



Meningkatkan keterampilan *passing* atas bola voli melalui media pembelajaran menggunakan alat bantu

Improve volleyball passing skill though learning media using assistive devices

Heru Sulistiadinata¹

¹*Program studi PJKR, STKIP Pasundan, Cimahi, Jawa Barat, 40512, Indonesia*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas bola voli melalui alat bantu bola futsal, bola plastik, bola karet, bola tenis dan tong besar. Metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas dengan model Kemmis & McTaggart. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Kiansantang Bandung sebanyak 33 siswa. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Analisis data dengan menggunakan deskriptif statistika dengan melihat KKM menggunakan Patokan Acuan Penilaian (PAP). Hasil penelitian menyatakan pembelajaran alat bantu dapat meningkatkan keterampilan *passing* atas bola voli. Pada siklus I terdapat peningkatan rata-rata kelas sebesar 62,57 dan sebanyak 10 siswa yang tuntas dengan persentase 29 % yang tidak tuntas sebanyak 25 siswa dengan persentase sebesar 71%. Pada siklus 2 sebanyak 35 siswa yang tuntas atau seluruh siswa dinyatakan tuntas dengan rata-rata kelas 80,86. Dapat disimpulkan bahwa penerapan alat bantu dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan *passing* atas bola voli..

Kata kunci: *passing* atas, media, alat bantu.

Abstract

The purpose of this study is to improve the passing skills of volleyball through the tools of futsal balls, plastic balls, rubber balls, tennis balls and large barrels. The method used is a classroom action research method with the Kemmis & McTaggart model. The subjects in this study were class XI students of SMK Kiansantang Bandung with 33 students. The research instrument used observation sheets. Data analysis using descriptive statistics by looking at KKM using Benchmark Assessment (PAP). The results of the study stated learning aids can improve passing skills on volleyball. In cycle I there was an increase in class average of 62.57 and 10 students who completed with a percentage of 29% who did not complete as many as 25 students with a percentage of 71%. In cycle 2 as many as 35 students who completed or all students declared complete with an average grade of 80.86. It can be concluded that the application of assistive devices can improve the learning outcomes of passing volleyball skills.

Keywords: *passing, media, assistive device*

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (UU RI No. 20. Tahun 2003).

Pembelajaran yang dialami oleh para peserta didik terkadang mengalami sebuah kesulitan dalam menguasai materi atau menguasai dalam kegiatan pembelajaran lainnya.

Hal itu terjadi karena kurangnya seorang peserta didik untuk tetap fokus memperhatikan seorang pengajar dalam memberikan materi atau bahan ajar.

Oleh karena sebagai seorang guru harus mempunyai kepribadian yang sangat berpengaruh pada pengalaman para peserta didik. Selain itu, cara pengajaran kita berpengaruh pada pencapaian dan prestasi masing-masing peserta didik yang berbeda dalam karakter setiap peserta didik yang berada di sekolah. Guru sebagai pendidik berinteraksi dengan peserta didik yang mempunyai potensi beragam (Hamzah & Kuadrat, 2009).

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani seorang guru harus mempunyai strategi dalam pembelajaran agar pembelajaran yang diberikan kepada siswa dapat dimengerti. Persoalan utama peserta didik yakni proses berubahnya tingkah laku siswa melalui berbagai pengalaman pembelajaran yang diperolehnya. Berbagai masalah dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani sering kerap terjadi. Siswa sering merasa bosan dengan pembelajaran yang itu-itu saja. Siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang berbentuk permainan atau *game* (Ginanjar, 2018). Kemudian, sering kita melihat seorang siswa yang mampu melakukan gerakan yang di tugaskan tetapi dia malah takut atau tidak serius melakukan gerakan karena kurang memiliki kepercayaan diri (Ginanjar, 2016). Paling menyedihkan, hampir sudah biasa guru penjas menghadapi siswa yang kurang disiplin (Hakim & Ginanjar, 2017).

