

UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASING BAWAH BOLA VOLI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS X MAN DEMAK

Indrianto Arif Ramadhana¹, Jeff Agung Perdana²
Dosen Universitas Palangka Raya
Jalan Yos Sudarso Palangka Raya, Kalimantan Tengah
Sur-el: indrianto@fkip.upr.ac.id¹, jperdana@fkip.upr.ac.id²

Article info

Article history:

Received: 04-12-2020

Revised : 18-12-2020

Accepted: 21-12-2020

ABSTRACT

Forearm pass is one of the materials that must be mastered by students of class X Senior High School. In fact, many students do not yet master and know forearm pass techniques. This research is a classroom action research (CAR) with two cycles. Each cycle consists of 4 stages, namely: planning, action, observation and reflection. Data collection was carried out using observations and questionnaires. Data were analyzed using Hake's Normalized Gain formula. From the results of the study it is known that the psychomotor domain of students increased by 0.42 with average criteria from cycle 1 to cycle 2. The affective domain increased by 0.37 with average criteria. The cognitive domain increased by 0.39 with average criteria. Based on the results of the data analysis, it can be concluded that learning forearm pass techniques with games method can improve student learning outcomes.

Keywords:

Forearm Pass,

Volleyball, Games,

Physical Education.

CAR

Kata Kunci:

Passing bawah, Bola

Voli, Permainan,

Pendidikan Jasmani,

PTK

Passing bawah merupakan salah satu materi yang harus dikuasai oleh siswa kelas X Sekolah Menengah Atas. Faktanya, banyak siswa yang belum menguasai dan mengetahui teknik passing bawah. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan dua siklus. Setiap siklus terdiri dari 4 tahap, yaitu: perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan pengamatan dan kuesioner. Data dianalisis menggunakan rumus Hake's Normalized Gain. Dari hasil penelitian diketahui bahwa aspek psikomotor siswa meningkat sebesar 0,42 dengan kriteria sedang dari siklus 1 ke siklus 2. Aspek afektif meningkat sebesar 0,37 dengan kriteria sedang. Aspek kognitif meningkat sebesar 0,39 dengan kriteria sedang. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa pembelajaran passing bawah menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat
Universitas Bina Darma.

1. PENDAHULUAN

Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembinaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Hal tersebut menunjukkan bahwa olahraga itu mungkin sama tuanya dengan keberadaan manusia itu sendiri. Salah satu standar kompetensi mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk kelas X semester 1 Sekolah Menengah Atas adalah “Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan permainan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya”. Salah satu kompetensi dasar sebagai penjabaran dari standar kompetensi tersebut di atas adalah (Nomor 1. 2) yang berisi, “Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai-nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran (Mendikbud, 2006: 16). Kompetensi dasar tersebut di atas merupakan kompetensi yang harus dimiliki dan dikuasai oleh siswa jenjang SMA dan sederajat dalam mata pelajaran penjas orkes.

Olahraga memiliki tujuan dan cara-cara yang berguna untuk meningkatkan kemampuan manusia dalam beradaptasi dengan alam dan lingkungan tempat tinggalnya. Berbagai macam olahraga populer yang digemari masyarakat, diantaranya adalah bola voli. Permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang memperebutkan poin untuk memperoleh kemenangan menjadi olahraga masyarakat yang populer setiap kalangan, terlebih dalam ranah pendidikan khususnya di sekolah menengah. Bola voli diajarkan di tataran tingkat SD sampai SMA dimana ada beberapa ketrampilan gerak yang harus dikuasai oleh siswa. Salah satu keterampilan gerak bola besar yang dipelajari dalam Pendidikan Jasmani adalah keterampilan gerak melalui permainan bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu yang disukai dan digemari setiap orang. Karena permainan bola voli termasuk olahraga yang menarik, menyenangkan dan tidak membutuhkan biaya dan tenaga yang besar, sehingga bisa dilakukan dengan mudah. Cukup membutuhkan beberapa teman, bola, net dan lahan kosong yang bisa dijadikan lapangan maka permainan bola voli bisa dilakukan.

Dalam melakukan permainan ini dibutuhkan beberapa ketrampilan teknik dasar yang harus dikuasai pemain, salah satunya adalah *passing* bawah. Teknik *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang sangat penting. Mengenai pentingnya *passing*, Nasin El-Kabumaini dan Anno D. Sanjari mengemukakan bahwa “teknik dasar *passing* dilatihkan guna membangun serangan dalam permainan bola voli, dan semangat diperlukan saat tim menghadapi

lawan yang kuat guna membangun defensif yang kuat buat tim”, (El-Kabumaini dan Anno, 2011: 33). Pendapat Nasin El-Kabumaini dan Anno D. Sanjari seperti dikemukakan di atas jelas menunjukkan bahwa teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli sangat penting. Pentingnya penguasaan teknik *passing* bola voli membawa konsekuensi bahwa teknik itu harus dipelajari oleh pemain sejak dini. Karena itu, para pemula atau pemain yang baru belajar bola voli harus mengawali belajarnya dengan teknik *passing*.

