

MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI MELALUI MEDIA PEMBELAJARAN ALAT BANTU PADA SISWA KELAS VIII A DI MTS NEGERI 3 SUKABUMI

Annisa Fitriani¹, Firman Maulana²

¹Mahasiswa Program Studi PJKR FKIP UMMI

²Dosen Program Studi PJKR FKIP UMMI

anfytirisafani12@gmail.com, firmanmaulana@ummi.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan *passing* bawah bolavoli melalui media pembelajaran alat bantu pada siswa MTs Negeri 3 Sukabumi. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). populasi penelitian ini merupakan siswa kelas VIII A MTs Negeri 3 Sukabumi, yang berjumlah 36 siswa. Berdasarkan hasil pengamatan observasi terjadi peningkatan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan media alat bantu untuk siklus I dan II, dari hasil penelitian terdapat proses peningkatan dari setiap siklus.

Dari hasil tesnya terdapat jumlah hasil keseluruhan dari 36 siswa dengan jumlah 2.856 dan hasil rata-rata yang didapat 79.333 dari hasil yang didapatkan mendapatkan respon bagi peneliti karena perubahan yang didapatkan dari pertemuan ke pertemuan sangat meningkat.

Kata Kunci: Media Alat bantu, keterampilan *passing* bawah, hasil belajar siswa

Abstract: This research aims to know the skills passing down volleyball through the media learning tools in the MTs Student Affairs 3 Sukabumi. This research uses research methods class action (PTK). This research population is grade VIII A MTs Country 3 Sukabumi, totalling 36 students. Based on the results of observation increase passing down volleyball using the media tools for cycles I and II, of the results of the research there is a process of improvement of each cycle. From the results of the test there is a number of the overall results of the 36 students with a total of 2,856 and the average results obtained 79,333 from the results obtained response for researchers because changes derived from meeting to meeting very increased.

Keywords: Media tools, skills passing below, the results of student learning.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani yaitu proses pendidikan yang dilakukan menggunakan aktivitas fisik dan kesehatan untuk meningkatkan atau menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, dan diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan untuk dapat tercapainya tujuan pendidikan secara umum, tujuan pendidikan nasional, maupun tujuan kurikuler, misalnya baik dalam hal fisik, mental, dan maupun emosional.

Permainan bolavoli ialah suatu permainan yang termasuk kedalam salah satu permainan bola besar, permainan bola voli dilakukan beregu. Setiap regu harus berada pada satu petak lapangan permainan masing-masing dan di batasi oleh net. Masing masing regu yang bermain di lapangan adalah enam orang setiap satu tim, biasanya ada yang menjadi cadangan empat orang, batas maksimal pemain satiap tim yaitu 10 orang.

Salah satu teknik yang sangat mendasar dalam permainan bolavoli yang harus dikuasai yaitu *passing* bawah, karena apabila siswa tidak dapat melakukan *passing* bawah maka permainan bolavoli tidak akan berjalan dengan lancar seperti yang biasa di lihat ataupun di harapkan.

Dan didalam pembelajaran pendidikan jasmani guru harus menguasai materi yang akan di jelaskan kepada siswa agar saat ada siswa yang bertanya mengenai materi tersebut guru dapat menjawab pertanyaan dari siswa tersebut dengan baik. Seperti yang terjadi di sekolah MTs (Madrasah Tsanawiyah) Negeri 3 Sukabumi, masih banyak siswa yang tidak dapat melakukan *passing* bawah dengan baik atau tidak menguasai teknik dasar dalam melakukan *passing* bawah, dan sebagian siswa ada yang melakukan *passing* bawah dengan asal-asalan, posisi tubuh saat melakukan *passing* bawah kurang benar, dan lainnya.

Seharusnya siswa dapat melakukan *passing* bawah, hal yang utama dalam permainan bolavoli adalah *passing*, banyak siswa yang kurang dalam melakukan *passing*, siswa diberikan jarak saling berhadapan ada yang dapat sampai kepada temannya apabila melakukan *passing* bawah dan banyak yang tidak sampai kepada temannya.

