

MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI DENGAN PENDEKATAN PERMAINAN

Maulidin¹, Siti Rabiatul Adawiyah²

^{1,2}Jurusan Pendidikan Olahraga, FIKKM, UNDIKMA, Mataram, Indonesia

Email: msadrinsadrin@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah penggunaan metode variasi passing bawah bola voli melalui pendekatan permainan dapat meningkatkan keterampilan passing bawah dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan KKM 75 dan ketuntasan secara klasikal ditargetkan 85% dari keseluruhan siswa. Penelitian ini terdiri dari Perencanaan, Tindakan, Pengamatan dan Repleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 5 Palibelo dengan jumlah siswa 32, terdiri dari 20 putra 12 siswa putri. Hasil dari penelitian ini pada kondisi awal jumlah ketuntasan siswa, jumlah siswa yang tuntas 15 orang atau 46% sedangkan yang belum tuntas 17 orang atau 53% sedangkan pada siklus I jumlah siswa yang tuntas mencapai 21 orang atau 66% sedangkan yang belum tuntas 11 orang atau 34% sedangkan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas mencapai 28 orang atau 87.5% dan yang belum tuntas 4 orang atau 12.5%. Maka dari hasil diatas bisa dikatakan bahwa perbandingan ketuntasan belajar siswa dapat meningkatkan keterampilan passing bawah. Sedangkan presentase KKM pembelajaran 75% maka penelitian ini dapat dikatakan sudah berhasil karena sudah mencapai target ketuntasan yang direncanakan yaitu mencapai 85% pembelajaran dan disimpulkan bahwa metode variasi passing bawah melalui pendekatan permainan dapat meningkatkan keterampilan passing bawah siswa dalam pembelajaran penjaskes siswa kelas VII SMP Negeri 5 Palibelo. Meningkatnya keterampilan dalam melakukan passing bawah sebagai pengaruh dari penggunaan metode variasi passing bawah bola voli melalui pendekatan permainan terbukti dapat meningkatkan keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli.

Katakunci: keterampilan, passing bawah, bola voli

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada hakekatnya adalah proses Pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Bila ditinjau dari definisi, pendidikan jasmani diartikan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang disampaikan bermakna dan jelas, bahwa Pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Pendidikan jasmani ini karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruh aspek jiwa dan kehidupan seseorang. Pendekatan holistic tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketriga domain Pendidikan: Psikomotor, kognitif, dan afektif.

Salah satu materi atau pembelajaran yang dipelajari dalam Pendidikan jasmani dan Kesehatan adalah permainan bola voli. Menurut Suharno yang dikutip Ariyani Lynda (2009) menyatakan bahwa bola voli adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh dua

regu yang masing-masing regu terdiri dari enam orang, bermain di lapangan dengan ukuran 9 x 18 meter, permainan dilakukan dengan cara memantulkan bola ke lapangan lawan.

Dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah olahraga beregu yang merupakan salah satu dari berbagai macam permainan bola besar yang dimainkan dalam 1 lapangan, terdiri dari dua regu yang saling berlawanan, masing-masing regu berisi 10 pemain dengan 6 pemain inti dan 4 pemain cadangan. Tujuan utama dari bola voli adalah memukul bola ke daerah lawan hingga lawan tidak dapat menerima bola dan mempertahankan daerah sendiri agar memenangkan suatu pertandingan. Permainan bola voli semakin berkembang terutama pada tahun terakhir ini, sejalan dengan perkembangan permainan ini ikut pula berkembang metode metode melatih baru dengan kombinasi teknik baru yang lebih efektif dan efisien.

