

## Meningkatkan Teknik Belajar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Permainan 2 Lawan 2 Siswa Madrasah Tsanawiyah

Fajar Dian Chandra Saputra<sup>1✉</sup>, Andi Fepriyanto<sup>1</sup>, Mas'odi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Sumenep, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author\*

E-mail: [fajardiancandras@gmail.com](mailto:fajardiancandras@gmail.com)

### Info Artikel

#### Kata Kunci:

Teknik Passing, Bolavoli, Permainan 2 lawan 2

#### Keywords:

Passing Techniques, Volleyball, 2 on 2 Games

### Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui penerapan permainan 2 lawan 2 terhadap peningkatan kemampuan passing bawah dalam permainan bolavoli. Penelitian ini menggunakan metode action research. Subjek penelitian ini berjumlah 10 orang siswa Madrasah Tsanawiyah. Penelitian ini menggunakan dua siklus setiap siklus dua kali pertemuan. menggunakan instrumen lembar observasi siswa. Hasil penelitian ini terdapat peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli siswa kelas VII Madrasah Tsanawiyah menggunakan permainan 2 lawan 2 dengan persentase 80%.

### Abstract

*This research aims to find out the application of the 2 versus 2 game to improve bottom passing ability in volleyball. This research uses the action research method. The subjects of this research were 10 Madrasah Tsanawiyah students. This research used two cycles, each cycle had two meetings, using student observation sheet instruments. The results of this research showed an increase in the learning outcomes of volleyball underpassing for class VII Madrasah Tsanawiyah students using the 2 versus 2 game with a percentage of 80%.*

© 2024 Author

✉ Alamat korespondensi:

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

### PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan pembelajaran yang ada pada starata pendidikan tingkat SD, SMP, dan SMA/SMK sederajat. Pendidikan jasmani adalah aktifitas melalui olahraga untuk meningkatkan kebugaran, kemampuan berpikir kognitif, keterampilan gerak yang beragam, dan sikap spiritual maupun social (Budiono & Indahwati, 2021). Seorang guru profesional harus dapat menggunakan model

dan metode yang sesuai agar peserta didik pengetahuan dan keterampilan (Gea & Zega, 2023) khususnya pengalaman dan kecukupan gerak.

Bolavoli adalah cabang olahraga yang dimainkan dua tim berbeda (Sudhen et al., 2023) dengan berbagai teknik dasar seperti servis, passing, umpan, smash, dan blok (Susmita et al., 2024).

Hasil observasi peneliti dan wawancara dengan guru Madrasah

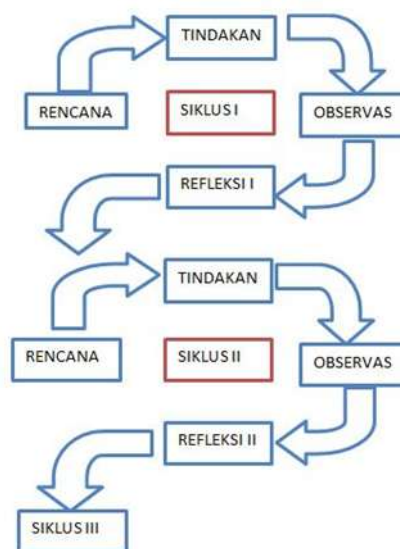
Tsanawiya hasil belajar siswa kelas VIII masih kurang dalam penguasaan teknik passing bawah. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, dalam satu kelas saat pembelajaran passing bawah belum maksimal dalam melakukan teknik passing bawah yaitu pada posisi kakinya kurang jongkok, ada yang menggunakan satu tangan, ada yang cara sudut pandangan kurang fokus hanya sekedar mengayunkan tangan, dan ada pula yang masih belum sempurna kekuatannya dalam mengayunkan bola voli. pembelajaran yang dilakukan oleh guru setelah memberikan contoh guru tidak memberikan permainan namun langsung mempraktekkan satu persatu. Sehingga perlu adanya tindak lanjut untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar passing bawah dalam permainan bolavoli pada siswa kelas VIII. Gaya mengajar guru juga menjadi bagian dalam meningkatkan keterampilan passing atas (Syahrudin & Suyuti, 2016). Sementara teknik passing atas permainan bola voli peserta dituntut menguasai sikap awal, gerakan lengan, posisi tubuh, saat perkenaan (impact) dengan bola, saat mendorong bola, posisi kaki dan arah pandangan (Setyo et al., 2018). Gerakan latihan passing atas yaitu bola yang datang mula-mula dilambungkan dengan sentuhan jari-jari yang meregang ke atas, setelah itu ke arah kawan berlatih (Destriana, 2018).

