

Tajdidukasi

Jurnal Penelitian dan Kajian Pendidikan

Tajdidukasi

Jurnal Penelitian dan Kajian Pendidikan

Volume VIII, No. 2, Juli 2018

ISSN: 1979-6943

Tajdidukasi: Jurnal Penelitian dan Kajian Pendidikan merupakan jurnal Penelitian dan Kajian Pendidikan yang berisi Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan Penelitian Tindakan Sekolah (PTS) serta Kajian Pendidikan interdisipliner di Perguruan Tinggi yang diterbitkan Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Wilayah Muhammadiyah Daerah Istimewa Yogyakarta. Artikel hasil PTK dan PTS serta kajian pemikiran pendidikan ditulis oleh para Guru dan Kepala Sekolah serta Dosen dalam mengujicobakan metode dan strategi pembelajaran untuk meningkatkan kualitas pendidikan baik SD/MI, SMP/MTs dan SMA/MA/SMK serta Perguruan Tinggi. Artikel PTK dan PTS fokus pada mata pelajaran di sekolah/madrasah, seperti Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), Matematika, Fisika, Kimia, bahkan teknik, seperti Teknik Mesin, Elektro, Informatika dan lain sebagainya. Sementara itu, artikel Kajian Pendidikan merupakan penelitian interdisipliner dan multidisipliner yang dilakukan Dosen di Perguruan Tinggi terhadap khasanah keIslaman.

Tajdidukasi: Jurnal Penelitian dan Kajian Pendidikan adalah jurnal terbuka yang versi *soft-file*-nya bisa dibaca dan diakses secara gratis, sementara versi *print out/ hardcopy* dapat diperoleh dengan menghubungi distributor di alamat serial tajdidukasi.ac.id. *Soft-file* keseluruhan artikel yang diterbitkan dapat diakses melalui Tajdidukasi Open Access Juornal di www.dikdasmenpwmidiy.or.id

Pimpinan Editor

Suyadi, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta, Indonesia

Anggota Editor

Arif Budi Raharjo, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY), Indonesia
Achmad Muhammad, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia
Hendro Widodo, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta
Mundzirin Yusuf, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia
Sumedi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia
Sukanto, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY), Indonesia
Sumarsono, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia
Sarjilah (Lembaga Penjaminan Mutu Pendidikan) Yogyakarta
Fathur Rahman, M.Si., Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) Indonesia

Editor Pelaksana

Suryanto, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY), Indonesia
Suyatno, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta
Farid Setiawan, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta

Alamat Redaksi:

Kantor Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan
Wilayah Muhammadiyah D.I. Yogyakarta
Jl. Gedongkuning No. 130B Yogyakarta
Kode Pos : 55171
Telephone : (0274) 377078
Facsimile : (0274) 371718
Website : www.dikdasmenpwmidiy.or.id
E-Mail : tajdidukasi@dikdasmenpwmidiy.or.id

MENINGKATKAN PEMBELAJARAN *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MENGGUNAKAN MEDIA BALON

Gatot Wisnu Wibowo

SD Muhammadiyah Nitikan

e-mail : gatoet.kita@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli menggunakan media balon. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*action research*) yang menggambarkan bagaimana suatu metode dan media pembelajaran diterapkan dalam pembelajaran. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VC SD Muhammadiyah Nitikan yang berjumlah 24 siswa, terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan. Teknik pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi siswa dan lembar observasi pengamatan aktivitas pembelajaran. Prosedur tindakan dilakukan dalam dua siklus, masing-masing siklus dilakukan dalam dua kali pertemuan. Langkah-langkah tindakan yang dilaksanakan adalah : Perencanaan, Tindakan, Observasi, dan Refleksi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hasil belajar *passing* bawah meningkat setelah dilakukan tindakan, peningkatan tersebut meliputi peningkatan pembelajaran dan peningkatan hasil belajar. Berdasarkan hasil observasi pada siklus 1 aktivitas pembelajaran mencapai 73%, dan pada siklus 2 sudah mencapai target yang telah ditetapkan yaitu 90%. Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus 1 kemampuan *passing* bawah siswa rata-rata adalah 71,11%, dan yang mendapat nilai nilai 75,0 (berdasarkan KKM) sebanyak 5 siswa (20,83%), kemudian pada siklus 2 meningkat lagi dengan nilai rata-rata adalah 79,72, dan yang mendapat nilai mencapai KKM sebanyak 21 siswa (87,5%).