Dalam pembelajaran bola voli sendiri terdapat beberapa teknik dasar yaitu: 1) Servis terdiri dari servis bawah dan servis atas, 2) passing terdiri dari passing bawah dan passing atas, 3) smash, 4) block. Dari keempat teknik dasar diatas passing merupakan salah satu Teknik yang penting dan fundamental dalam permainan bola voli. Bagi para pemula selain servis, passing bawah sangat menentukan jalannya permainan pada bola voli, oleh karena itu untuk pembelajaran bola voli di sekolah passing bawah adalah teknik terpenting yang harus dipelajari dan di kuasai dengan baik oleh peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMP Negeri 5 Palibelo, dengan melakukan wawancara dan diskusi dengan guru penjaskes, diperoleh informasi bahwa di SMP Negeri 5 Palibelo permasalahan yang terjadi yaitu tingkat pemahaman siswa setelah diberikan materi teknik passing bawah melalui pendekatan permainan bola voli yaitu muncul penyerapan yang berbeda-beda dalam prakteknya, siswa dalam melakukan teknik passing bawah masih banyak yang main-main dan terdapat kesalahan seperti, posisi kaki, sikap badan, perkenaan bola pada tangan, dan arah bola setelah dilakukan passing oleh siswa tidak sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Hal ini dibuktikan dari hasil belajar keterampilan passing bawah siswa yang termasuk dalam kategori rendah. Hasil belajar passing bawah siswa tersaji pada table 1.1

Tabel 1.1 Hasil Belajar Passing Bawah

Σ Siswa	KKM	Σ Siswa Tuntas	Σ Siswa TidaK Tuntas	K K
32	46%	15	17	1 8

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjaskes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjaskes itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal pada siswa, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik siswa. Sehingga guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, siswa tidak hanya bermain saja tapi juga belajar.

Oleh karena itu perlunya metode pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah menggunakan metode variasi passing bawah bola voli melalui pendekatan permainan. Dimana dengan pendekatan permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan motivasi atau minat siswa dalam mengikuti

pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) disekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bola voli. Sehingga dengan diterapkannya pendekatan permainan tersebut dalam pembelajaran dapat menciptakan proses belajar mengajar yang menyenangkan dan tercapainya tujuan dari pembelajaran tersebut. Pendekatan permainan merupakan suatu modifikasi permainan bola voli yang diciptakan untuk menarik minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjaskes dan juga dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bola voli.

Dari penjelasan di atas penulis merasa tertarik untuk mengangkat dan meneliti dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Dengan Menggunakan Metode Variasi Passing Bawah Melalui Pendekatan Permainan Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Palibelo.

METODE PENELITIAN

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan rubrik penilaian. Rubrik adalah alat atau instrumen bagi pengajar untuk menetapkan kriteria penilaian untuk tugas. Tidak hanya berguna bagi para pengajar, alat ini juga bermanfaat bagi siswa. Rubrik mendefinisikan secara tertulis apa yang diharapkan dari siswa untuk mendapatkan nilai tertentu pada suatu tugas.

Analisis data adalah suatu cara memperoleh data selama penelitian Data yang dianalisis adalah data berupa hasil tes evaluasi belajar siswa yang diperoleh Analisis data adalah suatu cara menganalisis data yang diperoleh selama beberapa siklus. Analisis data dibedakan menjadi dua yaitu ketuntasan belajar individu dan ketuntasan belajar klasikal.

Siswa dikatakan tuntas secara individual jika mendapat nilai minimal sama dengan KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu 75. Secara klasikal tuntas belajar jika jumlah siswa yang tuntas mencapai 85%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas yang dirancang dan dilaksanakan dengan terencana, maka peneliti dapat mengumpulkan data-data penelitian yang merupakan informasi hasil penelitian seperti yang disajikan dalam hal penelitian diatas. Metode variasi passing bawah melalui pendekatan permainan pada pembelajaran passing bawah permainan bola voli pada penelitian tindakan kelas ini telah memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan keterampilan siswa melakukan passing bawah pada permainan bola voli. Informasi yang diperoleh dari pengamatan penelitian terhadap keterampilan passing bawah siswa selama pembelajaran dan tes keterampilan, para siswa masih ragu-ragu dalam melakukan gerakan dan takut dengan bola, lemahnya teknik passing bawah sehingga bola tidak memantul atau melenceng dan kesan yang disampaikan siswa kurang.