Penggunaan teknik *passing* merupakan modal dasar untuk bisa bermain bola voli karena *passing* dan umpan adalah pukulan bola pertama setelah bola itu berada dalam permainan akibat dari serangan, servis lawan, atau permainan net. Arah bola ditujukan kepada pengumpan atau penyerang regu. *Passing* lebih ditekankan untuk menerima dan mengoperkan bola kepada teman seregunya. Permainan bola voli bisa berlangsung walaupun hanya menggunakan teknik *passing* semata tanpa teknik smes maupun *block*.

Passing bawah merupakan salah satu sub bahan materi yang harus dikuasai oleh siswa kelas X Sekolah Menengah Atas. Idealnya mereka sudah paham dan setidaknya bisa melakukan salah satu tehnik dasar tersebut. Namun kenyataan dilapangan masih banyak siswa kelas X yang masih belum menguasai *passing* bawah, bahkan kebanyakan dari siswa masih belum paham tentang tehnik dasar tersebut. Melihat kondisi tersebut, mereka seharusnya dilakukan penekanan terhadap materi dasar dalam bermain bola voli. Pembelajaran dapat lebih difokuskan untuk penguasaan teknik *passing* bawah karena ini merupakan dasar permainan bola voli yang seyogyanya siswa kelas X sudah dapat menguasainya, selain itu *passing* dalam permainan bola voli cukup dominan, baik untuk mewujudkan serangan maupun bertahan. Sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar seperti dikemukakan di bagian depan, kemampuan dan keterampilan mempraktikkan teknik dasar *passing bawah* dalam permainan bola voli harus dimiliki dan dikuasai oleh siswa kelas X sekolah menengah atas setelah mereka mengikuti pembelajaran. Namun demikian, kemampuan siswa kelas X MAN Demak tahun ajaran 2017/2018 dalam mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah bola voli belum mencapai tujuan pembelajaran yang sudah ditentukan dan KKM yang sudah ditentukan oleh sekolah.

Proses pembelajaran bola voli di MA Negeri Demak dilakukan secara normal sesuai dengan acuan pelaksanaan pembelajaran, namun demikian saat peneliti melakukan observasi awal ternyata penulis menemukan fakta bahwa di MA Negeri Demak masih banyak siswa kelas X yang belum memiliki kemampuan dan keterampilan mempraktikkan *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan memperhatikan nilai-nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. Masih banyak siswa yang belum mampu mempraktikkan teknik dasar sesuai dengan tahapan teknik tersebut. Berdasarkan hasil observasi awal, penulis menemukan fakta bahwa di MAN Demak masih banyak siswa kelas X yang belum memiliki kemampuan dan keterampilan mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan memperhatikan

nilai-nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. Masih banyak siswa yang belum mampu mempraktikkan teknik dasar sesuai dengan tahapan teknik tersebut. Pada tahap permulaan, hampir semua siswa berdiri dengan kedua kaki terbuka, namun kaki tidak ditekuk dan badan tidak dicondongkan sedikit ke depan sehingga kaki susah digerakkan ke berbagai arah, dan membuatnya sulit menerima bola yang datang agak ke samping kiri atau kanan. Pada tahap pelaksanaan, masih banyak siswa yang mengayunkan kedua lengannya ke arah bola, namun tidak dengan sumbu gerak pada persendian bahu dengan siku-siku benar-benar lurus. Pada saat mengayun, tangan belum berpegangan. Perkenaan bola tidak pada bagian proksimal dari lengan pada bidang yang dibuat selebar mungkin saat lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan, ayunan lengan diangkat tidak sampai lurus sejajar dengan lantai. Pada gerakan lanjutan masih banyak siswa tidak melangkahkkan kaki belakang ke depan setelah ayunan mengenai bola untuk mengambil posisi siap memainkan bola kembali. Oleh karena itu, masih banyak siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang sudah ditentukan oleh sekolah.