Dari pernyataan yang sudah dijelaskan di atas maksud dari media pembelajaran alat bantu ini menuntut agar siswa mampu melakukan apa yang telah direncanakan oleh guru yaitu melalui proses media pembelajaran alat bantu sebagai hasil meningkatkan belajar siswa. Melihat bahwa siswa belum dapat melakukan teknik *passing* bawah dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli di MTs Negeri 3 Sukabumi pada siswa kelas VIII A (Delapan), dengan media ini siswa diharapkan dapat termotivasi untuk melakukan gerakan teknik dasar *passing* bawah dengan benar dalam pembelajaran bolavoli.

Untuk mencapai tujuan umum penelitian, yang terfokus pada penerapan pembelajaran bolavoli dalam gerakan *passing bawah*, maka dirumuskan tujuan operasional yang sifatnya lebih spesifik. Tujuan operasional tersebut, yaitu: Ingin mengetahui media pembelajaran alat bantu dapat meningkatkan keterampilan *passing bawah* bolavoli pada siswa kelas VIII A di MTs Negeri 3 Sukabumi.

TINJAUAN PUSTAKA

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi adanya guru dan siswa yang saling bertukar informasi. Pengertian pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik yang menggunakan media dan metode tertentu untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Belajar gerak pada umumnya bertujuan untuk mendapatkan tahanan gerak yang paling sempurna, dan tentunya hal tersebut tidak biasa didapatkan secara instan, karena untuk mencapai gerak yang sempurna dibutuhkan suatu rangkaian atau urutan gerak yang teratur, cepat, tepat, dan baik.

(Singer dalam Yusup Hidayat, 2010: 25) mengartikan keterampilan sebagai derajat keberhasilan dalam mencapai tujuan dengan efektif dan efisien. Istilah keterampilan diartikan pula sebagai kemampuan prosedural tentang cara menampilkan suatu tugas gerak tertentu yang terentang dari tingkat yang paling sederhana sampai paling kompleks (Anderson dalam Yusup Hidayat, 2010: 25). Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut (George dalam Yusup Hidayat, 2010: 25).

Teknik *passing* bawah merupakan teknik untuk penerimaan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan. Teknik *passing* bawah merupakan satu-satunya cara untuk menerima servis yang sulit atau serangan lawan, karena dengan *passing* bawah setiap tim atau regu masih memilih kesempatan mengarahkan bola sesuai kehendaknya dalam Nurlita Rohmah (2015: 13). Penelitian Tindak Kelas (PTK) pada dasarnya merupakan kegiatan nyata yang dilakukan guru dalam rangka memperbaiki mutu pembelajaran kelasnya. Penelitian tindakan kelas berasal dari bahasa Inggris *classroom Action Rearch*, yang berarti penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut (Kardiawarman dalam Paizaluddin & Ermalinda, 2014: 6).

Dikarenakan ada tiga kata membentuk pengertian tersebut, maka ketiga kata tersebut dapat diterangkan sebagai berikut:

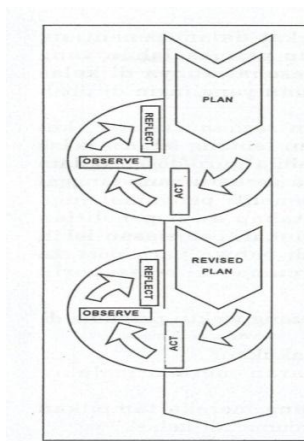
- a. **Penelitian** – kegiatan mencermati suatu objek menggunakan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti.
- b. **Tindakan** – suatu kegiatan gerak yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang didalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan.
- c. **Kelas** – sekelompok siswa yang dalam waktu yang sama, menerima pelajaran yang sama dari guru yang sama pula. (Suharsimi dalam Paizaluddin & Ermalinda , 2014: 9).

Mills dalam Heru, 2016: 7) mendefinisikan kembali penelitian tindakan sebagai berikut:

Action research designs are systematic procedures done by teachers (or other individuals in an educational setting) to gather information about, and subsequently improve, the ways their particular educational setting operates, their teaching, and their student learning.

METODE PENELITIAN

Dalam metode penelitian ini peneliti menggunakan penelitian tindakan kelas, peneliti menggunakan metode spiral Kemmis dan Taggart. Metode Kemmis dan Taggart terdiri dari dua siklus, dari tiap siklus menggunakan empat komponen tindakan yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi dalam suatu spiral yang saling terkait. Penelitian ini dilakukan di MTs Negeri 3 Sukabumi. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2018. Subjek penelitian adalah sumber data dalam penelitian, bisa berupa orang, tempat, maupun simbol. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII A MTs Negeri 3 Sukabumi tahun ajaran 2018/ 2019 yang berjumlah 36 siswa. Objek penelitian ini adalah peningkatan keterampilan *passing* bawah bolavoli yang melalui media alat bantu.



