Jurnal Sport-Mu Pendidikan Olahraga UM Jember **Vol.1 No.1 Januari 2019**
e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

Upaya Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VI SDN 03 Mayang

Aditya Anggi Febriyanto [1], Rizki Apriliyanto [2], Bahtiar Hari Hardovi[3]

Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jalan Karimata No. 49 Jember, Jawa Timur, 68121, Indonesia

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui metode bermain pada siswa kelas VI SDN 03 Mayang. Adapun jenis penelitian ini adalah PTK (penelitian tindakan kelas). Subjek penelitian ini berjumlah 10 orang. Imstrumen penelitian yang digunakan adalah penilaian rubrik kerja passing bawah bolavoli. Dari hasil penelitian dan analisis data, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningktana hasil belajar passing bawah bola voli melalui metode bermain pada siswa kelas VI SDN 03 Mayang dengan persentase ketuntasan klasikal pada siklus I sebanyak 5 siswa atau sebesar 50%, pada siklus II yang sebanyak 8 orang siswa atau sebesar 80%

Kata Kunci : *passing* bawah, bolavoli, metode bermain

Abstract

The purpose of this study was to determine the improvement of volleyball bottom passing learning outcomes through the playing method for sixth grade students at SDN 03 Mayang. The type of this research is CAR (classroom action research). The subjects of this study amounted to 10 people. The research instrument used is the assessment of the volleyball bottom passing work rubric. From the results of research and data analysis, it can be concluded that there is an improvement in the results of learning volleyball underpassing through the playing method for class VI students of SDN 03 Mayang with a percentage of classical completeness in the first cycle of 5 students or 50%, in the second cycle which as many as 8 students or by 80%

Keywords: *down passing, volleyball, playing method*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, dengan berolahraga akan dapat menjadikan manusia yang kuat, disiplin dan mengangkat harkat, martabat bangsa dan menjadikan sebagai salah satu bagian dari pembangunan nasional. Salah satu bidang pembangunan yang ingin dicapai oleh bangsa Indonesia adalah munculnya prestasi-prestasi nasional diberbagai cabang

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

olahraga. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilandasi Undang- Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 18 ayat 4 menjelaskan bahwa : “Olahraga pendidikan pada jalur pendidikan formal dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan”.

Salah satu bentuk kegiatan olahraga pendidikan di jenjang pendidikan pada tingkat SD adalah pendidikan olahraga bolavoli. Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda tentang jumlah pemain, jenis ukuran lapangan, angka kemenangan yang digunakan, untuk keperluan tertentu. Namun pada hakekatnya permainan bolavoli bermaksud menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminatinya. Dalam permainan bolavoli terhadap beberapa teknik, merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bolavoli agar dapat bemain bolavoli dengan baik. teknik dasar permainan bolavoli tersebut meliputi : 1) servis, 2) *Passing* (bawah atau *passing* atas, 3) *block*, 4) *smash*. Dari kelima teknik tersebut yang menjadi fokus perhatian dalam sampel ini adalah teknik *passing* bawah.

Passing bawah adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan dilapangan sendiri, di samping itu juga, *passing* bawah sangat berperan untuk mendukung penyerangan atau *smash*. *Passing* bawah dipengaruhi oleh faktor tingkat penguasaan teknik, dan koordinasi gerakan yang tepat sesuai dengan tahap gerakan yang benar, dalam hal ini siswa harus menguasai teknik dasar *passing* bawah dengan baik sesuai dengan tahap-tahap gerakan, mulai dari teknik awalan, sikap pelaksanaan serta teknik gerak lanjutan atau *follow throw* sesuai dengan materi yang telah diberikan oleh guru.

Untuk dapat memahami teknik *passing* bawah bolavoli yang benar, guru dapat menggunakan suatu metode dalam mengajar agar ilmu yang diketahui dapat ditransferkan kepada seluruh siswa. Banyak metode yang dapat digunakan oleh guru,

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

seperti metode resiprokal, metode berpasangan, metode berkelompok, metode bermain serta metode demonstrasi dan lain-lain.