Kata kunci: Pembelajaran, *Passing* bawah Bola voli, Media balon

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan penting dalam membangun kecerdasan, keterampilan, dan akhlak mulia yang bermula pada kemajuan suatu bangsa, dengan demikian akan mengalami kemajuan terutama sumber daya ma-

nusiannya. Sumber daya manusia (SDM) yang handal dan mampu bersaing hanya bisa diperoleh melalui pendidikan. Pendidikan di sekolah memiliki banyak komponen. Komponen yang terkandung di dalam pendidikan antara lain; guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana,

proses belajar mengajar dan lingkungan. Diantara komponen-komponen pendidikan yang paling utama salah satunya adalah komponen kurikulum. Kurikulum adalah pengalaman-pengalaman dan kegiatan-kegiatan yang direncanakan oleh sekolah dengan tujuan untuk memperbaiki perilaku siswa menuju perilaku yang diharapkan. Kurikulum pendidikan jasmani merupakan bagian dari kurikulum sekolah secara keseluruhan yang memberikan sumbangan bagi filosofi, tujuan dan sejarah pendidikan.

Permainan bola voli saat ini merupakan olahraga yang sangat masyarakat, hal ini dibuktikan dengan banyaknya jumlah pelaku olahraga atau orang yang bermain bola voli di masyarakat. Banyak sekali lapangan bola voli yang dibuat dan hampir setiap sore hari digunakan oleh masyarakat untuk bermain. Permainan bola voli dapat dimainkan oleh semua orang tua maupun muda baik laki-laki, perempuan, maupun juga anak-anak. Pemerintah juga sangat mendukung olahraga bola voli ini dengan terus mengadakan even kejuaraan baik tingkat kelurahan, kecamatan, kabupaten, propinsi, bahkan tingkat nasional.

Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block* dan *smash*. Teknik-teknik tersebut terbagi lagi menjadi tiga macam yaitu teknik dasar, teknik menengah dan teknik tinggi. Teknik *passing* merupakan teknik dasar yang paling dominan dan wajib dikuasai dengan baik oleh setiap pemain bola

voli. Karena *passing* merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman satu timnya untuk dimainkan sendiri yang biasanya diumpankan kepada *smasher* untuk melakukan serangan terhadap regu lawan. Suharno (1981: 15), *passing* adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat untuk melakukan serangan terhadap regu lawan ke lapangan lawan.

Pengenalan permainan bola voli dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar harus dilakukan secara tepat dan benar, sebab olahraga ini kurang digemari oleh siswa. Modifikasi sarana dan prasarana dalam pembelajaran bola voli harus dilakukan, agar peserta didik menyukai dan menggemari olahraga ini. Salah satu modifikasi yang dapat dilakukan untuk mengenalkan olahraga bola voli dalam pembelajaran adalah dengan menggunakan media balon. Keunggulan penggunaan media balon dalam pembelajaran adalah siswa sekolah dasar sangat menyukai balon. Diharapkan dengan penerapan media balon ini, peserta didik akan mulai menggemari olahraga ini dan tujuan pembelajaran bola voli dapat tercapai secara menyeluruh.

Penguasaan teknik dasar *passing* bawah siswa SD Muhammadiyah Niti-kan Yogyakarta dapat dikatakan sangat

rendah. Hal ini terbukti saat kegiatan belajar mengajar penjasorkes berlangsung, masih banyak dijumpai siswa belum menguasai teknik dasar *passing* bawah. Sebagian besar siswa untuk sikap permulaan sudah baik, hanya saja saat perkenaan bola dan sikap akhir masih banyak yang kurang tepat. Banyak sekali siswa dalam melakukan gerakan *passing* bawah asal memantul dan dengan sikap yang tidak benar. Sebagai contoh pada saat melakukan gerakan *passing* bawah masih banyak sikap siswa yang berdiri tegak. Kemudian banyak juga siswa yang melakukan gerakan *passing* bawah dengan sikap tangan ditekuk saat perkenaan bola. Apabila saat perkenaan bola tangan ditekuk akan menyebabkan arah bola akan sulit dikontrol. Sikap yang benar dalam melakukan *passing* bawah adalah dengan sikap permulaan kaki ditekuk dan kedua tangan berada di depan lutut, kemudian saat perkenaan bola kedua tangan diayunkan ke depan dengan sikap tangan lurus dan tidak boleh ditekuk.

Siswa SD Muhammadiyah Nitikan Yogyakarta saat mengikuti materi pembelajaran bola voli motivasinya sangat rendah. Banyak siswa yang mengeluh, diantaranya mulai dari gerakannya sulit sampai dengan tangannya merasa sakit saat mengikuti pembelajaran bola voli. Setelah mengikuti pembelajaran bola voli siswa saling menunjukkan kepada teman lainnya kalau tangannya berwarana kemerah-merahan. Tentunya hal ini akan sangat berpengaruh terhadap tujuan pembelajaran itu sendiri. Penguasaan

teknik dasar khususnya teknik *passing* bawah juga masih sangat jauh dari apa yang diharapkan sesuai dengan tujuan dari pembelajaran.