Ketidakberhasilan pembelajaran ini merupakan suatu problema atau permasalahan yang tidak dapat dibiarkan, tetapi perlu dicari solusinya. Namun, untuk mencari solusi yang cepat dan tepat, permasalahan tersebut perlu dikaji dan dianalisis terlebih dahulu faktor-faktor penyebabnya. Dengan mengetahui faktor-faktor penyebabnya, solusi yang cepat dan tepat akan mudah ditemukan/ diketahui. Jika dilihat dari faktor internal (faktor fisik), siswa kelas X MAN Demak tahun ajaran 2017/2018 memiliki tinggi badan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik yang seharusnya, namun koordinasi gerak dan tehnik yang kurang benar membuat hasil gerakan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Selain itu siswa banyak yang mengeluh sakit pada saat perkenaan bola. Hal ini akan berakibat siswa merasa takut manakala dia harus mem-*passing* bola yang diterimanya/menghampirinya. Jika dilihat dari faktor internal (faktor psikis), mereka belum memiliki keberanian dan rasa percaya diri. Pada saat mereka belajar mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah terlihat kurang berani melakukannya. Siswa cenderung takut manakala mereka gagal melakukan pada kesempatan pertama. Hal ini sangat dipengaruhi dari pengkondisian gerak dan cara melakukan yang kurang benar sehingga kebanyakan dari mereka mengeluh sakit. Mereka seperti takut dengan besarnya dan beratnya bola. Sarana dan prasarana serta alat yang diperlukan dalam pembelajaran tersebut sangat kurang. Lapangan olahraga yang digunakan hanya memanfaatkan lapangan yang biasa digunakan untuk upacara bendera. Hal ini akan berdampak pada proses dan hasil pembelajaran. Menurut hasil observasi, dalam proses pembelajaran mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah permainan bola voli metode pembelajaran yang digunakan guru Penjaskes kelas X di MAN Demak tahun ajaran 2017/2018 sangat monoton yaitu hanya menggunakan metode komando.

Berdasarkan hasil analisis penyebab ketidakberhasilan pembelajaran mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas X MAN Demak, penulis mencoba memilih solusi yang cepat dan tepat untuk menyiasatinya adalah dengan cara memperbaiki proses pembelajaran melalui penelitian tindakan. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan ini, penulis menerapkan *treatment* pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain dalam pembelajaran mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa kelas X MAN Demak. Hal ini penulis lakukan berdasar pada pendapat Bahagia dan Sufyar Mujianto (2009) yang mengemukakan bahwa upaya untuk menyiasati permasalahan-permasalahan yang dikemukakan di atas tidak terlepas dari kemampuan guru untuk memodifikasi segala sesuatu yang berkaitan dengan proses pembelajaran dengan jalan mengurangi atau menambah tingkat kesulitan yang dihadapi siswa baik dalam hal alat bantu dan perlengkapan, karakteristik materi yang disesuaikan dengan keadaan siswa, lingkungan pembelajaran, serta cara evaluasi yang diberikan di akhir kegiatan kelas. Dari uraian yang telah dijelaskan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Upaya Peningkatan Hasil Belajar Pasing Bawah Bola Voli dengan Pendekatan Bermain pada Siswa Kelas X MAN Demak”.

Penelitian ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pandi Suwanto. Pandi Suwanto (2011) melakukan penelitian tindakan dengan menggunakan modifikasi bola dalam pembelajaran servis bawah pada siswa kelas IV dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Servis Bawah dengan Menggunakan Media Bola Modifikasi pada Permainan Bola Voli bagi Siswa Kelas IV SDN 3 Rajamandalawetan Bandung Barat”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut adalah penggunaan pendekatan bermain dan modifikasi bola dalam pembelajaran mempraktikkan teknik dasar *passing* bawah. Hal ini sejalan dengan konsep yang disampaikan Morgan dalam bukunya *Introduction of Psychology* yang dikutip oleh Atmowidjoyo (2007: 1) dimana konsep belajar adalah setiap perubahan perilaku yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Class Action Research*) dengan menggunakan metode bermain. Penelitian tindakan kelas berfokus pada upaya untuk mengubah kondisi nyata sekarang ke arah kondisi yang di harapkan (*improvement oriented*). Penelitian tindakan adalah cara suatu kelompok dalam mengorganisasi suatu kondisi, di mana mereka, dapat mempelajari pengalaman mereka, dan membuat pengalaman mereka dapat diakses oleh orang lain. Bentuk penelitian tindakan dipilih atas dasar pemikiran seorang pengajar atau pendidik adalah pelaksana pendidikan yang mampu mengidentifikasi permasalahan pembelajaran namun memiliki keterbatasan kemampuan dalam menyelesaikan masalah khususnya berkaitan dengan

pembelajaran bola voli dalam materi *passing* bawah. Dengan segala keterbatasan seorang pengajar, Untuk itu peneliti bermaksud melakukan penelitian tindakan yang bekerjasama dengan guru pelaksana dan guru kolaborasi untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli. Pada rumusan penelitian ini peneliti mencoba mengkaji dan menganalisis serta menerapkan pendekatan bermain pada pembelajaran *passing* bawah bola voli untuk sebuah hasil pembelajaran yang maksimal.