Dari banyaknya metode yang dapat digunakan oleh guru, salah satu metode yang sesuai dengan karakteristik siswa SD adalah metode bermain, metode bermain merupakan cara mengajar dimana seorang guru menunjukkan, memperlihatkan sesuatu proses sehingga para siswa dapat melihat, mengamati, mendengar, secara langsung bagaimana proses pelaksanaan teknik *passing* bawah baik dalam melakukan teknik *passing* bawah. Selain itu, guru belum pernah menggunakan metode bermain ini untuk menjelaskan teknik *passing* bawah bolavoli, sehingga siswa belum mengetahui bagaimana melakukan teknik *passing* bawah yang tepat dan benar, terlihat saat siswa menerima bola yang di servis, siswa belum dapat menerima bola tersebut dengan menggunakan *passing* bawah, dan bola yang di *passing* bawah terlalu dekat di net atau bola yang di*passing*kan terlalu rendah serta terkadang hasil *passing* bawah siswa tidak tepat mengarah kepada kawan yang dioper. Kemudian masih ada siswa yang belum lulus nilai KKM yang telah ditetapkan oleh guru di dalam RPP sebesar 75.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti terdorong untuk meneliti dan mengetahui tentang adakah ”Upaya Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas VI SDN 03 Mayang”.

METODE

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas, yaitu penelitian yang dilakukan dalam kelas dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dengan metode bermain. Prosedur penelitian menguraikan tahapan dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas nantinya. Pelaksanaan penelitian harus mengacu pada tahap yang telah ditentukan hingga menemukan hasil yang di inginkan peneliti. Tahap pelaksanaan harus dilakukan secara berurutan. Prosedur penelitian menjadi pedoman bagi peneliti untuk melakukan penelitian sebagai tindakan langkah-langkah dalam mengambil data. Dilaksanakan 2 siklus tahapannya meliputi : Studi pendahuluan, Perencanaan, Pelaksanaan, Observasi, dan Refleksi. Data dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu siswa kelas VI SDN 03 Mayang dan sumber data dalam penelitian tindakan kelas ini terdiri dari observasi dan pengukuran atau tes.

https://doi.org/10.29407/xxxxx

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

Subjek penelitian adalah siswa Sekolah Dasar SDN 03 Mayang kelas VI dengan jumlah 10 orang. Lokasi penelitian berada di SDN 03 Mayang dengan alamat Dusun Tegal Gusi Desa Mayang. Memilih SDN 03 Mayang karena peneliti sebagai pendidik sendiri di sekolah tersebut. Selain itu SDN 03 Mayang belum pernah berprestasi dalam dunia pervolian tingkat Kecamatan maupun 25 Kabupaten. Karena itu peneliti ingin memajukan SDN 03 Mayang lewat prestasi bola voli.

Untuk mengetahui peningkatan *passing* bawah, penulis menggunakan tes unjuk kerja *passing* bawah. Setelah didapatkan skor masing-masing siswa, selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$Nilai = \frac{Jumlah\ Skor\ yang\ Diperoleh}{Jumlah\ Skor\ Maksimal} x\ 100\%$$

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai KKM sebesar 75. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu melakukan *passing* bawah dengan benar dengan nilai minimal 75 maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

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

p = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pembelajaran dalam penelitian ini diawali dengan guru memberikan apersepsi tentang *passing* bawah bolavoli. Hal ini dilakukan agar mempermudahkan dalam pembelajaran. Kemudian guru menerangkan terlebih dahulu bentuk dari gerakan *passing* bawah bolavoli agar siswa mengetahui bagian dari *passing* bawah bolavoli itu sendiri. Setelah selesai, guru membagi siswa ke dalam beberapa kelompok kecil menurut jumlah siswa yang diperlukan.

