajaran permainan bolavoli. Kemudian dilakukan tes awal sebagai dasar penentuan siklus pertama dan juga melihat persentase hasil belajar pada setiap siklus untuk menentukan apakah

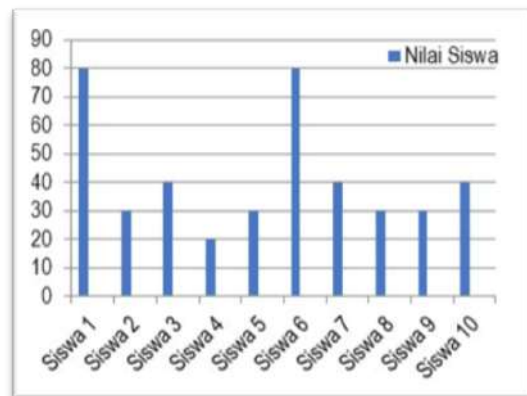
tindakan kelas yang dilakukan dapat memperbaiki atau meningkatkan hasil belajar. Penelitian ini dilakukan 2 siklus dengan 2 kali pertemuan untuk meningkatkan hasil belajar passing atas dengan benar. Peneliti dan guru menggunakan pendekatan passing kedinding dan passing berpasangan. Dalam penelitian ini peneliti fokus pada aspek hasil belajar Psikomotor atau keterampilan gerak. Peneliti akan menjabarkan hasil temuan PTK yang sudah dilakukan dalam 2 Siklus yaitu peningkatan hasil belajar passing atas dalam pembelajaran Bolavoli dengan metode passing kedinding dan passing berpasangan pada siswa VIII MTs. Nurul Huda II Rubaru Kab. Sumenep sebagai berikut :

Siklus I

Tabel 1. Hasil penilaian keterampilan Passing atas Siswa dalam proses aktivita belajar siklus I.

Nilai Maksimal	80
Nilai Minimal	20
Standar deviasi	20,97
Rata-rata	42
Jumlah	420
Persentase	20%

Berdasarkan tabel 1 di atas pada siklus 1 dapat diketahui, nilai maksimal siswa 80, sedangkan nilai minimal yaitu 20 dengan rata-rata sebesar 42 dan persentase 40% karena siswa yang bisa baru 4 siswa dari 10 siswa yang ada. Apabila dipaparkan secara grafik tampak pada gambar di bawah ini.



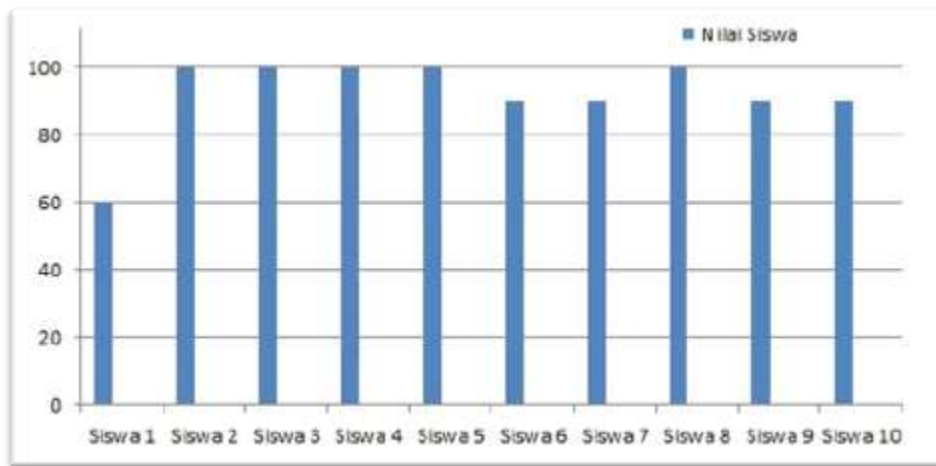
Gambar 1. Nilai Keterampilan Siswa Siklus 1

Siklus II

Tabel 2. Hasil penilaian keterampilan Passing atas Siswa dalam proses aktivita belajar siklus 2.