Dari persoalan yang timbul “Bagaimana cara pengajar mengembangkan dan menciptakan strategi serta mengatur situasi yang memungkinkan peserta didik melakukan proses belajar sehingga bisa berubah tingkah lakunya dalam proses pengajaran?” Persoalan ini menyangkut masalah mengajar, yakni kegiatan dan pekerjaan yang harus dilakukan guru dalam proses pengajaran. Sama halnya dengan belajar, mengajar pun pada hakikatnya adalah suatu proses, yakni proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada disekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar. Pada tahap berikutnya mengajar adalah proses memberikan bimbingan/ bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar. Ini juga dapat disebabkan bahwa guru memegang kendali dalam pembelajaran, sedangkan siswa mengikuti pembelajaran yang diberikan oleh guru dengan menggunakan model pembelajaran langsung (Ginanjar, 2015). Sehingga, pembelajaran pendidikan jasmani yang dipusatkan pada model pengajaran langsung menghasilkan tingkat ketidakaktifan murid yang tinggi (Ginanjar et al., 2019; Roberts & Fairclough, 2011). Ditambah lagi bahwa kompetensi profesional guru pada saat *pre-service* maupun *in-service* masih sangat kurang (Ginanjar et al., 2019; Maksum, 2008).

Dari permasalahan yang ditimbulkan siswa dan guru, ini seperti yang terjadi pada observasi awal di SMK Kiansantang Bandung pada siswa kelas XI pada pelajaran bola voli masih banyak siswa yang belum menguasai gerak dasar bola voli. Sebanyak 10 siswa yang tuntas dengan persentase 29 % dan yang tidak tuntas 25 siswa dengan 71% dengan rata-rata kelas sebesar 62,57.

Bola voli merupakan permainan yang mengandung unsur kekuatan, kecepatan, dan kelenturan. Setiap cabang olahraga mempunyai cara dan karakteristik tersendiri, begitu pula dengan permainan bola voli. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa keterampilan yang tidak dapat dipisahkan yaitu *passing* atas, *passing* bawah, *smash*, blok, servis atas, servis bawah. Dalam karakteristik permainan bola voli secara umum memerlukan suatu kelincahan yang baik, karena permainan bola voli merupakan salah satu olahraga permainan yang tempo permainannya cukup cepat dan dinamis.

Sebagai olahraga yang sering dipertandingkan, bola voli dapat dimainkan dilapangan terbuka (*out door*) maupun dilapangan tertutup (*in door*). Karena makin berkembangnya olahraga ini, bola voli dapat dimainkan di pantai. Sebagai aturan dasar, bola boleh di pantulkan dengan seluruh anggota badan. Permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari atas 6 orang pemain (Beutelstahl, 2015).

Dalam permainan bola voli, *passing* atas merupakan pukulan/ pengambilan bola ke atas dan harus dikuasai oleh setiap pemain. Dengan melakukan *passing* atas maka bola yang dimainkan akan terarah baik dan sering memenuhi sasarannya (El-Kabumaini & Sanjari, 2011). Selain merupakan cara terbaik untuk mengirimkan bola kearah pemain yang berada dekat net (*set-upper*). Cara ini juga berlaku dalam memberikan umpan kepada spiker yang akan melancarkan serangan. Teknik *passing* atas memiliki perbedaan dengan teknik *passing* bawah. *Passing* atas adalah bola voli (*overhand pass*) adalah sebuah teknik dalam olahraga bola voli yang dilakukan untuk menahan, menerima, dan mengendalikan bola servis atau bola serangan dari tim lawan (Beutelstahl, 2015).

Untuk dapat bermain bola voli dengan baik harus memiliki keterampilan dalam bermain. Keterampilan adalah kemampuan untuk membawa beberapa hasil akhir dengan pengeluaran energi yang maksimal dan pengeluaran energi yang minimal. Menurut Anderson keterampilan diartikan pula sebagai kemampuan prosedural tentang cara menampilkan sesuatu tugas gerak tertentu yang terentang dari tingkat yang sederhana sampai paling kompleks. Maksudnya, keterampilan merupakan kualitas yang harus dicapai, sedangkan metode merupakan prosedur atau teknik yang digunakan untuk mengembangkan keterampilan (Hidayat, 2010).

Dari permasalahan pembelajaran bola voli mengenai *passing* atas agar dapat bermain bola voli dengan benar sudah tentu harus didukung dengan keterampilan gerak. Oleh karena itu peneliti akan menggunakan media pembelajaran dengan menggunakan alat bantu yang berupa bola futsal, bola plastik, bola karet, bola tenis dan tong besar.