Saat guru menjelaskan teknik *passing* bawah bolavoli, siswa memperhatikan dengan seksama apa yang dijelaskan oleh guru yaitu tentang teknik *passing* bawah

https://doi.org/10.29407/xxxxx

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

bola voli. Guru menjelaskan pada siswa tahap-tahap melakukan keterampilan *passing* bawah bola voli yang benar, kemudian guru memberikan tanggapan atau klarifikasi sekiranya terdapat salah pemahaman terhadap persepsi siswa dalam proses belajar *passing* bawah bola voli. Selanjutnya melakukan passing bawah antar kelompok siswa (5 lawan 5) secara berjajar, kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan di lapangan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi (dengan game point 10). Setelah itu guru mengadakan evaluasi keterampilan passing bawah bola voli, dan diakhiri dengan melakukan pendinginan setelah praktik olahraga.

Tahap selanjutnya adalah pengamatan. Pengamatan dilaksanakan ketika proses pembelajaran berlangsung. Dari hasil pengamatan tersebut, bahwa hasil penerapan metode bermain pada siklus I menunjukkan bahwa pada kategori sangat kompeten tidak ada, pada kategori kompeten diperoleh 5 orang siswa atau sebesar 50%, pada kategori cukup kompeten diperoleh 3 orang siswa atau sebesar 30%, pada kategori kurang kompeten diperoleh 2 orang siswa atau sebesar 20% dan pada kategori “tidak kompeten” tidak ada. Kemudian diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus I, yakni 73.93 atau 31 dalam kategori “cukup kompeten”. Namun ketuntasan klasikal belum tercapai, yaitu 80% siswa harus tuntas atau memiliki nilai di atas nilai KKM yang telah ditetapkan. Ketuntasan yang baru dicapai pada siklus I adalah sebesar 50%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Pada Siswa kelas VI SDN 03 Mayang Pada Siklus I

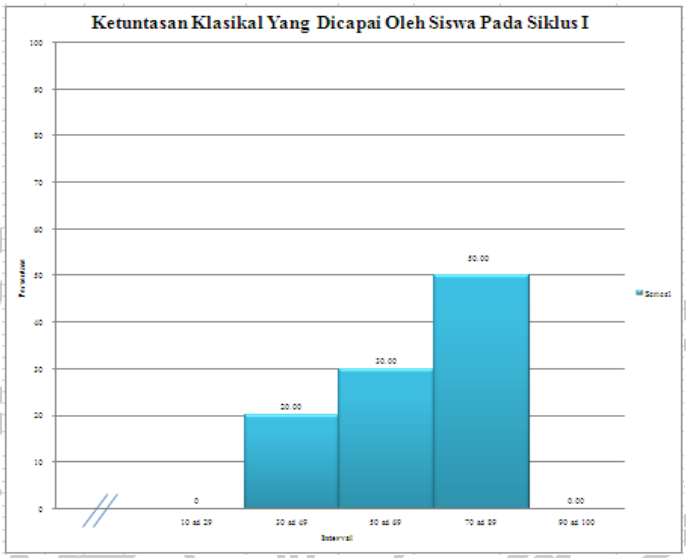
No	Interval	Kategori	Jumlah	Presentase
1	90 sd 100	Sangat Kompeten	0	0%
2	70 sd 89	Kompeten	5	50%
3	50 sd 69	Cukup Kompeten	3	30%
4	30 sd 49	Kurang Kompeten	2	20%
5	10 sd 29	Tidak Kompeten	0	0%
Jumlah			10	100%
Rata-rata			73.93	
Kategori			Kompeten	