Nilai Maksimal	100
Nilai Minimal	60
Standar deviasi	12,29
Rata-rata	92
Jumlah	920
Persentase	90%

Berdasarkan tabel 2 di atas pada siklus 2 dapat diketahui, nilai maksimal siswa 100, sedangkan nilai minimal yaitu 60 dengan rata-rata sebesar 92 dan persentase 90% karena siswa yang bisa baru 9 siswa dari 10 siswa yang ada. Apabila dipaparkan secara grafik tampak pada gambar di bawah ini.



Gambar 2. Nilai Keterampilan Siswa Siklus 2

PEMBAHASAN

Pada siklus pertama hasil pengamatan keterampilan siswa, pada poin pertama yaitu “Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu”. Pada poin ini terdapat 8 siswa yang mampu melakukan dengan benar, 2 siswa belum bisa melakukan dengan benar karena siswa tersebut lemparan bola terlalu ke bawah dengan alasan perkenaan bola ke dua tangan jari-jari biar sempurna. Hal tersebut tidak dibenarkan karena pada materi yang disampaikan siswa harus memposisikan bola di depan kedua tangan menghadap keatas. Sedangkan pada poin kedua yaitu “Saat akan melakukan passing atas, pastikan untuk melakukan salah satu kaki kedepan”. Pada poin ini terdapat 9 siswa yang mampu melakukan dengan benar. Sedangkan 1 siswa belum mampu melakukan dengan benar dan melakukan hanya dengan asal-asalan. Pada poin ketiga yaitu “pandangan kearah bola” pada poin ini terdapat 10 siswa yang mampu melakukan arahnya bola. Sedangkan

0 siswa tidak bisa melakukan pandangan arah bola. Point keempat “tangan lurus menghadap keatas dengan posisi jari-jari terbuka dan pandangan terbuka” pada point ini siswa yang mampu melakukannya hanya 4 orang. Sedangkan 6 siswa belum mampu melakukan gerakan tersebut. Point kelima yaitu “arahkan kedua tangan ibu jari mengikuti arah datangnya bola” pada point ini siswa melakukan teknik passing atas yang sempurna hanya 6 siswa. Sedangkan dari 4 siswa masih agak kaku dan tegang dalam melakukan gerakan ini. Point keenam yaitu “posisi badan agak jongkok” dalam tahap ini hanya terdapat 3 siswa yang mampu melakukan dengan benar. Sedangkan dari 7 siswa tidak mampu melakukan dengan benar. Point ketujuh yaitu “ketika bola datang, pegang bola dengan seluruh jari dan ikuti bola turun dengan cara siku dan lutut ditekuk kebawah” dalam tahap ini terdapat 5 siswa yang mampu melakukan dengan baik dan benar. Sedangkan 5 siswa lainnya belum

mampu melakukan dengan benar. Point kedelapan yaitu “luruskan kembali siku dan lutut secara bersamaan” dalam tahap ini terdapat 0 siswa yang mampu melakukan gerakan tersebut. Sedangkan 0 siswa tidak mampu melakukan gerakan tersebut. Point kesembilan yaitu “gerakan tangan ibu jari disesuaikan dengan keras lemahnya bola” dalam tahap ini hanya 4 siswa yang mampu melakukan teknik tersebut. Sedangkan 6 siswa belum mampu melakukan teknik tersebut. Point kesepuluh yaitu “sikap akhir posisi kaki, siku lurus sementara pergelangan tangan ditekuk kedepan” pada point ini 9 siswa mampu melakukannya dengan benar. Sedangkan 1 siswa belum mampu melakukan teknik dengan benar.