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran bola voli di SD harus menggunakan media pembelajaran yang tepat. Salah satu modifikasi pembelajaran yang dapat dilaksanakan adalah dengan cara menerapkan metode balon. Penggunaan media balon bertujuan agar minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli lebih antusias dan siswa tidak lagi merasa takut dalam melakukan *passing* bawah. Dengan meningkatnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli, pemahaman dan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli akan lebih baik lagi.

Bola voli merupakan permainan yang dimainkan dalam bentuk kerja sama tim dan dibatasi *net*. Setiap tim berusaha untuk melewatkan bola secepat mungkin ke daerah lawan dengan menggunakan teknik dan taktik yang sah, (Sri Mawarti, 2009: 69). Menurut Suhadi, (2004:7), permainan bola voli pada hakikatnya adalah memvoli dengan menggunakan seluruh anggota badan dan menyeberangkan melalui *net* ke lapangan lawan. Permainan bola voli di mainkan dengan menggunakan bola besar oleh 2 regu. Tiap regu hanya boleh memvoli bola 3 kali dan tiap pemain tidak melakukan sentuhan 2 kali berturut-turut, kecuali ketika melakukan *blocking*.

Teknik adalah cara melakukan atau

melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan-peraturan yang berlaku dalam bola voli untuk mencapai hasil yang optimal, (M. Yunus, 1992:68). Pendapat lain dari Depdiknas (1999: 55), menyatakan bahwa teknik-teknik dasar bolavoli terdiri atas *passing* bawah (*under hand pass*), *service/servis*, *spike (smash)*, dan *block* (bendungan).

Suharno (1981: 15), menyatakan bahwa *passing* adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat untuk melakukan serangan terhadap regu lawan ke lapangan lawan. Pendapat lain menyatakan bahwa, *pass* (*passing*) bawah adalah mengambil bola yang berada dibawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari siku sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperasikan kepada kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui diatas jaring (Aip Syarifuddin dan Muhadi, 1993: 189).

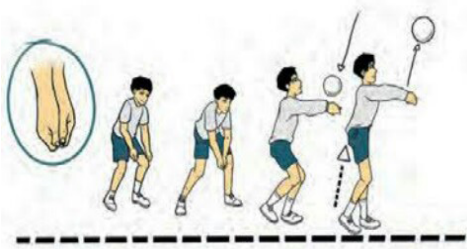
Nuril Ahmadi (2007: 23), menyatakan bahwa kegunaan *passing* bawah antara lain adalah:

1. Untuk menerima bola servis
2. Untuk penerimaan bola dari lawan yang berupa serangan atau *smash*
3. Untuk pengembalian bola setelah

terjadi *block* atau bola dari pantulan *net*.

4. Untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpental jauh diluar lapangan.
5. Untuk pengambilan bola yang rendah dan mendadak datangnya.

Berdasarkan batasan *passing* bawah di atas dapat dirumuskan bahwa *passing* bawah adalah teknik dasar memainkan bola dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk melakukan serangan.



Gambar 1. Sikap melakukan *passing* bawah

Penelitian ini dilaksanakan di kelas VC SD Muhammadiyah Nitikan Yogyakarta. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 24 siswa yang terdiri atas 14 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan.

Kreativitas guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran sangat dibutuhkan demi kemajuan dunia pendidikan di Indonesia. Pada saat melakukan pengenalan permainan bola voli pada siswa sekolah dasar harus

dilakukan secara tepat. Untuk menarik minat siswa agar fokus dan mempunyai motivasi yang lebih dalam mengikuti pembelajaran, maka kegiatan pembelajaran harus dimodifikasi. Salah satu modifikasi yang bisa diterapkan dalam melaksanakan pembelajaran permainan bola voli adalah dengan menggunakan media balon. Dengan menggunakan media balon diharapkan siswa akan lebih antusias lagi dalam mengikuti pembelajaran.

Sebagaimana telah dijelaskan di atas sebelumnya bahwa pembelajaran merupakan segala upaya yang dilakukan oleh guru (pendidik) agar terjadi proses belajar pada diri peserta didik. Dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli guru mengupayakan terjadinya proses belajar mengajar pada diri peserta didik dengan menggunakan media balon. Digunakannya media balon ini dimaksudkan agar:

- a. Siswa menjadi tertarik untuk mencoba, karena balon sangat ringan dan berwarna-warni.
- b. Partisipasi siswa secara keseluruhan meningkat, karena jumlah bola bisa diperbanyak sesuai kebutuhan.
- c. Siswa dapat belajar *passing* bawah lebih lama.
- d. Siswa lebih berani dalam melakukan gerakan *passing* bawah.