Metode Permainan sangat penting dalam meningkatkan keterampilan karena dengan bermain anak merasa senang sehingga tidak terasa waktu yang dimainkan, salah satu permainan yang dapat di aplikasikan yaitu permainan 2 lawan 2 siswa memiliki peluang lebih banyak melakukan passing bawah sehingga lebih banyak memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar. Menurut Mashuri et al., (2018) bermain mengandung unsur pendidikan, dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan sesuatu atau tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya, dapat bekerja sama, melatih kejujuran meningkatkan jiwa sosial. Pembelajaran yang dirancang dalam bentuk

permainan bertujuan untuk memenuhi hasrat gerak siswa yang di dalamnya terdapat unsur belajar (Pambudi & Pramudana, 2016).

## METODE

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang memanfaatkan tindakan yang nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang “dicoba sambil berjalan” dalam mendeteksi dan memecahkan masalah (Arikunto, 2014). Terdapat empat tahapan yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi (Khotimah, 2020). Dalam penelitian ini peneliti merencanakan penelitian sampai 2 siklus dan disetiap siklus memiliki dua kali tindakan yang berbeda.



Gambar 1. Siklus PTK

## Partisipan

Subjek yang digunakan adalah siswa-siswi Madrasah Tsanawiyah Kelas VIII yang berjumlah 10 siswa putra.

## Instrumen

Tabel 1. Instrumen / Rubrik Penilaian Teknik Dasar Passing Bawah Bolavoli

No	Deskriptor penilaian	Skor
1	Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu	
2	Saat akan melakukan passing, pastikan untuk	

	melakukan salah satu kaki kedepan
3	Pandangan kearah bola
4	Posisi tangan tidak digenggam
5	Arahkan kedua tangan lengan mengikuti arah datangnya bola
6	Posisi badan agak jongkok
7	Ayunkan kedua tangan kedepan
8	Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan
9	Saat perkenaan bola, dorong hingga melambung
10	Gerakan tangan disesuaikan dengan keras lemahnya bola
	Jumlah

#### Analisis Data

Data dikumpulkan melalui setiap siklusnya, selanjutnya data di analisis melalui

perhitungan kuantitatif menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan.

F : Jumlah gerakan yang dilakukan dengan benar.

N : Jumlah siswa yang mengikuti tes.

#### HASIL

Langkah pertama adalah melakukan observasi pada proses pembelajaran oleh guru dan hasil belajar Penerapan Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli. Kemudian dilakukan tes awal untuk menentukan tindakan yang akan dilakukan pada siklus pertama dan juga melihat persentase hasil belajar pada setiap siklus untuk menentukan apakah tindakan yang dilakukan dapat memperbaiki atau meningkatkan hasil belajar. Berikut hasil pembelajaran teknik dasar passing bawah bolavoli.

Tabel 2. Hasil Pembelajaran Teknik Dasar *Passing Bawah* Bolavoli

Siklus	Nilai Tertinggi	Nilai Terendah	X	Berdasarkan Rata-rata Kelas						Ketuntasan Belajar					
				≥RK		<RK		Jumlah		≥KB		<KB		Jumlah	
				fi	%	Fi	%			Fi	%	fi	%		
Pertama	80	50	65	5	50	5	50	100		5	50	5	50	100	
Kedua	90	70	86	8	80	2	20	100		8	80	2	20	100	

Dari setiap siklusnya diperoleh persentase peningkatan gerak dasar passing bawah pada bola voli. Dengan permaian pembelajaran passing bawah pada teknik passing bawah meningkat. Pada gambar grafik di bawah ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan persentase rata-rata setiap indikator pada tiap siklus.