Gambar 1. Model Spiral Kemmis dan Taggart (Rochiarti Wiraatmadja, 2009)

Pada gambar di atas model spiral penelitian tindakan menurut Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart mengemukakan bahwa secara garis besar dalam penelitian tindakan terdapat 1) perencanaan, 2) pelaksanaan, 3) pengamatan, dan 4) refleksi, dan perencanaan kembali merupakan dasar untuk suatu rancangan pemecahan permasalahan. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil model menurut Kemmis dan Taggart karena dalam model tersebut dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional dan tindakan – tindakan mereka dalam melaksanakan tugas sehari, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktek - praktek pembelajaran tersebut dilakukan. Untuk mewujudkan tujuan – tujuan tersebut, penelitian tindakan kelas

dilaksanakan dalam proses berdaur (*cyclical*) yang terdiri dari empat tahapan; *planning, action, observation/evaluation and reflection*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

a. Hasil Pengamatan kelas terhadap Guru

Berdasarkan hasil observasi pengamatan kelas terhadap guru di lapangan selama proses pembelajaran berlangsung maka dapat diperoleh skor rata-rata pada pertemuan pertama 1.92, dilanjut ke pertemuan ke-2 skor rata-rata 2.32, lanjut pertemuan ke-3 skor rata-rata yang diperoleh 2.53, dan pertemuan ke-4 skor rata-rata 2.71 sehingga pelaksanaan berlangsung dengan sangat baik.

Tabel 1 Hasil Penilaian Lembar Observasi Guru

NO	ASPEK YANG DIAMATI	SIKLUS I		SIKLUS II	
		P1	P2	P3	P4
1	Menarik perhatian	2	2	3	3
2	Menimbulkan motivasi	2	3	2	3
3	Memberi acuan	1	2	2	3
4	Menunjukkan bahan	2	3	2	3
5	Meninjau kembali	1	2	2	3
6	Mengevaluasi	2	3	3	3
7	Ketepatan strategi dengan tujuan pembelajaran	3	3	2	3
8	Kesesuaian strategi dalam langkah-langkah pembelajaran	2	2	3	3
9	Orientasi dan motivasi	2	3	3	2
10	Bahasa (sederhana & jelas)	2	3	2	3
11	Pemberian contoh	3	3	3	4
12	Sistematika penjelasan	3	2	2	2
13	Variasi dalam penyampaian	1	3	4	3
14	Posisi guru	2	3	2	2
15	Pola interaksi	2	2	3	3
16	Suara	2	2	2	2
17	Mengarahkan perhatian siswa	1	1	2	3
18	Kontak mata	3	2	3	3
19	Ekspresi roman muka	2	1	3	2
20	Posisi guru	3	2	3	3
21	Pola interaksi	1	3	2	3
22	Ketetapan memilih media dengan tujuan pembelajaran	1	2	2	2
23	Penguasaan teknik penggunaan media	1	2	2	2
24	Pertanyaan yang jelas dan konkrit	2	2	2	2
25	Pertanyaan memberikan waktu berpikir	2	3	3	3
26	Penguatan verbal	3	2	3	3
27	Penguatan nonverbal	1	2	3	2
28	Variasi penguatan	2	2	3	3
JUMLAH		54	65	71	76
RATA-RATA		1.92	2.32	2.53	2.71

b. Hasil Pengamatan Kelas Terhadap Siswa oleh Kolabolator

Berdasarkan hasil observasi pembelajaran melalui media pembelajaran alat bantu terhadap siswa selama proses pembelajaran berlangsung maka dapat diperoleh skor rata-rata pada pertemuan pertama terdapat skor 2.2, pertemuan ke-2 terdapat skor rata-rata 2.93, pada pertemuan ke-3 terdapat skor rata-rata 3.46, dan dipertemuan ke-4

meningkat skor rata-rata yang diperoleh 3.8, sehingga dapat diartikan siswa dalam melaksanakan pembelajaran mengalami peningkatan.