Pembelajaran *passing* bawah bola voli dapat dilakukan dalam bentuk kelompok, pasangan, dan perorangan, sebagai berikut:

- a. Latihan mengenakan bola dengan baik

Anak berdiri kangkang dengan satu kaki di depan kaki yang lain bola dilambungkan kira-kira 30-40 cm di depan badan dengan dua tangan dijulurkan lurus ke depan. Bola dilambungkan di atas lengan bawah tanpa meluruskan atau gerakan lutut kaki, kemudian ditangkap dan diulangi kembali.

- b. Latihan seperti pada a, tetapi bola dipassing bawah beberapa kali sambil meluruskan lutut.
- c. Bola dipantulkan ke lantai, dipassing bawah dan ditangkap. Pada saat mempassing bawah kedua lengan lurus dimiringkan ke bawah pada saat kontak dengan bola.
- d. Latihan *Passing Bawah Berpasangan* Sistematisnya sebagai berikut: dua anak saling berhadapan dengan jarak 2 meter, seorang akan melepaskan bola kepada pasangannya, dan pasangannya tersebut melakukan *passing* bawah. Setelah gerakan dilakukan beberapa kali bergantian yaitu pelempar melakukan *passing* bawah dan yang semula melakukan *passing* bawah menjadi pelempar.
- e. Latihan seperti pada latihan d, tetapi arah bola dari pelempar bervariasi misalnya lurus ke depan, serong ke kanan atau ke kiri.
- f. Latihan *passing* bawah berkelompok, siswa membuat lingkaran dan melakukan *passing* bawah ditengah lingkaran.

Desain dari penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Proses

pelaksanaan tindakan dilaksanakan secara bertahap sampai penelitian ini berhasil. Prosedur tindakan dimulai dari (1) perencanaan tindakan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) pengamatan dan evaluasi serta (4) analisis dan refleksi, (Moh. Nazir, 2009: 84). Prosedur tindakan menurut Suharsimi Arikunto (2009: 20), ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan (implementasi), pengamatan (observasi), dan refleksi.

a. Perencanaan Tindakan

Pada tahap ini peneliti melakukan kegiatan sebagai berikut: (1) mengevaluasi teknik pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran *passing* bawah sebelumnya, (2) mengidentifikasi faktor-faktor hambatan dan kemudahan dalam pembelajaran *passing* bawah sebelumnya, (3) merumuskan alternatif tindakan yang akan dilaksanakan dalam pembelajaran *passing* bawah sebagai upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran *passing* bawah, (4) menyusun rancangan pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan media balon.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan ini adalah sebagai berikut;

- 1) Membuat skenario pembelajaran dengan menggunakan berbagai pola latihan yang dijenjang dari yang paling mudah ke tingkat yang lebih kompleks.
- 2) Membuat lembar observasi untuk melihat bagaimana kondisi belajar

mengajar dilakukan atau metode tersebut diaplikasikan. Lembar observasi ini digunakan untuk mengetahui kesulitan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli, serta untuk mengetahui media yang digunakan dalam proses pembelajaran apakah sudah dapat meningkatkan kemampuan siswa atau belum.

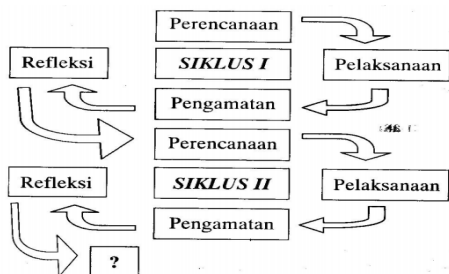
- 3) Membuat alat bantu mengajar yang diperlukan dalam rangka optimalisasi kemampuan siswa dalam melakukan gerakan *passing* bawah.
- 4) Mendesain alat evaluasi untuk mengetahui kemampuan *passing* bawah siswa. Alat evaluasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik tes.

b. Pelaksanaan Tindakan

Dalam pelaksanaan tindakan peran peneliti adalah (1) Merancang pelaksanaan pembelajaran, (2) Bekerja dengan kolaborator dalam melaksanakan tindakan yang direncanakan (3) Peneliti berperan sebagai pelaksana tindakan.

Pelaksanaan penelitian ini mengikuti tahap-tahap penelitian tindakan kelas yang terdiri atas pengamatan, pendahuluan atau perencanaan, dan pelaksanaan tindakan. Pelaksanaan tindakan terdiri atas beberapa siklus, setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan tindakan, pemberian tindakan, observasi, dan refleksi. Tahap-tahap penelitian dalam masing-masing tindakan terjadi secara berulang yang akhirnya menghasilkan beberapa tindakan dalam penelitian tindakan kelas. Tahap-tahap tersebut

membentuk spiral. Tindakan penelitian yang bersifat spiral itu dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Langkah awal sebelum melakukan tindakan, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan pratindakan. Kegiatan pratindakan tersebut dilaksanakan untuk mengetahui kemampuan siswa sebelum tindakan. Kegiatan dalam penelitian ini adalah melakukan observasi dari hasil pembelajaran yang telah dilakukan.