Hasil pengamatan yang dilakukan terhadap guru adalah guru belum terbiasa memberikan metode kombinasi antara passing kedinding dan berpasangan sehingga pembelajaran kurang maksimal. Serta kurang maksimalnya pemanasan yang diberikan oleh guru. Tindak lanjut dari hasil pengamatan guru maka untuk siklus II guru harus mampu memaksimalkan kekurangan yang ada yaitu pada pemaparan kombinasi passing kedinding dan berpasangan. Karena Dalam proses belajar mengajar bola voli, tahapan-tahapan pelaksanaan setiap teknik dasar haruslah dijabarkan secara baik, sehingga siswa mampu melaksanakan tahapan tersebut dengan benar (Palinata, 2020). Serta harus lebih memotivasi siswa melalui pemanasan yang dinamis. Serta lebih membimbing siswa yang mengalami kesulitan pada aspek yang masih kurang. Pendidikan olahraga sendiri dapat meningkatkan motivasi belajar siswa (Agi Ginanjar et al., 2023).

Pada siklus kedua hasil pengamatan keterampilan siswa, pada poin pertama yaitu “Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu”. Pada poin ini terdapat 7 siswa yang mampu melakukan dengan benar dan 3 siswa masih belum benar. Sedangkan pada poin kedua yaitu “Saat akan melakukan passing atas, pastikan untuk melakukan salah satu kaki kedepan”. Pada poin ini terdapat 9 siswa yang mampu melakukan dengan benar. Pada

poin ketiga yaitu “pandangan kearah bola” pada point ini terdapat 10 siswa yang mampu melakukan arahnya bola. Sedangkan 0 siswa tidak bisa melakukan pandangan arah bola. Point keempat “tangan lurus menghadap keatas dengan posisi jari-jari terbuka dan pandangan terbuka” pada point ini 10 siswa yang mampu melakukannya dengan benar. Point kelima yaitu “arahkan kedua tangan ibu jari mengikuti arah datangnya bola” pada point ini 9 siswa melakukan teknik passing atas yang sempurna. Point keenam yaitu “posisi badan agak jongkok” dalam tahap ini hanya terdapat 9 siswa yang mampu melakukan dengan benar. Sedangkan dari 1 siswa tidak mampu melakukan dengan benar. Point ketujuh yaitu “ketika bola datang, pegang bola dengan seluruh jari dan ikuti bola turun dengan cara siku dan lutut ditekuk kebawah” dalam tahap ini seluruh siswa yang mampu melakukan dengan baik dan benar. Point kedelapan yaitu “luruskan kembali siku dan lutut secara bersamaan” dalam tahap ini terdapat 8 siswa yang mampu melakukan gerakan tersebut. Sedangkan 2 siswa tidak mampu melakukan gerakan tersebut. Point kesembilan yaitu “gerakan tangan ibu jari disesuaikan dengan keras lemahnya bola” dalam tahap ini seluruh siswa yang mampu melakukan teknik tersebut. Point kesepuluh yaitu “sikap akhir posisi kaki, siku lurus sementara pergelangan tangan ditekuk kedepan” pada point ini 10 siswa mampu melakukannya dengan benar.

Pada siklus 2 ini mampu menunjukkan persentase kelulusan 90%. Hal ini dapat di artikan bahwa pemberian materi pembelajaran dengan kombinasi passing ke dinding dan berpasangan serta memotivasi siswa sehingga lebih lanjut siswa mampu melakukan teknik dasar passing atas dengan hasil yang memuaskan. Untuk ini penelitian berpendapat bahwa proses pembelajaran ini sudah dikatakan berhasil dan mendapat nilai yang cukup memuaskan yang semula siswa tidak bisa melakukan teknik dasar passing atas sekarang setelah dilakukan pembelajaran teknik dasar passing atas siswa mampu melakukan teknik tersebut secara benar.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Budi (2021) dengan judul Pengaruh Latihan Passing Bawah ke Dinding dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Bola Voli pada Siswa dengan hasil terdapat pengaruh yang signifikan. Hal senada juga di samapaikan oleh Izzuddin & Widyanti (2021) dampak latihan passing dipantulkan ke dinding terhadap kemampuan passing atas permainan bolavoli di perumahan buana asri dengan hasil penelitian terdapat perbedaan hasil Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli di Perumahan Buana Asri sebelum dan setelah diberi perlakuan Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding. Namun juga yang tidak kalah penting bagaimana memotivasi siswa dan meningkatkan minat belajar siswa guru harus mampu mengemas pembelajaran sebaik sedemikian rupa untuk memfasilitasi siswa sesuai dengan kesenangannya masing-masing dalam bergerak bebas namu terarah (Rithaudin & Hartati, 2016). Serta bagaimana guru melakukan evaluasi melibatkan siswa itu sendiri dalam pelaksanaannya supaya siswa tahu kekurangannya dimana dan bisa dibenahi (Fepriyanto et al., 2022).