Penelitian dilaksanakan di MAN Demak dengan Alokasi waktu penelitian dilaksanakan dengan menyesuaikan jadwal pembelajaran semester dua pada bulan Februari sampai April 2018 dimana subyek penelitiannya adalah siswa kelas X MAN Demak tahun ajaran 2018/2019. Dalam kajian ini, penelitian tindakan kelas dilakukan untuk meningkatkan hasil pembelajaran *passing* bawah siswa kelas X MAN Demak dengan metode bermain. Arikunto, Suhardjono, Supardi (2010:62) mengatakan bahwa “ciri-ciri khusus dari penelitian tindakan kelas adalah adanya tindakan (*action*) yang nyata. Tindakan ini dilakukan pada situasi yang alami dan di tujukan untuk memecahkan permasalahan praktis”. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan adalah rumus Hake’s Normalized Gain. Untuk mengetahui adanya peningkatan (*gain*) pada keterampilan proses yang diamati pada setiap siklus digunakan rumus Hake (Coletta dikutip Khamdun, 2011: 60) adalah sebagai berikut.

$$g = \frac{(S \text{ akhir}) - (S \text{ awal})}{100\% - (S \text{ awal})}$$

Keterangan :

g (*gain*) : peningkatan keterampilan siswa

S awal : Rata-rata keterampilan proses awal

S akhir : rata-rata keterampilan proses akhir

Hasil penghitungan *gain* dapat diklasifikasikan berdasarkan kriteria berikut.

Tabel 1. Kriteria Peningkatan Keterampilan

Kriteria Peningkatan	Indikator	Keterangan
g-Tinggi	$(g) > 0,7$	Peningkatan Tinggi
g-Sedang	$0,7 > (g) > 0,3$	Peningkatan Sedang
g-Rendah	$(g) < 0,3$	Peningkatan Rendah

Apabila *gain* lebih dari 0,7 maka dapat dinyatakan bahwa peningkatan tinggi (*high gain*). Jika *gain* berada pada kisaran 0,7—0,3 maka dikatakan bahwa terjadi peningkatan sedang

(*middle gain*). Namun jika *gain* berada dibawah 0,3 dinyatakan bahwa peningkatan yang terjadi rendah (*log gain*). Penghitungan persentase dengan menggunakan rumus di atas harus sesuai dan memperhatikan kriteria ketuntasan belajar siswa MAN Demak yang dikelompokkan ke dalam dua kategori yaitu tuntas dan tidak tuntas dengan kriteria sebagai berikut.

Tabel 2. Kriteria Ketuntasan Belajar Minimal Penjasorkes

Kriteria Ketuntasan	Kualifikasi
≥ 75	Tuntas
< 75	Tidak Tuntas

Tabel 3. Rambu-rambu Analisis Hasil Analisis

Pencapaian Tujuan Pembelajaran	Kualifikasi	Tingkat Keberhasilan Pembelajaran
85%--100%	Sangat Baik (SB)	Berhasil
65%--84%	Baik (B)	Berhasil
55%--64%	Cukup (C)	Tidak Berhasil
0%--54%	Kurang (K)	Tidak Berhasil

Sumber: (Aqib, 2011: 53)

Berkaitan dengan penelitian ini, penelitian diarahkan pada peningkatan pembelajaran passing bawah menggunakan metode bermain. Penelitian ini dilakukan dengan berkolaborasi guru penjas. Peneliti sebagai orang yang merasakan adanya masalah yang perlu diselesaikan. Hal ini ditemui saat melakukan observasi langsung yang kemudian dirumuskan menjadi sebuah masalah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengamatan awal dan wawancara dengan guru penjasorkes di MAN Demak diperoleh informasi bahwa pelaksanaan pembelajaran tentang passing bawah melalui kegiatan belajar menggunakan pendekatan sebelumnya telah dilaksanakan oleh guru, namun belum efektif. Pendekatan pembelajaran yang diterapkan masih bersifat satu arah. Pendekatan pembelajaran yang diterapkan guru pada setiap pertemuan pada umumnya pembelajaran passing bawah bola voli di tataran sekolah menengah atas yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani menggunakan pendekatan yang monoton, yaitu menggunakan pendekatan standar seperti guru menjelaskan secara singkat tentang teknik passing bawah, memperagakan lalu menyuruh peserta didik melakukan berkali-kali tanpa kreativitas untuk membuat pembelajaran menjadi lebih menarik. Berdasarkan uraian tersebut terdapat beberapa kelemahan yakni pembelajaran didominasi oleh guru karena tidak diberikannya *game*/permainan yang mendukung materi pelajaran sehingga kurang terjadi komunikasi antar siswa dengan guru maupun siswa dengan siswa, sehingga hal ini dapat menimbulkan kebosanan pada siswa akibatnya sebagian besar siswa

bersikap pasif dalam mengikuti pelajaran, sehingga akhirnya menyebabkan hasil belajar siswa rendah. Dengan demikian pembelajaran yang dilaksanakan dapat dikatakan belum efektif.