c. Observasi

Selama proses pembelajaran berlangsung, observer melakukan pengamatan secara teliti dan seksama terhadap pembelajaran dengan menggunakan format observasi yang telah disiapkan.

d. Refleksi

Pada langkah ini, peneliti dan observer berdiskusi untuk menemukan kelemahan dan kelebihan yang terjadi pada siklus I pertemuan pertama. Juga menganalisis hasil evaluasi untuk mengetahui sejauh mana peningkatan yang dapat dicapai oleh siswa. Setelah kelemahan, kelebihan dan hasil teridentifikasi, kemudian mencari jalan

keluar yang akan dilaksanakan di siklus I pertemuan kedua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan selama dua siklus yang terbagi dalam 4 kali pertemuan, dengan masing-masing siklus dilaksanakan 2 kali pertemuan. Siklus I pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Senin 15 Januari 2018. Siklus I pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Senin 22 Januari 2018. Pelaksanaan siklus II pertemuan pertama dan kedua direncanakan hari Senin 29 Januari 2018 dan hari Senin 5 Februari 2018 tertunda dikarenakan faktor cuaca yang hujan, sehingga kegiatan pembelajaran terpaksa dilaksanakan di dalam kelas. Siklus II pertemuan pertama baru bisa dilaksanakan pada hari Senin, 12 Februari 2018, dan siklus II pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Senin 19 Februari 2018.

Deskripsi Kondisi Awal

Penelitian tindakan kelas ini berawal dari permasalahan yang ada di kelas VC SD Muhammadiyah Nitikan Yogyakarta tahun 2017-2018. Minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli dan kemampuan siswa dalam melakukan gerakan passing bawah masih sangat rendah, hal ini dibuktikan dengan nilai keterampilan *passing* bawah bola voli masih banyak yang dibawah KKM yaitu 75. Banyak siswa sering mengeluh tangannya sakit karena bola voli yang digunakan terasa keras, akibatnya dalam mengikuti kegiatan pembelajaran siswa

menjadi kurang antusias.

Deskripsi Siklus 1

Tindakan siklus I dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan. Adapun tahap-tahap yang dilakukan dalam tindakan siklus I adalah sebagai berikut.

a. Perencanaan Tindakan Siklus I

Langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam tahap perencanaan ini adalah sebagai berikut.

- 1) Menentukan waktu pelaksanaan tindakan,
- 2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang menggunakan media balon,
- 3) Mempersiapkan media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran *passing* bawah bola voli,
- 4) Mempersiapkan dan menyusun instrumen penilaian yang meliputi:
(a) lembar observasi pembelajaran *passing* bawah bola voli, dan (b) lembar observasi pengamatan aktivitas belajar.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus 1

Tahap pelaksanaan tindakan siklus dilaksanakan dalam dua kali pertemuan.

1) Pertemuan 1

Proses pembelajaran pada siklus 1 pertemuan pertama adalah sebagai berikut;

a) Kegiatan awal

Diawali dengan salam, berdo'a, presensi kehadiran siswa, memberikan apersepsi, menjelaskan materi pembelajaran *passing* bawah dengan

balon dan melakukan pemanasan.

b) Kegiatan inti

Siswa melakukan permainan *passing* bawah dengan menggunakan balon.

c) Kegiatan akhir

Selesai kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi kemudian pendinginan. Setelah melakukan pendinginan siswa dibariskan, berhitung, dipimpin berdo'a dan dibubarkan.

2) Pertemuan 2

Proses pembelajaran pada siklus 1 pertemuan kedua adalah sebagai berikut;

a) Kegiatan awal

Diawali dengan salam, berdo'a, presensi kehadiran siswa, memberikan apersepsi, menjelaskan materi pembelajaran *passing* bawah dengan balon dan melakukan pemanasan.

b) Kegiatan inti

Siswa melakukan permainan *passing* bawah dengan menggunakan balon.

c) Kegiatan akhir

Selesai kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi kemudian pendinginan. Setelah melakukan pendinginan siswa dibariskan, berhitung, dipimpin berdo'a dan dibubarkan.

c. Observasi

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung, diadakan pengamatan dan tes terhadap peserta didik. Pengamatan dan tes terhadap aktivitas peserta didik dilakukan oleh observer yang sudah ditunjuk. Observasi dilakukan selama

proses pembelajaran berlangsung.

Aktivitas guru selama kegiatan pembelajaran juga diamati oleh observer, namun tidak dinilai. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui apakah guru melaksanakan aspek yang diamati pada lembar observasi aktivitas guru dalam pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli menggunakan media balon.