KESIMPULAN

Bersumber pada hasil riset yang diperoleh penulis, hingga bisa disimpulkan kalau dengan memakai metode pendidikan passing atas dengan tata cara campuran passing pada dinding serta berpasangan bisa tingkatan hasil belajar passing atas pada siswa dalam melaksanakan metode bawah passing atas pada siswa kelas VIII MTs Nurul Huda II Kec. Rubaru Kab. Sumenep.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada STKIP PGRI Sumenep yang telah banyak hal memberikan pengalaman, pengetahuan dan keterampilan dalam bidang Pendidikan Jasmani, khususnya Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi sehingga karya ini selesai dan dapat terbit.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Budi, A. S. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah ke Dinding dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Negeri 13 Tanjung Jabung Timur. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 3(2), 45–52. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v3i2.15626>
- Efendi, Z. A., Bakti, A. P., Sulistyarto, S., & Nugraha, T. A. (2023). Analisis Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Di Club Sidoarjo JAYA. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 8(2), 151–164.
- Fepriyanto, A., Helaprahara, D., Supriyanto, N. A., Rasyid, A., & Azis, A. (2022). Konsep Guru PJOK dalam Melakukan Evaluasi Pembelajaran dimasa Pandemi Covid-19. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 14–20. <https://doi.org/10.55933/pjga.v2i1.256>
- Ginanjar, A. (2012). *Serba tahu dunia olahraga*. Surabaya: Dafa Publishing.
- Ginanjar, A., Mudzakir, D. O., & Wadudu, H. (2023). Sport Education Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sd Tingkat Atas Untuk Mendukung Kurikulum Merdeka. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 8(2), 237–248. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.3047>
- Husdarta, H. J. S. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung. Alfabeta.
- Izzuddin, D. A., & Widyanti, I. T. (2021). Dampak Latihan Passing Dipantulkan Ke Dinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli Di Perumahan Buana Asri. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(2), 134–140. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i2.5763>
- Nulhadi, A., Ashari, L. H., Herlina, H., & Burhan, Z. (2023). Meningkatkan

Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli Melalui Permainan 3 on 3 Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *NUSRA: Jurnal Penelitian Dan Ilmu Pendidikan*, 4(3), 497–506. <https://doi.org/10.55681/nusra.v4i3.1262>

- Palinata, yahya jecson. (2020). Tes Keterampilan Pasing Bola Voli Bagi Mahasiswa Semester I. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 5(11), 40–47.
- Pratama, A. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah dan Atas Bola Voli Menggunakan Modifikasi Bola pada Peserta Didik Kelas XI IPA 5 SMA Negeri 2 Surakarta Tahun Ajaran 2018/2019. *Kalam Cendekia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 10(2), 1–23.
- Purnomo, Y. W. (2011). Keefektifan model penemuan terbimbing dan cooperative learning pada pembelajaran matematika. *Jurnal Kependidikan Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 41(1).
- Rithaudin, A., & Hartati, B. S. (2016). Upaya meningkatkan pembelajaran passing bawah permainan bola voli dengan permainan bola pantul pada siswa kelas IV SD Negeri Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 51–57.
- Wisahati, A. S., & Santosa, T. (2010). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan, Jakarta.
- Yunus, M. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli Jakarta*. Depdikbud, Dirjen Dikti.