Penelitian yang telah dilaksanakan di kelas X IPA 5 MAN Demak merupakan sebuah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Actions Research*). Penelitian tindakan yang telah dilakukan ini terdiri dari dua siklus, yang setiap siklusnya terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Siklus I dilaksanakan dalam satu kali pertemuan yaitu pada tanggal 19 Februari 2018 dengan alokasi waktu 3x45 menit. Siklus II dilaksanakan pada tanggal 15 Maret 2018 dengan alokasi waktu 3x45 menit.

Pada siklus I, siswa melakukan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain dalam menunjang proses penyampaian materi *passing* bawah bola voli di kelas X IPA 5 MAN Demak. Siklus I ada 4 tahap, yaitu:

1) *Tahap Persiapan*

Sebelum melaksanakan kegiatan tindakan, peneliti dan guru bekerja sama membuat desain pembelajaran. Adapun desain pembelajaran yang dirancang peneliti mengikuti format Rencana Pembelajaran yang dikutip dari buku pengembangan silabus melalui kurikulum yang dikembangkan oleh sekolah tersebut serta dengan menggunakan metode pembelajaran yang digunakan. Desain dibuat berdasarkan hasil observasi data awal proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi *passing* bawah pada siswa kelas X IPA 5 MAN Demak.

2) *Tahap Pelaksanaan*

Pelaksanaan siklus yang dilakukan dengan kolaborasi guru penjas. Berdasarkan hasil observasi terhadap implementasi tindakan pada siklus I, selama kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti dan kolablator mengamati jalannya kegiatan melalui observasi untuk melihat apakah tindakan-tindakan tersebut sesuai dengan rencana. Bagaimanakah hasil belajar teknik *passing* bawah setelah tindakan dengan dilakukan permainan sudah sesuai dengan yang diharapkan. Peneliti bersama guru pelaksana melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain dalam upaya peningkatan hasil belajar pada materi *passing* bawah. Pembelajaran pada siklus I diharapkan siswa dapat:

- a) menjelaskan teknik *passing* bawah;
- b) memperagakan dan mempraktikkan teknik *passing* bawah dengan baik dan benar;
- c) meningkatkan hasil belajar *passing* bawah secara keseluruhan.

3) *Tahap Pengamatan*

Beberapa hasil pengamatan yang sudah dilakukan peneliti secara global dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

Tabel 4. Data Hasil Penilaian Siklus

No	Responden	Aspek			Nilai	Keterangan
		Kognitif	Afektif	Psikomotorik		
1	R1	2	2,33	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
2	R2	2,66	3	3,66	3	TUNTAS
3	R3	3,66	3,33	3	3,33	TUNTAS
4	R4	2	2,33	3	2,33	TIDAK TUNTAS
5	R5	2,33	2,33	2,66	2,33	TIDAK TUNTAS
6	R6	3	2,33	3,66	3	TUNTAS
7	R7	2	2	3,33	2,33	TIDAK TUNTAS
8	R8	4	3,66	3	3,66	TUNTAS
9	R9	2	2	3	2,33	TIDAK TUNTAS
10	R10	2	2,33	3	2,33	TIDAK TUNTAS
11	R11	3,66	3,33	3,33	3,33	TUNTAS
12	R12	2,33	2	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
13	R13	2,66	2,33	3,33	2,66	TUNTAS
14	R14	4	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
15	R15	2,33	2,33	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
16	R16	2	3	3,33	2,66	TUNTAS
17	R17	2	2	3	2,33	TIDAK TUNTAS
18	R18	2	2	2,33	2	TIDAK TUNTAS
19	R19	2,33	2,33	3	2,66	TUNTAS
20	R20	2,66	2,33	3	2,66	TUNTAS
21	R21	2	2,33	3	2,33	TIDAK TUNTAS
22	R22	3,33	3,33	3,33	3,33	TUNTAS
23	R23	2,33	2	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
24	R24	2,66	2,33	2,66	2,66	TUNTAS
25	R25	3	3,33	2,66	3	TUNTAS
26	R26	3,33	3,66	3	3,33	TUNTAS
27	R27	2,66	2,66	3	2,66	TUNTAS
28	R28	2,33	2	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
29	R29	2	2,33	2,66	2,33	TIDAK TUNTAS
30	R30	2,66	3	3,66	3	TUNTAS
31	R31	3	3,33	3,66	3,33	TUNTAS
32	R32	2,33	2,33	2,33	2,33	TIDAK TUNTAS
33	R33	3,66	3,33	3	3,33	TUNTAS
34	R34	3,33	3,33	3,66	3,33	TUNTAS
35	R35	2,33	2,66	3	2,66	TUNTAS
36	R36	2	3,66	3,33	3	TUNTAS
37	R37	2,33	2,66	3,66	3	TUNTAS
38	R38	2,33	3	3,33	3	TUNTAS
39	R39	2,66	2,33	2,66	2,66	TUNTAS
40	R40	4	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
Prosentase		68%	72%	79%	73%	

4) Tahap Refleksi

Dari beberapa kekurangan yang diamati pada siklus I, kemudian didiskusikan dengan guru penjas dan kolabolator sebagai bahan evaluasi pada pelaksanaan siklus ke-II. Hasil dari diskusi yang dilakukan antara peneliti dengan guru penjas (kolabolator), memberikan kesimpulan diantaranya sebagai berikut.