Tindakan penelitian yang disajikan pada siklus pertama yang disajikan dalam 3 kali pertemuan yang dilaksanakan dalam jam pelajaran penjaskes, ternyata belum memberikan dampak yang meningkatkan keterampilan siswa melakukan passing bawah bola voli. Kendala-kendala yang muncul dalam proses pembelajaran yang dilakukan dengan lembar observasi siswa: siswa masih belum serius melakukan gerakan, masih belum tertib seperti masih ada yang telat atau kurang tertib pada saat berada dibarisan dan perkenaan bola saat memasing masih bengkok. Kemauan dan keberanian muncul

ketika guru memberikan motivasi dan menjelaskan lagi tentang variasi pendekatan permainan bola voli. Pemberian motivasi siswa masih kurang dan mengatur siswa dalam berkelompok masih kurang namun Meskipun belum menunjukkan hasil memuaskan. Pada siklus pertama terjadi peningkatan keterampilan passing bawah bola voli. Siklus pertama jumlah siswa yang tuntas 21 orang atau 66% dan yang belum tuntas 11 orang atau 34%. Sedangkan pada siklus kedua jumlah siswa yang tuntas 28 orang atau 87.5% dan yang belum tuntas 4 orang atau 12.5%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut: Perbandingan ketuntasan Hasil Belajar Tes Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Pada Kondisi Awal jumlah ketuntasan siswa, jumlah siswa yang tuntas 15 orang atau 46% sedangkan yang belum tuntas 17 orang atau 53% sedangkan pada siklus I jumlah siswa yang tuntas mencapai 21 orang atau 66% sedangkan yang belum tuntas 11 orang atau 34% sedangkan pada siklus II jumlah siswa yang tuntas mencapai 28 orang atau 87.5% dan yang belum tuntas 4 orang atau 12.5%. Maka dari hasil diatas bisa dikatakan bahwa perbandingan ketuntasan belajar siswa dapat meningkatkan keterampilan passing bawah. Sedangkan presentase KKM pembelajaran 75% maka penelitian ini dapat dikatakan sudah berhasil karena sudah mencapai target ketuntasan yang direncanakan yaitu mencapai 85% pembelajaran dan disimpulkan bahwa metode variasi passing bawah melalui pendekatan permainan dapat meningkatkan keterampilan passing bawah siswa dalam pembelajaran penjas kesiswa kelas VII SMP Negeri 5 Palibelo.

DAFTAR PUSTAKA

- Sujarno, dkk. (2013). Pemanfaatan Permainan Tradisional Dalam Pembentukan Karakter Anak. Yogyakarta: Balai Pelestarian Nilai Budaya (BNPB) Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Susworo, Agus & Fitriani. (2008). Pemahaman Peserta Pembekalan Guru Kelas/Agama Dalam Mata Pelajaran Penjas Terhadap Pendidikan Jasmani SD DI Daerah Ostimewa Yogyakarta (DIY). Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Nomor 1 tahun 2008). Hlm 2 dan 13.
- Sugihartono, dkk. (2012). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press. Sugiyono. (2005). Metode Penelitian Adminitrasi. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2008). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods). Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). Memahami Penelitian Kualitatis. Bandung: Alfabeta.
- Suharsini Arikunto, S. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1991). Permainan dan Metodik. Jakarta: Depdikbud. Sukintaka. 1992. Teori Bermain. Jakarta: Depdikbud.
- Sukintaka. (2001). Teori Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Esa Grafika Solo.
- Sukirman. Dharmamulya, Dkk. (2008). Permainan Tradisional. Yogyakarta: Kepel Press.
- Sutrisno Hadi. (1991). Analisis Butir untuk Instrumen Angket, Tes, dan Skala Nilai dengan BASICA. Yogyakarta: Andi Offset.

Taufik Dwi Saputro. (2012). Pemahaman Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Permainan Tradisional di SD Negeri Bagus Kecamatan Selopampang Kabupaten Temanggung. Penerbit: FIK UNY.

Wawan S. Suherman. (2004). Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani: Teori dan Praktik Pengembangan. Yogyakarta: FIK UNY.