Tabel 1. Hasil Tindakan Siklus 1

No	Kriteria	Jumlah peserta didik	Persentase (%)
1.	≥ 75	5	20,83
2.	≤ 75	19	79,17
Jumlah		24	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah hanya 5 siswa (20,83%) yang berhasil mencapai target 75,00 sedangkan sebanyak 19 siswa (79,17%) belum berhasil mencapai target 75,00.

Tabel 2. Pengamatan Aktivitas Pembelajaran Siklus 1

No	Aktivitas Siswa	Skor Harapan	Skor Perolehan
1.	Keterlibatan siswa dalam pembelajaran	10	7
2.	Siswa mau dan mampu belajar	10	8
3.	Kegiatan pembelajaran yang interaktif	10	6
4.	Senang dalam mengikuti proses pembelajaran	10	8
5.	Memperhatikan pada saat pembelajaran	10	7
6.	Mengajukan pertanyaan pada saat pembelajaran	10	6
7.	Siswa tidak cepat merasa lelah pada saat pembelajaran	10	8
8.	Siswa termotivasi pada saat pembelajaran	10	8
9.	Siswa nampak lincah dan bersemangat dalam belajar.	10	8
10.	Mandiri dalam belajar.	10	7
Total Skor		100	73

Pada akhir proses siklus 1, berdasarkan hasil observasi pada aktivitas pembelajaran yang ada pada tabel di atas mencapai skor 73% dan belum mencapai target yang ditetapkan. Dapat dilihat bahwa pembelajaran belum interaktif karena hanya mendapatkan skor 6. Keterlibatan siswa dalam pem-

belajaran dirasa masih kurang.

d. Refleksi

Refleksi pada pertemuan 1 diperoleh hasil bahwa berdasarkan lembar observasi aktivitas siswa, guru berdiskusi dengan kolaborator mengenai hasil yang telah diperoleh. Hasil yang diperoleh yaitu interaksi belajar belum

maksimal dan kegiatan belajar kurang kondusif.

Tindakan yang dilakukan pada siklus 2 merupakan hasil refleksi pada siklus 1. Berdasarkan hasil tes dan lembar observasi aktivitas siswa, guru berdiskusi dengan kolaborator agar siswa yang belum tuntas belajar bisa mendapatkan nilai yang baik. Dari hasil diskusi tersebut, maka penelitian dilanjutkan ke siklus 2 dengan perencanaan yang menekankan pada;

- 1) Memberi motivasi kepada siswa agar lebih aktif lagi dalam pembelajaran dan ketika sedang melakukan praktikum.
- 2) Menyampaikan materi pembelajaran sebelum melaksanakan praktikum.
- 3) Memberikan contoh sikap atau gerakan dalam melakukan *passing* bawah secara lebih detail.

Deskripsi Siklus 2

Tindakan siklus 2 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Adapun tahap-tahap yang dilakukan dalam tindakan siklus 2 adalah sebagai berikut.

a. Perencanaan Tindakan Siklus 2

Langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam tahap perencanaan untuk mencapai target pembelajaran dalam siklus 2 ini adalah sebagai berikut;

- 1) Menentukan waktu pelaksanaan tindakan,
- 2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang menggunakan media balon,
- 3) Mempersiapkan media pembelaja-

ran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran *passing* bawah bola voli,

- 4) Mempersiapkan dan menyusun instrumen penilaian yang meliputi:
(a) lembar observasi pembelajaran *passing* bawah bola voli, dan (b) lembar observasi pengamatan aktivitas belajar.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus 2

Tahap pelaksanaan tindakan siklus 2 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan.

1) Pertemuan 1

Pertemuan pertama dilakukan pada hari Senin, 12 Februari 2018. Proses tindakan pada siklus 2 difokuskan pada pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan balon. Proses pembelajaran pada siklus 2 pertemuan pertama adalah sebagai berikut;

a) Kegiatan awal

Diawali dengan salam, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi, menjelaskan materi pembelajaran *passing* bawah dengan balon dan melakukan pemanasan.

b) Kegiatan inti

Pertama : siswa mencermati contoh dari guru tentang cara melakukan *passing* bawah dengan menggunakan balon. Kedua siswa diberikan waktu untuk bertanya tentang contoh gerakan yang sudah dicontohkan. Proses pelaksanaannya adalah (1) latihan mengenakan balon pada lengan tanpa meluruskan lutut yang dilakukan secara berpasangan dan bergantian, (2) latihan mengenakan

balon pada lengan dengan meluruskan lutut yang dilakukan secara berpasangan dan bergantian, (3) siswa melakukan latihan gerakan *passing* bawah dengan balon secara berkelompok, (4) siswa dibagi menjadi empat kelompok dan melakukan latihan secara berkelompok.

c) Kegiatan akhir

Selesai kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi dan pendinginan. Setelah melakukan pendinginan siswa diberiskan, berhitung, dipimpin berdo'a dan dibubarkan.