Bola futsal digunakan untuk siswa melakukan gerakan dengan kedua lengan berada didepan dahi dan bola futsal berada di atas lengan. Bola plastik digunakan untuk melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan menggunakan bola plastik yang digantung di tali, sehingga siswa bisa merasakan sentuhan dari bola tersebut. Bola karet digunakan untuk melakukan gerakan *passing* atas bola voli menggunakan bola karet dengan cara diam ditempat supaya siswa lebih mudah melakukan gerakan *passing* atas bola voli. Bola tenis digunakan untuk melakukan gerakan seperti menggenggam, sehingga siswa bisa merasakan sentuhan bola tersebut dan agar bisa membiasakan diri. Bola karet digunakan untuk melakukan gerakan *passing* atas bola voli menggunakan bola karet dengan cara diam ditempat supaya siswa lebih mudah melakukan gerakan *passing* atas bola voli. Tong besar digunakan untuk melakukan *passing* atas bola voli dengan tong besar berada ditengah-tengan guru dan siswa, agar siswa dapat melakukan *passing* atas dengan baik.

Hasil berbagai penelitian menyatakan bahwa dengan menggunakan media pembelajaran telah berhasil dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Terdapat pengaruh yang signifikan dari media pembelajaran edukatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Karisman et al., 2018). Pemberian media audio visual berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya dada (Bastomi & Hartoto, 2018). Terdapat perbedaan gaya mengajar latihan menggunakan media visual dan gaya mengajar latihan menggunakan media audio visual terhadap hasil belajar pencak silat (Sumantri & Nasuka, 2016).

Berdasarkan pemaparan diatas yang didukung pula dengan hasil penelitian terdahulu yang menggunakan media pembelajaran telah banyak membantu dan berhasil dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Oleh karena itu, penelitian ini akan menggunakan media pembelajaran dengan menggunakan alat bantu dengan tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas menggunakan alat bantu.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis & McTanggart dan terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi (Ginanjari et al., 2020), yang sering disebut siklus.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Kiansantang Bandung sebanyak 33 siswa. Prosedur penelitian diawali dengan observasi terhadap siswa kelas XI SMK Kiansantang Bandung dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan materi pembelajaran bola voli dengan sub materi *passing* atas. Kemudian terdapat suatu masalah, maka untuk pemecahan masalah tersebut dengan menggunakan alat bantu bola karet, bola pelastuk, bola tennis dan tong sampah.

1. Perencanaan

Pada Tahap perencanaan ini peneliti menyusun perangkat pembelajaran dan instrumen, yaitu: (1) Rencana penelitian. (2) Catatan Lapangan

2. Tindakan

Penelitian tindakan ini menggunakan alat bantu yang disusun secara terstruktur mulai dari gerakan yang mudah sampai gerakan yang sulit. Hal tersebut dirancang sebagai berikut: Siklus I (8 x pertemuan) menggunakan bola plastik yang di gantung, melakukan gerakan seperti memeras (menggenggam) agar siswa menjadi terbiasa menggunakan bola tenis, melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan menggunakan bola karet sambil berdiam di tempat, melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan bola karet dengan cara sambil berjalan kedepan. Melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan menggunakan tong sampah dengan cara siswa berpasangan dengan guru, ketika guru melemparkan bola ke siswanya, siswa tersebut melakukan gerakan *passing* atas dan memasukkannya ke tong sampah. Tahapan gerakannya melakukan gerakan *passing* atas dengan menggunakan bola sebenarnya dengan cara siswa dibagi menjadi dua kelompok saling berpasangan, kemudian siswa tersebut saling mengoper bola dengan pasangannya masing – masing secara bergantian, melakukan gerakan *passing* atas dengan cara bermain dengan menggunakan lapang yang dimodifikasi tujuannya yaitu supaya siswa terangsang untuk bisa melakukan gerakan *passing* atas dengan baik dan benar.

Siklus II (8 x pertemuan) menggunakan bola plastik yang di gantung, melakukan gerakan seperti memeras (menggenggam) agar siswa menjadi terbiasa menggunakan bola tenis, melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan menggunakan bola karet sambil berdiam di tempat, melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan bola karet dengan cara sambil berjalan kedepan, melakukan gerakan *passing* atas dengan menggunakan bola konsol dan bola futsal, melakukan gerakan *passing* atas bola voli dengan

menggunakan tong sampah dengan cara siswa berpasangan dengan guru, ketika guru melemparkan bola ke siswanya, siswa tersebut melakukan gerakan *passing* atas dan memasukkannya ke tong sampah, melakukan gerakan *passing* atas dengan menggunakan bola sebenarnya dengan cara siswa dibagi menjadi dua kelompok saling berpasangan, kemudian siswa tersebut saling mengoper bola dengan pasangannya masing – masing secara bergantian, melakukan gerakan *passing* atas dengan cara bermain dengan menggunakan lapang yang dimodifikasi tujuannya yaitu supaya siswa terangsang untuk bisa melakukan gerakan *passing* atas dengan baik dan benar.

3. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan upaya mengamati pelaksanaan tindakan. Observasi terhadap proses tindakan yang dilaksanakan bertujuan untuk mendokumentasikan keterlaksanaan pembelajaran yang dituangkan dalam rencana tindakan, pengaruh tindakan yang berorientasi pada masa yang akan datang, dalam hal ini adalah kegiatan selanjutnya, serta digunakan sebagai dasar untuk kegiatan refleksi yang lebih kritis.

Kegiatan observasi dilaksanakan bersamaan dengan proses pembelajaran. Hal yang dicatat dalam kegiatan observasi ini antara lain proses tindakan, pengaruh tindakan yang disengaja maupun yang tidak disengaja, situasi tempat dan tindakan, dan kendala yang dihadapi. Semua hal tersebut dicatat dalam kegiatan observasi yang terencana secara fleksibel dan terbuka. Untuk mengetahui apakah proses pembelajaran yang dilakukan sesuai dengan skenario yang telah disusun bersama, perlu dilakukan evaluasi. Selain itu juga bertujuan untuk mengetahui tingkat ketercapaian sasaran pembelajaran yang diharapkan.

4. Refleksi

Refleksi merupakan bagian yang sangat penting untuk memahami dan memberikan makna terhadap proses dan hasil pembelajaran yang terjadi yang dilakukan dengan: (a) pada saat memikirkan tindakan yang akan dilakukan (b) ketika tindakan sedang dilakukan, dan (c) setelah tindakan dilakukan, adapun kegiatan yang dilakukan pada saat merefleksi, melakukan analisis, dan mengevaluasi atau mendiskusikan data yang harus diperoleh, penyusunan rencana tindakan yang hasil diperoleh melalui kegiatan observasi. Data yang telah dikumpulkan dalam observasi harus secepatnya dianalisis atau diinterpretasikan (diberi makna) sehingga dapat segera diberi tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan, jika diinterpretasikan data tersebut belum mencapai tujuan yang diharapkan maka peneliti dan observer melakukan langkah–langkah perbaikan untuk

diterapkan pada siklus selanjutnya. Akan tetapi jika pada pelaksanaan refleksi terhadap hal-hal dianggap baik, maka hal-hal yang baik tersebut harus terus digali.

Keempat komponen penelitian tindakan di atas yang berupa rangkaian tersebut dipandang sebagai siklus I dan II. Oleh karena itu, pengertian siklus pada hal ini ialah suatu putaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan (planning), tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflecting). Keputusan untuk menghentikan atau melanjutkan siklus merupakan keputusan bersama antara peneliti dan kolaborator. Siklus dihentikan jika peneliti dan kolaborator sepakat bahwa pemahaman pembelajaran gerakan *passing* atas dalam pembelajaran bola voli dan telah mampu meningkatkan motivasi mahasiswa dengan gerakan *passing* atas.

Instrumen yang digunakan di dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi menggunakan metode tahapan gerak yang tersiri dari 13 tahapan menurut Beutelstahl (2015). Maksudnya adalah data tersebut dapat diperoleh ketika siswa telah melaksanakan pembelajaran dan juga telah melaksanakan tes dan sumber data juga dapat diperoleh dari para kolaborator utama yang selalu mengamati selama proses tindakan berlangsung. Untuk lembar observasi yang digunakan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Lembar Observasi Keterampilan Dasar *Passing* Atas Bola Voli

Indikator	Urutan Sikap	1	2	3	4
Awalan	Kedua kaki dibuka selebar bahu dengan posisi sejajar atau salah satu berada di depan				
	Lutut ditekuk				
	Badan agak condong kedepan				
	Kedua tangan berada didepan dada dengan kedua sikut ditekuk sejajar dengan bahu				
Pelaksanaan	Kedua tangan berada di atas dahi				
	Jari – jari tangan diregangkan membentuk setengah bulatan				
	Mendorong kedua lengan dari atas dahi kedepan atas				
	Perkenaan bola pada ruas – ruas ujung jari tangan atas dan lengan				
	Kontak mata tertuju pada bola				
Akhiran	Kedua tangan lurus menjulur kedepan atas				
	Kedua tangan siap kembali seperti pada sikap awal				
	Setelah mendorong bola, posisi badan diangkat/tegak lurus				
	Posisi badan tidak diturunkan sehingga agak condong lagi ke depan serta kedua kaki kembali ke posisi awal				