Tabel 2 Lembar Observasi Kelas Terhadap Siswa

NO	ASPEK YANG DIAMATI	SIKLUS I		SIKLUS II	
		P1	P2	P3	P4
1	Lima menit sebelum jam pelajaran siswa sudah ada di lapangan	2	2	3	4
2	Siswa baris di lapangan dengan tertib	2	3	3	4
3	Siswa berdoa dengan seksama	2	3	3	3
4	Siswa melakukan pemanasan dengan bersemangat		3	4	4
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan	2	2	3	4
6	Seluruh siswa melakukan stretching	2	3	4	4
7	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam proses pembelajaran	3	3	3	4
8	Siswa melakukan proses pembelajaran sesuai dengan intruksi guru	2	2	4	4
9	Siswa melakukan kegiatan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan	2	3	4	4
10	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa	2	3	3	3
11	Siswa dapat melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri	3	3	3	4
12	Siswa melakukan permainan bolavoli yang bersifat menyenangkan	3	4	4	4
13	Siswa melakukan evaluasi permainan bolavoli secara perorangan	1	3	3	3
14	Siswa melakukan penenangan dalam bentuk permainan yang menggembirakan	2	3	4	4
15	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran dan menyampaikan pendapatnya tentang materi pelajaran selanjutnya	2	4	4	4
JUMLAH		33	44	52	57
RATA-RATA		2.2	2.93	3.46	3.8

c. Hasil Keterampilan *Passing* bawah siswa

Tabel 3 Hasil Tes Instrumen Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli

No	Nama	Indikator			Jumlah	Hasil
		Gerakan Awal	Gerakan Pelaksanaan	Gerakan Lanjutan		
I	II	III	IV	V	VI	VII
1	Abdul Latip	5	4	4	13	76
2	Adji Pahlawan	4	5	5	14	82
3	Ai Komalasari	5	4	4	13	76
4	Akbar Supriyatn	5	5	3	13	82
5	Aryana Rival Fahreza	5	5	4	14	82
6	Defhan Ferdiansyah	5	4	5	14	82
7	Deni	4	3	4	11	64
8	Dias	4	5	4	13	76
9	Falahudin	6	6	4	16	94
10	Holidah Rokwan	6	6	4	16	94

11	Irwan Agus Supriyanto	5	5	5	15	88
12	Iseu Haerunnisa	6	5	5	16	94
13	Khoeru Tamam	6	5	4	15	88
14	M. Rully Faturrohman	4	5	2	11	64
15	Memmi Sumiyati	5	4	4	13	76
16	Midiyana	4	4	4	12	70
17	Mohamad Rival Chaidir	5	5	5	15	88
18	Muhammad Iqbal	4	3	4	11	64
19	Nadia Agustin	5	4	5	14	82
20	Nadira Permata Sandi	5	4	5	14	82
21	Naufal	5	6	5	16	94
22	Nayla Putri Alivia Salsabila	4	4	3	11	64
23	Nia Alhaptiani	4	5	3	12	70
24	Nuryaman	5	4	5	14	82
25	Rafli Achmad Ikramullah	5	4	5	14	82
26	Randy Setiawan	5	5	5	15	88
27	Ruslan	4	4	5	13	76
28	Sandi Ramdani	4	5	4	13	76
29	Shopia Azizah	5	4	5	14	82
30	Sigit Pasha Ardana Gunawan	5	3	4	12	70
31	Siti Kamila Napisya	5	5	4	14	82
32	Siti Reza Fitriani	5	4	4	13	76
33	Sri Suryani	4	5	4	13	76
34	Surya Aji Permana	5	4	4	13	76
35	Tiara Aryani	3	4	4	11	64
36	Tuti Indriani	6	5	5	16	94
Total						2.856
Jumlah Nilai Rata-rata						79.333