2) Pertemuan 2

Pertemuan kedua dilakukan pada hari Senin, 19 Februari 2018. Proses tindakan pembelajaran pada siklus 2 pertemuan kedua adalah sebagai berikut;

a) Kegiatan awal

Diawali dengan salam, berdo'a, pre-sensi kehadiran siswa, memberikan apersepsi, menjelaskan materi pembelajaran *passing* bawah dengan balon dan melakukan pemanasan.

b) Kegiatan inti

Pertama, siswa mencermati contoh dari guru tentang cara melakukan *passing* bawah dengan menggunakan balon. Kedua, melaksanakan latihan gerakan *passing* bawah dengan menggunakan media balon. Proses pelaksanaannya adalah (1) latihan mengenakan balon pada lengan dalam posisi duduk dengan sekali *passing* ditangkap, (2) latihan mengenakan balon pada lengan dalam posisi duduk dengan berkali-

kali melakukan *passing*, (3) siswa melakukan latihan gerakan *passing* bawah dengan balon secara berkelompok (4) siswa dibagi menjadi empat kelompok dan melakukan latihan *passing* bawah sendiri-sendiri kemudian setelah selesai bergantian dengan teman satu kelompoknya.

c) Kegiatan akhir

Selesai kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi kemudian pendinginan. Setelah melakukan pendinginan siswa diberiskan, berhitung, dipimpin berdo'a dan dibubarkan.

c. Observasi

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung, diadakan pengamatan dan tes terhadap peserta didik. Pengamatan dan tes terhadap aktivitas peserta didik dilakukan oleh observer yang sudah ditunjuk. Observasi dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung.

Aktivitas guru selama kegiatan pembelajaran juga diamati oleh observer, namun tidak dinilai. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui apakah guru melaksanakan aspek yang diamati pada lembar observasi aktivitas guru dalam pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli menggunakan media balon.

Tabel 3. Hasil Tindakan Siklus 2

No	Kriteria	Jumlah peserta didik	Persentase (%)
1.	≥ 75	20	83,33
2.	≤ 75	4	16,67
Jumlah		24	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah 20 siswa (83,33%) yang berhasil mencapai target 75,00 sedangkan sebanyak 4 siswa (16,67%) belum berhasil mencapai

target 75,00. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis dan Agus (2016) yang berjudul “Peningkatan hasil belajar *passing* atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP”.

Tabel 4. Pengamatan Aktivitas Pembelajaran Siklus 2

No	Aktivitas Siswa	Skor Harapan	Skor Perolehan
1.	Keterlibatan siswa dalam pembelajaran	9	9
2.	Siswa mau dan mampu belajar	9	9
3.	Kegiatan pembelajaran yang interaktif	8	8
4.	Senang dalam mengikuti proses pembelajaran	10	10
5.	Memperhatikan pada saat pembelajaran	9	9
6.	Mengajukan pertanyaan pada saat pembelajaran	9	9
7.	Siswa tidak cepat merasa lelah pada saat pembelajaran	9	9
8.	Siswa termotivasi pada saat pembelajaran	9	9
9.	Siswa nampak lincah dan bersemangat dalam belajar.	9	9
10.	Mandiri dalam belajar.	9	9
Total Skor		100	90

Pada akhir tindakan siklus 2, berdasarkan hasil observasi pada aktivitas pembelajaran yang ada pada tabel di atas mencapai skor 90%, sementara skor harapan adalah 90%. Hal ini berarti target aktivitas pembelajaran pada siklus 2 sudah tercapai sesuai dengan target yang sudah ditentukan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rithaudin dan Hartati (2016) yang “Upaya Meningkatkan Pembelajaran *Passing Bawah Permainan Bola Voli Dengan Permainan Bola Pantul Pada Siswa Kelas IV Sd Negeri Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta*”.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus 2, kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah menggunakan media balon mengalami dibandingkan pada pertemuan sebelumnya, hal ini ditunjukkan dengan hasil evaluasi siswa yang bisa mencapai rata-rata 79,72. Sedangkan aktivitas pembelajaran siswa sudah mencapai angka 90%.

Pada kegiatan ini sudah menunjukkan kegiatan tujuan pembelajaran semua bisa tercapai. Peserta didik menjadi antusias dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli, dan tidak me-

rasa takut lagi saat melakukan gerakan *passing* bawah.

Media balon dapat meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli

Penggunaan media balon dalam proses pembelajaran *passing* bawah bola voli di SD Muhammadiyah Nitikan sudah tepat. Kondisi awal sebelum dilakukan tindakan, antusias peserta didik dalam mengikuti pembelajaran bola voli sangat rendah. Banyak peserta didik mengeluh pada saat guru memberikan materi pembelajaran bola voli. Setelah mengikuti pembelajaran, siswa merasakan tangannya sakit karena bola yang digunakan terlalu keras. Apabila hal seperti itu dibiarkan saja, maka kedepan Indonesia akan kehilangan atlet-atlet bola voli karena pengenalan bola voli sejak dini dilakukan kurang tepat.

Tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini mampu memberikan inovasi yang baru dalam pembelajaran bola voli di sekolah. Dalam mengikuti pembelajaran bola voli, peserta didik menjadi sangat antusias dan sangat gembira. Hal ini dibuktikan dengan lembar observasi aktivitas pembelajaran. Pada poin empat menunjukkan bahwa nilai yang diraih “merasa senang dalam mengikuti proses pembelajaran” mencapai angka 10. Angka tersebut berarti bahwa peserta didik sangat antusias dalam mengikuti pembelajaran bola voli.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aril Wijatmiko (2012), yang menunjukkan hasil belajar *passing* bawah meningkat

setelah dilakukan tindakan yang berupa pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan bola dari siklus 1 sampai siklus 2. Peningkatan tersebut meliputi peningkatan pembelajaran dan peningkatan hasil belajar. Berdasarkan hasil observasi pada siklus 1 aktivitas pembelajaran mencapai 72%, dan pada siklus 2 sudah mencapai target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 90%. Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus 1 kemampuan *passing* bawah siswa rata-rata adalah 72,46, dan yang mendapat nilai nilai 75,0 (berdasarkan KKM) sebanyak 18 siswa (56,52%), kemudian pada siklus 2 meningkat lagi dengan nilai rata-rata adalah 78,55, dan yang mendapat nilai mencapai KKM sebanyak 2 siswa (90%). Pada akhir siklus 2 hasil belajar siswa mencapai target yang diharapkan yaitu 90% siswa dapat mencapai KKM.

PENUTUP

Berdasarkan hasil pembahasan tindakan kelas yang sudah dilakukan pada kelas VC dengan materi “*Passing* Bawah Bola Voli” di SD Muhammadiyah Nitikan Yogyakarta, dapat ditarik kesimpulan dari hasil analisis data selama dua siklus menunjukkan bahwa;

1. Berdasarkan hasil observasi terhadap aktivitas pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan media balon terlihat bahwa siswa menjadi aktif dan tidak cepat jenuh dalam pembelajaran. Persentase aktivitas pembelajaran pada siklus 1 mencapai 73%, sedangkan pada siklus 2 aktivitas pembelajaran

sudah mencapai 90%. Skor harapan adalah aktivitas pembelajaran adalah 90%. Ini berarti target aktivitas pembelajaran sudah tercapai.

2. Berdasarkan hasil evaluasi pada siklus 1 kemampuan *passing* bawah siswa rata-rata nilai adalah 71,11 dengan 19 siswa (79,17%) siswa belum berhasil mencapai target dan 5 siswa (20,83%) sudah berhasil mencapai target. Evaluasi pada siklus 2 kemampuan melakukan gerakan *passing* meningkat rata-rata nilai menjadi 79,72 dengan 21 siswa (87,50%), berhasil mencapai target sedangkan 4 siswa (16,50%) belum berhasil mencapai target karena nilainya masih kurang dari 75.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Evriansyah Lubis, Muhammad Agus. 2016. "*Peningkatan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran Siswa SMP*". Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Vol 13, No 2.
- Aji Arifin dan Agung Budi Raharjo. 2016. *Character Building Tematik Saintifik Kontekstual Penjasorkes*. Surakarta. Media Tama
- Ahmadi Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Arikunto Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Arikunto Suharsimi. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Depdiknas. 1999. *Petunjuk Tes Ketrampilan Bolavoli Usia 13-15 Tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Hamalik Oemar. 2008. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ibrahim Rusli. 2001. "*Landasan Psikologis Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*." Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga Depdiknas.
- Mawarti Sri. 2009. *Permainan Bola Voli Mini Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Indonesia Nomor 2, tahun 6. Hlm. 67-71.
- Muhadi dan Aip Syarifuddin. 1993. *Pendidikan Jasmani dan kesehatan*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Munandar Utami. 1992. *Mengembangkan Bakat dan Kreativitas Anak Sekolah*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana.
- Nazir Moh. 2009. *Metode Penelitian*. Bogor. Ghalia Indonesia.
- Nenden. 2009. *Bermain Volley Yuk*. Bekasi: CV. Ananda Baika.
- Nurhasan. 2009. *Penilaian Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka
- PBVSI. PP. 1995. *Jenis-jenis Permainan Bola Voli*. Jakarta: Sekretariat Umum PP PBVSI.
- Sudjana Nana. 2009. *Dasar-dasar Proses Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugandi Achmad, dkk. 2004. *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang: IKIP PRESS.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung. Alfabeta.