Teknik analisis data yang digunakan dengan menggunakan deskripsi statistik dengan melihat KKM sebesar 75%. Untuk penentuan KMM dengan menggunakan Patokan Acuan Penilaian (PAP) menurut (Ginanjar et al., 2020) yang dapat di lihat pada tabel 2.

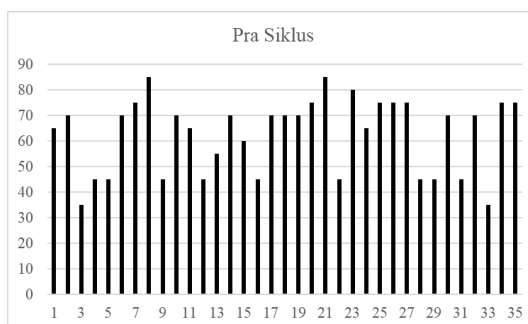
Tabel 2. Patokan Acuan Penilaian dalam Menentukan KKM

Prosentase	Rentang Nilai	Nilai
100%	52	100
95%	51-49	95
90%	48-47	90
85%	46-44	85
80%	43-42	80
75%	41-39	75
70%	38-36	70
65%	35-34	65
60%	33-31	60
55%	30-29	55
50%	28-26	50
45%	25-23	45
40%	22-21	40
35%	20-18	35
30%	17-16	30
25%	15-13	25
20%	12-10	20
15%	9-8	15

Batas KKM = -----

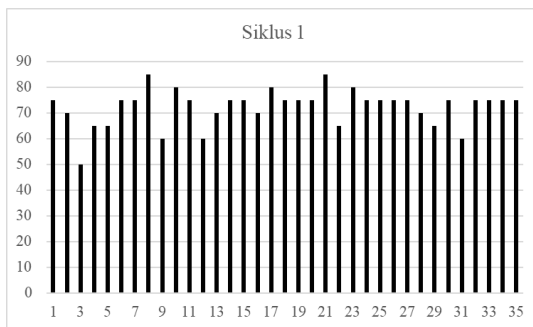
HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Pra Siklus sebanyak 10 siswa yang tuntas dengan persentase 29 % dan yang tidak tuntas 25 siswa dengan 71% dengan rata-rata kelas sebesar 62,57. Untuk jumlah siswa yang mencapai KKM dapat dilihat pada gambar 1.



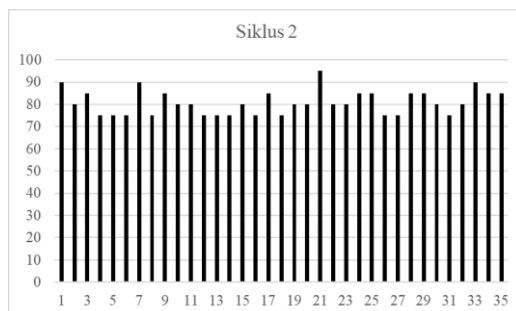
Gambar 1. Diagram Hasil Pra siklus

Pada siklus 1 sebanyak 23 siswa yang tuntas dengan persentase 66 % dan yang tidak tuntas 12 siswa dengan 34 dengan rata-rata kelas sebesar 72,29. Untuk jumlah siswa yang mencapai KKM dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Diagram Hasil Siklus 1

Pada siklus 2 sebanyak 35 siswa yang tuntas dengan rata-rata kelas 80,86. Untuk hasil nilai dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Diagram Hasil Siklus 2