Berdasarkan di atas, maka dapat dikatakan bahwa nilai rata-rata siswa saat melakukan keterampilan *passing* bawah bolavoli siswa kelas VI SDN 03 Mayang tergolong dengan kompeten dengan diterapkannya metode bermain, namun hanya saja belum mencapai ketuntasan klasikal sebesar 80%. Sehingga indikator keberhasilan

https://doi.org/10.29407/xxxxx

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

yang telah dicapai oleh 10 orang siswa pada siklus I hanya mencapai 5 orang atau sebesar 50%, ini dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Gambar 1. Ketuntasan Klasikal Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Pada Siswa kelas V SDN 03 Mayang Pada Siklus I

Diketahui bahwa indikator keberhasilan yang tercapai pada siklus I adalah 50%. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa indikator keberhasilan belum tercapai yaitu kurang dari 80% siswa memperoleh nilai minimal 75. Sehingga Penelitian Tindakan Kelas ini dilanjutkan pada siklus kedua untuk memperbaiki hasil belajar *passing* bawah bolavoli siswa agar menjadi lebih baik lagi.

Hasil penerapan metode bermain pada siklus II menunjukkan bahwa pada kategori sangat kompeten tidak ada, pada kategori kompeten diperoleh 8 orang siswa atau sebesar 80%, pada kategori cukup kompeten diperoleh 2 orang siswa atau sebesar 20%, pada kategori kurang kompeten tidak ada dan pada kategori “tidak kompeten” tidak ada. Kemudian diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus II, yakni 81.07 atau dalam kategori “kompeten”. Sehingga ketuntasan klasikal sudah tercapai, yaitu 80% siswa sudah memiliki nilai di atas nilai KKM yang telah ditetapkan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

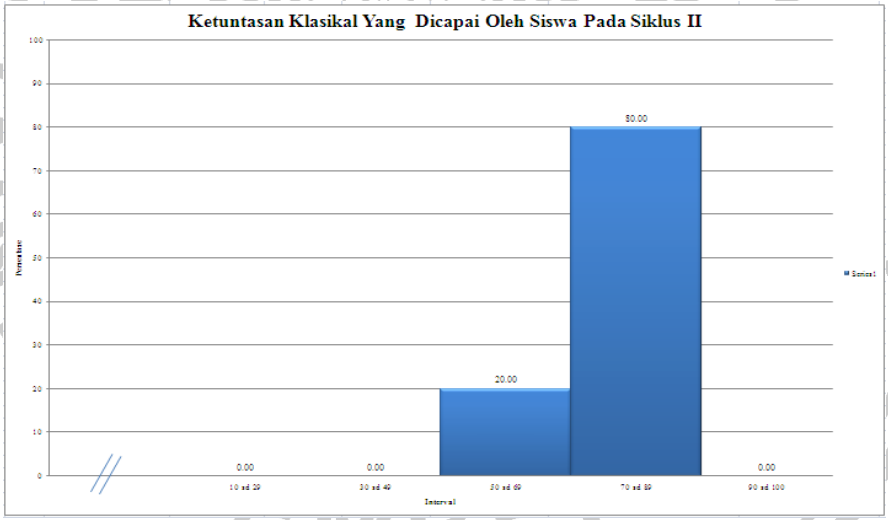
https://doi.org/10.29407/xxxxx

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

Tabel 2. Analisis Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Pada Siswa kelas VI SDN 03 Mayang Pada Siklus I

No	Interval	Kategori	Jumlah	Presentase
1	90 sd 100	Sangat Kompeten	0	0%
2	70 sd 89	Kompeten	8	80%
3	50 sd 69	Cukup Kompeten	2	20%
4	30 sd 49	Kurang Kompeten	0	0%
5	10 sd 29	Tidak Kompeten	0	0%
Jumlah			10	100%
Rata-rata			81.07	
Kategori			Kompeten	

Berdasarkan di atas, maka dapat dikatakan bahwa nilai rata-rata siswa saat melakukan keterampilan *passing* bawah bolavoli siswa kelas VI SDN 03 Mayang tergolong dengan kompeten dengan diterapkannya metode bermain, sehingga ketuntasan klasikal sebesar 80% sudah tercapai. Indikator keberhasilan yang telah dicapai oleh siswa pada siklus II mencapai 8 orang atau sebesar 80%, ini dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Grafik 2. Ketuntasan Klasikal Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Pada Siswa kelas VI SDN 03 Mayang Pada Siklus II