- a) Kesulitan pemahaman siswa mengenai penjelasan secara detail terkait materi pembelajaran secara umum maupun bentuk praktik yang dilakukan. Hal ini

dikarenakan siswa sama sekali belum pernah mendapatkan penjelasan terkait materi umum pasing bawah bola voli baik secara teori maupun praktik langsung dengan beberapa tahapan pelaksanaan yang detail.

- b) Kurangnya komunikatif pada saat pembelajaran berlangsung. Hal ini dimaksudkan bahwasannya siswa belum mengerti, enggan bertanya atau bahkan mencoba sebagai latihan. Hal ini membuat kondisi kelas kurang kondusif karena hanya beberapa siswa saja yang terlihat aktif dan tentunya banyak siswa yang masih kesulitan dalam menangkap materi
- c) Guru penjas dan kolabolator sepakat untuk mengadakan siklus kedua dengan perbaikan dari pada catatan diatas.

Kegiatan pembelajaran pada siklus II ini bertujuan untuk memperbaiki kemampuan yang masih kurang sehingga bisa konsisten dalam tindakannya setiap hari baik dalam mengikuti pelajaran penjasorkes. Selama kegiatan pembelajaran berlangsung, peneliti dan kolabolator mengamati jalannya kegiatan melalui observasi untuk melihat apakah tindakan-tindakan tersebut sesuai dengan rencana, bagaimanakah hasil belajar pasing bawah bola voli setelah tindakan dengan dilakukan beberapa permainan sudah sesuai dengan yang diharapkan. Ada 4 tahap yang dilakukan dalam siklus kedua, yaitu sebagai berikut.

1) *Tahap Perencanaan*

Metode pembelajaran yang digunakan pada siklus kedua harus lebih efektif, yaitu mengubah eksplorasi dan konfirmasi dari siklus pertama. Pada siklus kedua ini guru lebih menekankan lagi pada saat menjelaskan mengenai posisi detail tiap fase tahapan pasing bawah. Selain itu peneliti juga akan menekankan pada arah pandangan dan posisi kaki serta posisi badan saat melakukan pasing supaya dapat lebih luwes dan menikmati gerakan pasing bawah yang dilakukan. Sesuai dengan diskusi guru penjas dan kolabolator, koreksi kekurangan pada siklus pertama akan diperbaiki pada siklus kedua ini supaya hasil pembelajaran dapat memperoleh hasil yang maksimal karena pada dasarnya siswa masih membutuhkan banyak perhatian tentang fase tahapan dalam teknik pasing bawah bola voli.

2) *Tahap Pelaksanaan*

Setelah melakukan dan menyelesaikan siklus kedua, peneliti bersama rekan guru yang bertindak sebagai kolabolator, melakukan refleksi dari pembelajaran yang telah berlangsung. Dari data aspek psikomotorik, kognitif dan afektif.

Tabel 5. Data Hasil Penilaian Siklus II

No	Responden	Aspek			Nilai	Keterangan
		Kognitif	Afektif	Psikomotorik		
1	R1	4	3,33	3	3,33	TUNTAS
2	R2	3,66	3	3,66	3,33	TUNTAS
3	R3	4	3,66	4	4	TUNTAS
4	R4	3	2,66	3,66	3	TUNTAS
5	R5	3,33	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
6	R6	3,66	3	3,66	3,33	TUNTAS
7	R7	2,66	3	3,66	3	TUNTAS
8	R8	4	4	3,66	4	TUNTAS
9	R9	2,33	2	3	2,33	TIDAK TUNTAS
10	R10	3	3,33	3	3	TUNTAS
11	R11	3,66	3,33	3,66	3,66	TUNTAS
12	R12	3,33	3,66	3,33	3,33	TUNTAS
13	R13	3	2,66	3,66	3	TUNTAS
14	R14	4	4	3,66	4	TUNTAS
15	R15	3,33	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
16	R16	3,33	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
17	R17	3,66	3,66	3	3,33	TUNTAS
18	R18	2,33	2,33	2,66	2,33	TIDAK TUNTAS
19	R19	3,33	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
20	R20	2,66	3,66	3	3	TUNTAS
21	R21	2,33	2,66	3	2,66	TUNTAS
22	R22	4	3,66	3,33	3,66	TUNTAS
23	R23	3	3,66	3,33	3,33	TUNTAS
24	R24	3,33	3,33	3,66	3,33	TUNTAS
25	R25	4	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
26	R26	3,66	4	3,66	3,66	TUNTAS
27	R27	3	3	3,33	3	TUNTAS
28	R28	3,33	3,66	3,33	3,33	TUNTAS
29	R29	2,33	2,66	3	2,66	TUNTAS
30	R30	3	3,33	4	3,33	TUNTAS
31	R31	3,66	3,66	4	3,66	TUNTAS
32	R32	3	3,66	3,33	3,33	TUNTAS
33	R33	4	4	3,66	4	TUNTAS
34	R34	3,66	3,33	3,66	3,66	TUNTAS
35	R35	3	3	3,66	3,33	TUNTAS
36	R36	3	4	3,66	3,66	TUNTAS
37	R37	3,33	3,66	3,66	3,66	TUNTAS
38	R38	3	3,66	3,33	3,33	TUNTAS
39	R39	2,66	2,66	2,66	2,66	TUNTAS
40	R40	4	4	3,66	4	TUNTAS
Persentase		82%	83%	87%	84%	