Pelaksanaan tes hasil belajar passing atas siklus I dilaksanakan di halaman/lapangan sekolah. Sebelumnya guru menyiapkan beberapa peralatan yang akan digunakan dengan dibantu oleh beberapa siswa, antara lain menyiapkan meja, kursi, format penilaian hasil belajar passing atas, membuat batas lemparan dan tempat pelaksanaan tester. Sebelumnya siswa diperintahkan untuk melakukan pemanasan secara mandiri. Dalam pelaksanaan tes siklus I ini, peneliti dibantu oleh guru kolaborator untuk pencatatan data mentah tes hasil belajar passing atas dan mendokumentasikannya. Mekanisme pelaksanaan tes dimulai dari siswa no urut absensi 1, siswa diberi kesempatan sebanyak 3 kali kesempatan dengan bola yang dilempar melambung dari teman yang berada didepannya dengan jarak kurang lebih 4 meter. Siswa yang melempar

adalah siswa no urut absen 2, dan jika peserta tes no 1 sudah selesai maka otomatis peserta tes berikutnya adalah no urut absensi 2 dan yang menjadi pelempar adalah siswa no urut absensi 3, dan demikian seterusnya sampai pada siswa terakhir yaitu no urut absensi 35, maka yang jadi pelempar adalah siswa no urut absensi 1. Bola yang diberikan harus tepat dibagian dekat depan badan tester, bagi bola yang tidak tepat sasaran, maka kesempatan tersebut tidak dihitung.

Pada saat itu, observer dan guru kolaborator mulai mengamati satu per satu peserta tes mulai dari gerakan pada sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap akhirnya. Pada saat pelaksanaan tes, guru memberikan penghargaan kepada siswa yang gerakannya sudah bagus berupa perkataan “bagus/oke sip” sambil menunjukan jari jempolnya. Setelah tes selesai dilakukan, siswa diberiskan dan kemudian guru memberikan evaluasi sedikit tentang pelaksanaan tes tadi dan juga memberikan minuman gratis. Kemudian guru memberikan pendinginan (cooling down). Setelah selesai, kemudian kegiatan diakhiri dengan berdoa bersama dan memberikan salam

Pelaksanaan tes hasil belajar passing atas pada siklus I ini berjalan dengan lancar dan sesuai yang diharapkan sehingga semua subyek penelitian/peserta didik kelas XI SMK Kiansantang Bandung semua mengikutinya. Pada tes siklus I ini, kelihatan para siswa sudah ada peningkatan untuk gerakan passing atasnya. Namun demikian, masih terdapat beberapa siswa yang masih kurang benar dalam melakukan teknik dasar passing atas ini, terutama pada sikap pelaksanaan dan sikap akhir

Pada saat setelah bel berbunyi, seluruh siswa kelas XI pergi ke lapangan sekolah. Guru segera memanggil semua siswa menggunakan peluit dan kemudian mengkondisikan kelas dengan memerintahkan siswa untuk berbaris, mengabsen, berdoa, dan memberi apersepsi. Kemudian guru mengadakan tanya jawab kepada siswa, hal tersebut dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa tentang materi yang akan diajarkan. Setelah itu guru menjelaskan sedikit materi tentang teknik dasar passing atas sambil memberikan contoh gerakannya. Setelah itu, guru menyuruh siswa untuk melakukan pemanasan berupa peregangan otot secara statis dan dinamis. Kemudian melakukan pemanasan lainnya berupa permainan mencari pasangan, agar siswa lebih siap dalam melakukan tugas gerakan yang lebih berat.

Setelah melakukan pemanasan, guru kemudian memberikan penjelasan materi tentang cara melakukan gerakan teknik dasar passing atas melalui alat bantu bola plastik yang digantung dan mempraktekannya bersama dengan seluruh siswa secara bertahap/bagian perbagian dengan tanpa menggunakan bola. Guru membagi gerakannya menjadi 5 hitungan. Hitungan pertama yaitu melakukan gerakan sikap awal passing atas,

yaitu : 1) Kedua kaki dibuka selebar bahu, 2) salah satu kaki berada di depan, 3) lutut ditekuk, 4) Kedua tangan siap membentuk seperti mangkuk, 5) bola dilambungkan ke atas. Setelah gerakan dibagi menjadi lima hitungan, selanjutnya guru membagi gerakan passing atas menjadi tiga hitungan. Gerakan pada hitungan pertama masih sama seperti gerakan hitungan pertama sebelumnya, sedangkan gerakan pada hitungan kedua adalah merupakan penggabungan antara gerakan pada hitungan kedua dan ketiga yang sudah dilakukan sebelumnya, dan hitungan ketiga merupakan penggabungan gerakan pada hitungan keempat dan kelima yang sudah dilakukan sebelumnya.