Diketahui bahwa indikator keberhasilan yang tercapai pada siklus II adalah 80%. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa indikator keberhasilan sudah tercapai yaitu lebih dari 80% siswa memperoleh nilai minimal 80. Sehingga Penelitian Tindakan Kelas ini tidak perlu lagi dilanjutkan pada siklus berikutnya.

https://doi.org/10.29407/xxxxx

e-ISSN : Dalam Pengajuan
p-ISSN : 2716-1900

Berdasarkan analisis data pada penelitian ini diketahui bahwa ketuntasan hasil belajar telah dicapai oleh siswa pada sekali pengulangan materi pembelajaran. Kemampuan gerakan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan metode bermain pada siswa kelas VI SDN 03 Mayang dapat dikatakan meningkat dengan rata-rata keterampilan siswa pada saat siklus I dengan kategori kompoeten dengan rata-rata nila yang dicapai siswa 73,93, dengan nilai ketuntasan klasikal yang dicapai hanya sebesar 50% dari total siswa, sedangkan pada siklus II rata-rata nilai yang dicpai siswa 81,07%, dengan nilai ketuntasan klasikal yang dicapai sebesar 80% dari total siswa sudah mendapatkan nilai di atas 75, sehingga siswa telah dinyatakan lulus.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan metode bermain maka keterampilan gerakan *passing* bawah bolavoli siswa dapat ditingkatkan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan contoh bagi penerapan metode bermain untuk materi yang lain.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dipahami bahwa metode bermain terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* bawah bola voli siswa menjadxi lebih baik dari sebelumnya, sehingga metode ini dapat juga digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi belajar teknik keterampilan bola voli yang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dipahami bahwa metode bermain terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* bawah bola voli siswa menjadxi lebih baik dari sebelumnya, sehingga metode ini dapat juga digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi belajar teknik keterampilan bola voli yang lain.

KUTIPAN DAN REFERENSI

Arikunto, S. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas.* Jakarta: Bumi Aksara. Barbara L, V. (2004). *Bolavoli Tingkat Pemula*. PT Raja Grafindo Persada. Beautelstahl, D. (2013). *Belajar Bermain* Bola *Volley*. Bandung: Pionir Jaya.

Hakim. (2012). Analisis Kemampuan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa SMA Cokraminoto Tamalanrea Makassar (Ditinjau Kekuatan Lengan, Kekuatan Tungkai dan Koordinasi Mata-Tangan. *Jurnal Competitor*, *3*(4).

Hidayat, W. (2017). *Buku Pintar Bolavoli*.Jakarta: Anugrah.

Husdarta, J.S. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Bandung: Alfabeta.

Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Penjasorkes Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.* Bandung: Alfabeta

Muin, Abd. (2013). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan *Service* Atas Bolavoli, *Jurnal Penelitian Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Unesa*, *13*(1).

Nurcahyono, H, F. (2014). Hubungan Antara Konsentrasi Siswa Dengan Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli (Studi Pada Siswa Kelas X Jurusan Administrasi Perkantoran SMK Negeri 1 Boyolangu Tulungagung Tahun Ajaran 2012/2013). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, *2*(1).

Prasetyo, K. (2016). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Jurnal Scholaria*, *6* (3), 196-205.

Rosdiani, D. (2013). *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Rosdiani, D. (2015). *Kurikulum Pendidikan Jasmani.* Bandung: Alfabeta.

Riska, B U. (2013). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Kecepatan Reaksi, Dan Kelincahan Terhadap *Passing* Bawah Pada Permainan Bolavoli (Studi Pada Atlet Bolavoli Putera Universitas Negeri Surabaya), *Jurnal Penelitian Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Unesa*, *13*(1).