3) Tahap Pengamatan

Berdasarkan hasil observasi dan nilai akhir hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa kelas X IPA 5 MAN Demak yang diperoleh pada siklus II, dapat dilihat bahwa hasil belajar *passing* bawah dengan rincian, 2 siswa atau dengan persentase 5% belum tuntas hasil belajarnya dikarenakan nilai yang dicapai masih di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal yang sudah ditetapkan oleh sekolah dan 38 siswa atau dengan persentase 95%, sudah dikatakan tuntas hasil belajarnya. Rata-rata persentase ketuntasan hasil belajar *passing*

bawah siswa kelas X IPA 5 pada siklus II adalah 84%. Hasil belajar pasing bawah tersebut terjadi peningkatan yang cukup signifikan, berarti penerapan metode bermain memiliki dampak yang positif terhadap hasil belajar pasing bawah.

4) *Tahap Refleksi*

Peneliti dan guru penjas melakukan refleksi dengan beberapa poin terkait pengamatan praktik *passing* bawah (psikomotor) pengetahuan mengenai *passing* bawah (kognitif) dan sikap siswa dalam pelaksanaan pembelajaran (afektif) terdapat beberapa catatan diantaranya, sebagai berikut.

- a) Beberapa siswa yang kurang bisa memahami secara detail tahapan pelaksanaan dalam melakukan teknik gerakan pasing bawah dengan baik dan benar masih enggan untuk berlatih dan mencoba dengan mempraktekan langsung apa yang sudah disampaikan oleh guru. Siswa masih cenderung malu dan menunggu untuk diperhatikan secara khusus untuk melaksanakan praktek dan mencoba gerakan secara langsung.
- b) Siswa masih ada yang merasa takut dengan bola, hal ini terlihat masih banyak siswa yang memejamkan mata saat menerima atau melakukan pasing walaupun pada tahapan pelaksanaan dalam melakukan gerakan tekniknya sudah benar.
- c) Masih kurang ada power atau kekuatan saat melakukan pasing.
- d) Manakala pada saat melakukan pasing perkenaan bolanya kurang baik dan terasa sakit, siswa masih banyak yang mengeluh walaupun pada saat pengambilan nilai mereka tetap melakukan dengan teknik yang benar.

Berdasarkan data yang diperoleh pada siklus I dan II, peneliti dan guru penjas membandingkan peningkatan hasil belajar siswa pada materi *passing* bawah bola voli menggunakan pendekatan bermain. Berikut hasil belajar dari 40 siswa pada siklus I dan II, serta peningkatannya.

Tabel 6. Peningkatan Hasil Belajar Siswa

Siklus PTK	Ketuntasan				Peningkatan (%)
	Tuntas	%	Tidak Tuntas	%	
Data Awal	10 Siswa	25%	30	75%	-
Siklus I	25 Siswa	62%	15	38%	37%
Siklus II	38 Siswa	95%	2	5%	33%

Kemudian, peneliti mengolah data hasil belajar yang diperoleh dan dibandingkan menggunakan rumus *Hake's Normalized Gain*. Dari hasil analisis diperoleh hasil berikut.

Tabel 7. Perbandingan Nilai Rata-Rata Siswa

No	Siklus Penelitian	Nilai Rata-Rata	Peningkatan (<i>Gain</i>)
1	Data Awal	72	-
2	Siklus I	73	0,02 (rendah)
3	Siklus II	84	0,40 (sedang)

Berdasarkan nilai tes yang diperoleh siswa pada siklus II mengalami peningkatan. Pada siklus I ketuntasan belajar klasikal sebanyak 25 siswa atau 62% dan nilai rata-rata 73. Pada siklus II ketuntasan belajar klasikal sebanyak 38 siswa atau 95% dan nilai rata-rata kelas mencapai 84.