Akhirnya, guru menyuruh siswa pada setiap barisannya untuk mempraktekannya sendiri dan dilakukan berulang-ulang sebanyak 5 kali. Setelah menjelaskan teknik dasar passing atas, kemudian guru menyuruh siswa untuk melakukan permainan lomba bola berantai. Siswa dibariskan menjadi 5 bershaf. Siswa yang terdapat pada shaf paling belakang memegang bola. Setelah ada bunyi peluit, siswa secepat mungkin memberikan bola pada teman yang di depannya. Bola diberikan lewat bawah selangkangan. Setelah bola berada pada orang yang paling depan (orang ke-1), maka bola harus dibawa kembali ke belakang untuk kemudian diberikan lagi pada orang yang berada di depannya. Sehingga orang ke-1 menjadi orang ke-5. Pada saat pelaksanaan permainan ini, terlihat siswa sangat bersemangat, beberapa siswa berteriak “ayo cepat ayo cepat”. Dah akhirnya setelah permainan ini usai, siswa langsung bertepuk tangan secara bersama-sama.

Setelah itu, selanjutnya siswa dibariskan menjadi 4 berbanjar dan siap untuk melakukan permainan lomba memindahkan bola. Orang pertama pada setiap kelompok menaruh bola di atas kedua pergelangan tangan. Setelah ada bunyi peluit, orang pertama pada setiap kelompok berlari untuk menyerahkan bola kepada orang kedua. Kemudian orang kedua menerima bola, dan selanjutnya menyerahkan bola kepada orang ketiga dengan teknik yang sama seperti orang pertama. Begitupun orang ketiga dan seterusnya. Setelah sampai pada orang terakhir bola dipindahkan ke dalam keranjang yang telah disediakan. Pada permainan ini juga, siswa kelihatan sangat serius, kelompok yang menang sampai berteriak “yeee,,,hore kami menang pa”, bahkan ada juga dari kelompok yang kalah berteriak “ah,,,pa ayo lagi pa”.

Setelah melakukan berbagai macam permainan, guru kembali mengumpulkan siswa dan membariskannya menjadi 3 bershaf. Kemudian guru memberikan contoh gerakan pendinginan, yaitu melakukan gerakan menjingkat-jingkatkan salah satu kaki dan kaki satunya lagi digetar-getarkan, kemudian pada saat bersamaan kedua tangan juga ikut digetar-getarkan di bawah dan di atas. Selanjutnya melakukan gerakan membungkukan badan, kemudian menggerakkan kedua lengan ke depan dan ke belakang secara bergantian

sambil menggerakkan badan sedikit ke arah atas dan bawah.

Setelah itu, guru menginstruksikan agar siswa laki-laki dan siswa perempuan dipisah. Kemudian siswa disuruh membuat 2 barisan dengan jarak satu lengan, kemudian siswa duduk dengan posisi kaki berada di samping bawah badan dan kedua tangan memegang bahu teman yang berada didepannya. Pada saat bunyi peluit seluruh siswa memijat bahu teman yang ada di depannya secara pelan-pelan dan tidak terlalu keras, setelah ada bunyi peluit lagi siswa kembali memijat bagian kaki teman yang berada dibelakangnya. Kemudian balik kanan dan melakukan hal yang sama. Gerakan berikutnya memukul dengan tangan mengepal ke bahu sampai kepunggung dengan pukulan pelan, kemudian balik kanan dan melakukan hal yang sama. Kegiatan diakhiri dengan guru memberikan evaluasi, berdoa bersama dan mengucapkan salam kepada seluruh siswa.

Tampaknya dengan menggunakan alat bantu dan diselengi dengan beberapa permainan pembelajaran passing atas membuat pelajaran permainan bola voli yang tadinya dirasakan membosankan berubah menjadi pelajaran yang menyenangkan. Hal tersebut dikarenakan dengan menggunakan alat bantu dan diselengi beberapa permainan para siswa merasa senang, gembira, bersemangat, tanpa ada beban, dapat berkompetisi. Di samping itu, dengan diberikannya permainan tersebut tanpa disadari siswa dilatih bereaksi untuk tetap siap, baik ketika belum datangnya bola, maupun pada saat datangnya bola, serta beberapa hal seperti kerjasama, toleransi, dan disiplin juga dapat terlatih. Sehingga pada siklus 2 semua siswa dapat mencapai KKM