#### PEMBAHASAN

Pada *Siklus pertama* dalam proses pembelajaran teknik dasar passing bawah dengan pemberian materi dan praktek. Langkah pertama yang dilakukan,yaitu pemberian materi gerak dasar passing bawah dengan tindakan melalui pembelajaran pada

tahap sikap awalan dan setiap siswa melakukan pengulangan selama 3 kali serta memberikan permainan 2 lawan 2. Siklus pertama ini dilakukan selama 2 kali pertemuan dengan rincian pada pertemuan sebelumnya adalah tes awal lalu 2 kali pertemuan dilakukan pemberian materi passing bawah dengan permainan 2 lawan 2 setelah itu dilakukan penilaian hasil belajar passing bawah . *Siklus kedua*, setelah siswa diberikan tindakan pada siklus pertama selama 2 kali tatap muka dan diberikan materi dan tindakan selanjutnya. Maka tindakan selanjutnya pada siklus kedua adalah memberikan materi dan pembelajaran passing bawah pada bola voli serta permainan

2 lawan 2 yang dipertandingkan antar siswa dengan hasil yang memuaskan. Setelah itu dilakukan penilaian hasil belajar passing bawah sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang optimal terhadap proses pembelajaran teknik dasar passing bawah dari sebelumnya hanya 2 siswa meningkat menjadi 8 siswa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayah et al., (2020) dalam penelitian meningkatkan hasil belajar passing bawah dengan metode berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah siswa. Selain itu juga penelitian yang dilakukan oleh Mashuri et al., (2018) peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli siswa kelas V Sekolah Dasar melalui permainan 3 on 3 dengan jumlah prosentase 82% yang tergolong tinggi dalam klasifikasi prosentase ketuntasan. pembelajaran bolavoli. Dengan permainan membuat anak senang serta gembira dalam bermain, sehingga anak bisa juga meningkat keterampilannya dalam melakukan teknik passing atas (Juniardi & Redno, 2019). Selain itu sarana & prasarana masuk dalam kategori faktor pendukung dalam bermain bolavoli (Gofron et al., 2023).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh penulis, maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan permainan 2 lawan 2 dalam pembelajaran passing bawah bolavoli dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar passing bawah bolavoli siswa madrasah Tsanawiyah sebesar 80%.

## REFERENSI

- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: Asdi mahasatya.
- Budiono, A. A., & Indahwati, N. (2021). Analisis Variasi Gerak Multilateral Dalam Pembelajaran Pjok Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09(03), 11–18. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/43877>
- Destriana. (2018). Latihan Pasing Atas Double Contact terhadap Keterampilan Bola Voli. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(1).
- Gea, N., & Zega, N. A. (2023). BIOLOGI PESERTA DIDIK MELALUI MODEL PEMBELAJARAN MIND MAPPING KELAS XI MIPA SMA NEGERI 1 TUHEMBERUA. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(3), 222–227.
- Gofron, M., Basri, M. H., & Rasyid, A. (2023). Faktor Pendukung Keberhasilan Bola Voli Pantai Porprov Kabupaten Pamekasan Dalam Kejuaraan Porprov Jatim VII 2022. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(3), 272–279. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.389>
- Hidayah, F. N., Alsaudi, A. T., & Suyatno, S. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Dengan Metode Latihan Berpasangan. *In Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III*, 70–75.
- Juniardi, A., & Redno, R. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Dengan Menggunakan Permainan 3 on 3 Pada Kelas Vii Di Smp Negeri 21 Kota Bengkulu. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1), 46–50. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i1.6567>
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa Smpn 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.24014/jete.v1i1.7895>
- Mashuri, H., Hanief, Y. N., & Subekti, T. B. A. (2018). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui permainan 3 on 3 pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(2), 161–166.
- Pambudi, P. S., & Pramudana, J. (2016). Penerapan Pembelajaran Drill dan

- Bermain Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Banyuwangi. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 2(2), 98–110.
- Setyo, E., Asmawi, M., & Widiastuti. (2018). Peningkatan Keterampilan Passing Atas Bola Melalui Modifikasi Alat. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 12(1), 1–6.
- Sudhen, M. L. S., Kumbara, H., & Disurya, R. (2023). Efektivitas Rational Emotive Therapy untuk Mengurangi Kecemasan Menjelang Bertanding pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Belitang II. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 151–156. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.330>
- Susmita, D., Jufrianis, & Sari, V. I. P. (2024). Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(3), 357–365. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.414>
- Syahrudin, & Suyuti, A. (2016). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan Dan Gaya Mengajar Komando Terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*, 02(01), 11–22. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/ind ex.php/jpor/article/view/4505>