Peningkatan hasil belajar juga terlihat dari tiga aspek belajar, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotorik. Berikut penjelasannya.

Tabel 8. Perbandingan Hasil Belajar pada Aspek Kognitif

No	Siklus Penelitian	Hasil Penelitian
1	Siklus I	72%
2	Siklus II	83%

Pada aspek kognitif, pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap pembelajaran *passing* bawah secara teoretis umum dengan pendekatan bermain pada siklus I, sebesar 72% sedangkan pada siklus II mencapai 83%. Ini berarti ada kenaikan sebesar 0,39. Hasil tersebut masuk kategori peningkatan sedang atau g-Sedang (*middle gain*).

Tabel 9. Perbandingan Hasil Belajar pada Aspek Afektif

No	Siklus Penelitian	Hasil Penelitian
1	Siklus I	79%
2	Siklus II	88%

Dari tabel di atas, terlihat bahwa siklus pertama aktivitas siswa kelas X IPA 5 MAN Demak selama pembelajaran *passing* bawah dengan metode bermain dalam penilaian sikap (afektif) pada siklus I mencapai 79%, sedangkan pada siklus II mencapai 88%, ini berarti ada peningkatan (*gain*) sebesar 0,37. Peningkatan tersebut merupakan peningkatan sedang atau g-Sedang (*middle gain*).

Tabel 10. Perbandingan Hasil Belajar pada Aspek Psikomotorik

No	Siklus Penelitian	Hasil Penelitian
1	Siklus I	68%
2	Siklus II	82%

Dalam kemampuan praktik (psikomotor) siswa kelas X IPA 5 MAN Demak dalam melakukan penilaian *passing* bawah bola voli dengan pendekatan bermain pada siklus I mencapai 68%, sedangkan pada siklus II mencapai 82%. Artinya, ada peningkatan sebesar 0,42. Peningkatan tersebut masuk kategori peningkatan sedang atau g-Sedang (*middle gain*).

4. SIMPULAN

Peningkatan hasil belajar terlihat dari hasil perbandingan nilai tes pada data awal, siklus I, siklus II. Dari ketuntasan klasikal pada data awal, siklus I dan siklus II yang diperoleh terdapat peningkatan hasil belajar. Pada data awal, ketuntasan siswa sebesar 25 % atau sebanyak 10 siswa yang memperoleh nilai KKM. Pada Siklus I, 25 siswa yang mencapai batas ketuntasan belajar atau sekitar 62%. Pada Siklus II, siswa yang mencapatakan nilai KKM sebanyak 38 siswa atau sekitar 95 %.

Peningkatan hasil belajar siswa terjadi pada tiga aspek belajar, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pada aspek kognitif, meningkat sebesar 0,39 dari Siklus I ke Siklus II. Pada aspek afektif, meningkat sebesar 0,37 dari Siklus I ke Siklus II. Pada aspek psikomotorik, meningkat sebesar 0,42 dari Siklus I ke Siklus II.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas tersebut dinyatakan sudah mencapai target dengan ketuntasan klasikal melebihi dari 75%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi *passing* bawah bola voli siswa kelas X IPA 5 MAN Demak tahun ajaran 2017/2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV. Yarma Widya.
- Arikunto, Suhardjono, Supardi. (2010). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Atmowidjoyo, Sutarjo. (2007). *Landasan Kependidikan Prinsip-Prinsip Dasar Teori Belajar dan Konsep Intruksional*. Jakarta: Universitas Islam Jakarta.
- Bahagia & Sufyar Mujianto. (2009). *Fasilitas dan Perlengkapan Penjas*. Bandung: Jurusan Pendidikan Olahraga, FKIP UPI Bandung.
- El-Kabumaini, Nasin & Anno D. Sanjari. (2011). *Ensiklopedi Mini Bola Voli*. Bandung: CV Aulia Publishing.
- Kemdikbud. (2006). *Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Dikdasmen.
- Khamdaun, Mukhamad. (2011). Penerapan Permainan Bola Tangan Modifikasi Terhadap Hasil Belajar Bola Tangan Melalui Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Bagi Siswa Kelas V SD Negeri 1 Karangrandu Pecangaan Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2010/2011. *Skripsi tidak dipublikasikan*. Semarang: UNNES, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Suwanto, Pandi. (2011). Peningkatan Keterampilan Dasar Servis Atas Bola Voli Mini Melalui Tahapan Jarak Tempatkan Servis Bagi Siswa Kelas IV SDN 3 Rajamandalawetan Kecamatan Cicalongwetan Kabupaten Bandung Barat. *Skripsi tidak dipublikasikan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.