Oleh karena itu penelitian ini mendukung dan memberikan gambaran baru bahwa memang dengan menggunakan media pembelajaran dengan menggunakan alat bantu dapat meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani. Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian terdahulu yang menggunakan media pembelajaran dapat membantu proses pembelajaran pendidikan jasmani, seperti hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari media pembelajaran edukatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Karisman et al., 2018). Pemberian media audio visual berpengaruh terhadap hasil belajar renang gaya dada (Bastomi & Hartoto, 2018). Terdapat perbedaan gaya mengajar latihan menggunakan media visual dan gaya mengajar latihan menggunakan media audio visual terhadap hasil belajar pencak silat (Sumantri & Nasuka, 2016). Penggunaan modifikasi media pembelajaran ternyata memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar passing atas bolavoli (Arisyando, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai teknik dasar bola voli dengan menggunakan alat bantu, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan *passing* atas bola voli dapat meningkat dengan menggunakan alat bantu bola futsal, bola plastik, bola karet, bola tenis dan tong besar. Pada siklus 1 sebanyak 23 siswa yang tuntas dengan persentase 66 % dan yang tidak tuntas 12 siswa dengan 34 dengan rata-rata kelas sebesar 72,29. Pada siklus 2 sebanyak 35 siswa yang tuntas dengan rata-rata kelas 80,86.

Oleh karena itu untuk guru sebisa mungkin untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas dapat menggunakan alat bantu bola futsal, bola plastik, bola karet, bola tenis dan tong besar dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Untuk yang akan melakukan penelitian lebih lanjut bias menggunakan alat bantu yang lain seperti bola basket, bola sepak bola dan lain-lain. Atau dapat menggunakan teknik lain diluar teknik *passing* atas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisyando, J. (2016). *Pengaruh Penggunaan Modifikasi Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Dalam Permainan Bolavoli Di SMA Katolik Santo Augustinus Kediri Tahun Pelajaran 2014/2015*.
- Bastomi, M. R., & Hartoto, S. (2018). Pengaruh Penerapan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1), 5–9.
- Beutelstahl, D. (2015). *Belajar Bermain Bola Voli*. Pionir Jaya.
- El-Kabumaini, N., & Sanjari, A. D. (2011). *Ensiklopedi Mini Bola voli*. Aulia.
- Ginanjari, A. (2015). The Influence of Inquiry Method in Motivating the SMP' Student. *Jurnal Kependidikan*, 45(2), 123–129. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/jk.v45i2.7489>
- Ginanjari, A. (2016). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani: Disiplin Motivasi dan Percaya Diri. *Jurnal MAENPO*, VI, 88–96.
- Ginanjari, A. (2018). The Tactical Games Models and Motivation Learning of Physical Fitness The Vocational School Students. *Jurnal Kependidikan Penelitian Dan Inovasi Pembelajaran*, 2(2), 409–419. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.10746>
- Ginanjari, A., Suherman, A., Juliantine, T., & Hidayat, Y. (2019). Sports Orientation during Learning Team or Individual Sports using A Sport Education Model. *Cakrawala Pendidikan*, 38(2), 377–386. <https://doi.org/10.21831/cp.v38i2.24021>
- Ginanjari, A., Supriadi, D., & Solihin, A. O. (2020). *Metode Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Jasmani*. STKIP Pasundan Press.
- Hakim, L. Al, & Ginanjari, A. (2017). Pengaruh Gaya Mengajar Guided Discovery dan Gaya Mengajar Komando Terhadap Disiplin Siswa SMA. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 26–32.

- Hamzah, B., & Kuadrat, M. (2009). *Mengelola Kecerdasan Dalam Pembelajaran*. Bumi Aksara.
- Hidayat, Y. (2010). *Psikologi Olahraga*. Wali Artika.
- Karisman, V. A., Friskawati, G. F., & Supriadi, D. (2018). Kontribusi Media Pembelajaran Edukatif dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Dasar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(2), 185–192.
- Maksum, A. (2008). *Kualitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah : Antara Harapan dan Kenyataan*.
- Roberts, S., & Fairclough, S. (2011). Observational analysis of student activity modes, lesson contexts and teacher interactions during games classes in high school (11—16 years) physical education. *European Physical Education Review*, 17(2), 255–268. <https://doi.org/10.1177/1356336X11420222>
- Sumantri, R. J., & Nasuka, S. (2016). Pengaruh Media Gaya Mengajar Latihan dan Tingkat Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Pencak Silat. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 127–133.
- UU RI No. 20. (2003). *Sistem Pendidikan Nasional*. Republik Indonesia.