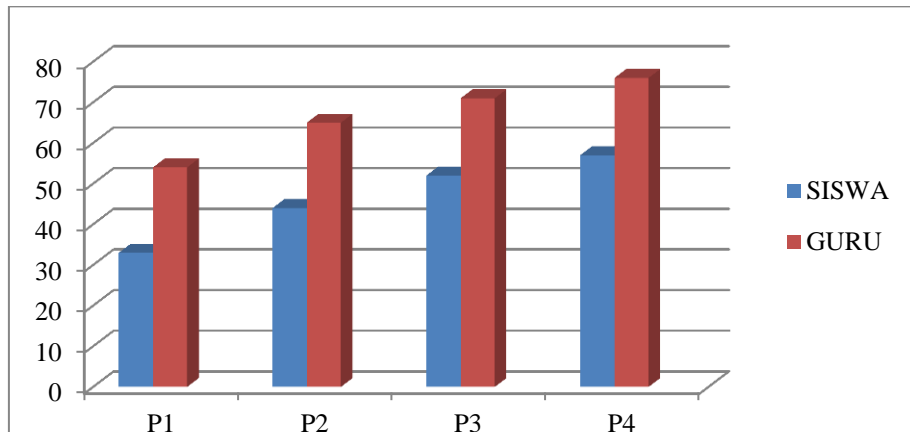
Dari hasil table di atas instrumen tes Keterampilan *passing* bawah bolavoli yang diambil dapat diartikan adanya perubahan siswa dalam melakukan gerakan keterampilan *passing* bawah yang benar, dari pertemuan pertama sampai pertemuan ke-4 banyak perubahan pada siswa dari gerakan awal, gerakan pelaksanaan, dan gerakan akhiran atau gerakan lanjutan dari yang awalnya kurang baik menjadi baik. Dari hasil tesnya terdapat jumlah hasil keseluruhan dari 36 siswa dengan jumlah 2.856 dan hasil rata-rata yang didapat 79.333 dari hasil yang didapatkan mendapatkan respon bagi peneliti karena perubahan yang didapatkan dari pertemuan ke pertemuan sangat meningkat.

2. Pembahasan

Secara keseluruhan untuk peningkatan nilai hasil pembelajaran keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas VIII A di MTs Negeri 3 Sukabumi dapat dilihat pada diagram dibawah ini:

Tabel 4 Hasil Observasi Terhadap Guru dan Observasi Terhadap Siswa

Aspek	SIKLUS I		SIKLUS II	
	P1	P2	P3	P4
Guru	54	65	71	76
Rata-rata	59.5		73.5	
Siswa	33	44	52	57
Rata-rata	38.5		54.5	



Gambar 2. Diagram Penilaian Observasi Terhadap Guru dan Observasi Terhadap Siswa

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan oleh kolabolator dan peneliti diperoleh kesimpulan bahwa besarnya peningkatan penilaian proses keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VIII A di MTs Negeri 3 Sukabumi meningkat dengan nilai rata-rata.

Sedangkan pada observasi kelas terhadap guru yang dinilai kolabolator pada siklus I dengan 2x pertemuan terdapat nilai rata-rata 59.5 dan terjadi peningkatan pada siklus II terdapat nilai rata-rata 73.5 maka ada peningkatan yang terjadi pada observasi kelas terhadap dosen di siklus I dan II. Pada observasi kelas terhadap siswa yang dinilai kolabolator pada siklus 1 dengan 2x pertemuan terdapat nilai rata-rata 38.5 dan terjadi peningkatan pada siklus II dengan nilai rata-rata 54.5 maka terdapat peningkatan yang terjadi pada observasi kelas terhadap siswa di siklus I dan II. Dengan demikian target dari pemberian tindakan ini terpenuhi dan hasilnya dapat dikatakan maksimal.

Dengan adanya media pembelajaran alat bantu, dapat membantu siswa mengatasi masalah-masalah yang sering terjadi pada siswa, suasana pembelajaran menjadi lebih aktif dan menarik dengan menggunakan media pembelajaran alat bantu. Hal ini terlihat dari antusias siswa dalam mengikuti pelajaran *passing* bawah bolavoli lebih bersemangat. Kondisi tersebut memudahkan guru untuk melakukan pengelolaan kelas sehingga hasil belajar menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Heru. (2017). *Peningkatan keterampilan passing atas bola voli dengan media pembelajaran alat bantu dalam pembelajaran bola voli pada siswa Kelas XI Smk Kiansantang Bandung*. Bandung.
- Hidayat, Yusup. (2010). *Psikologi Olahraga*. CV Bintang WarliArtika. Bandung.
- Paizaluddin, M.Pd.I., & Ermalinda, M.Hum. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas*. Alfabeta, cv. Bandung.
- Rohmah, Nurlita. (2015). *Pengaruh Kemampuan Dasar Passing bawah dengan bentuk bermain 3 lawan 3 yang mengikuti Ekstakurukuler Bola Voli di SMA Negeri 8 Yogyakarta*. Yogyakarta.
- Wiriaatmadja, Rochiati. (2009). *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. PT Remaja Rosdakarya. Bandung.