

**PEMBELAJARAN PASSING ATAS BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN
SASARAN TEMBAK****Didit Heri Wibowo** ✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas
Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Agustus 2014
Disetujui Agustus 2015
Dipublikasikan
September 2015

Keywords:
*action research, target
shooting*

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan pembelajaran passing atas melalui permainan sasaran tembak dapat meningkatkan hasil belajar bagi siswa kelas V SDN Sidamulya 01 Tegal Tahun 2014. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal, sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang berjumlah 38 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar passing atas bola voli pada siswa kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal Tahun 2014. Nilai rata-rata hasil belajar passing atas pada siklus pertama (72,84) siklus kedua (76,52). Sehingga peningkatan hasil belajar dari siklus pertama hingga siklus kedua sebesar (3,68). Sedangkan jumlah siswa yang dinyatakan tuntas siklus pertama 27 siswa (71%) dan siklus kedua 34 siswa (89%). Kesimpulan penelitian ini, bahwa pembelajaran passing atas melalui permainan sasaran tembak bagi siswa kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal tahun 2014 dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Abstract

The purpose of this research is to investigate the application of learning through play passing over a target to improve learning outcomes for students in grade 01 Sidamulya SDN Tegal Year 2014 research was conducted at 01 Sidamulya SDN Tegal, the samples in this study were students of class V are numbered 38 students. This research is a class act consisting of two cycles where each cycle consists of four stages: planning, action, observation and reflection The results showed that the application of the method can improve learning outcomes play on volleyball passing the fifth grade students of SDN Tegal Sidamulya 01 Year 2014 . The average value of passing on the learning outcomes of the first cycle (72.84) second cycle (76,52). So that the learning outcome of the first cycle to the second cycle of (3.68). While the number of students who otherwise completed the first cycle of 27 students (71%) and the second cycle of 34 students (89%). The conclusion of this study, that the passing on learning through target shooting game for the fifth grade students of SDN Tegal Sidamulya 01 2014 can improve student learning outcomes.increase learning outcomes.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: didit_bowo@yahoo.co.id

ISSN 2252-6773

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan program pengajaran yang sangat penting dalam pembentukan karakter dan kebugaran para siswa. Pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk dapat beraktivitas olahraga secara rutin agar dapat tercipta generasi yang sehat dan kuat.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan pendidikan. Mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Bidang studi pendidikan jasmani memuat beberapa materi diantaranya permainan, kebugaran jasmani, senam, atletik, aktivitas ritmik, akuatik dan kesehatan dan lain-lain.

Pentingnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam pola pendidikan di Indonesia telah dirumuskan oleh pemerintah dalam Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003. Dengan ditetapkan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai mata pelajaran yang wajib diberikan di sekolah, telah membuktikan akan pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diajarkan mulai tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Atas (SMA) dan sederajatnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan telah menjadi bagian integral dari keseluruhan pendidikan. Sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang memiliki kedudukan penting dan strategis dalam pembangunan.

Permainan merupakan salah satu materi pendidikan jasmani yang tercantum dalam kurikulum. Permainan bola terdiri atas beberapa cabang olahraga yaitu permainan bola besar dan permainan bola kecil. Didalam permainan bola besar yang diajarkan di sekolah-sekolah, salah satunya adalah permainan bola voli.

Dalam konteks pendidikan, kedudukan dan fungsi permainan bola voli adalah sebagai

alat atau sarana pendidikan. Sebagai salah satu sarana pendidikan, penguasaan keterampilan bola voli, khususnya anak SD bukan satu-satunya tujuan yang hendak dicapai dalam proses pembelajaran, namun ada tujuan-tujuan pendidikan lain yang harus ditumbuhkembangkan dalam diri siswa sebagai individu utuh yang sedang tumbuh dan berkembang. Tujuan-tujuan pendidikan tersebut adalah pengembangan seluruh potensi yang dimiliki siswa baik yang melibatkan aspek-aspek kognitif, afektif, psikomotor, maupun sosial dalam pengertian yang lebih luas.

Tujuan utama pendidikan jasmani adalah mengembangkan individu menjadi individu-individu yang kreatif, berdaya cipta, dan yang dapat menemukan atau discover. Pendidikan adalah proses menolong, membimbing, mengarahkan, dan mendorong individu agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahap-tahap perkembangannya, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Ini berarti bahwa guru harus mendidik anak menjadi orang yang mampu melakukan hal-hal baru dan tidak hanya sekadar mengulang apa yang telah dilakukan generasi sebelumnya. Pendeknya, melalui pendidikan anak dipersiapkan untuk dapat melakukan perubahan. Guru pendidikan jasmani hendaknya melakukan hal yang terbaik untuk membantu anak mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia mereka di masa sekarang dan di masa yang akan datang.

Melalui permainan bola voli, seluruh potensi dari seluruh aspek tersebut diyakini berpotensi untuk dapat ditumbuhkembangkan. Sampai batas-batas tertentu, secara intern nilai-nilai pendidikan potensial dari seluruh aspek tersebut ada dalam permainan bola voli. Seperti misalnya, dengan berlatih dan bermain bola voli itu sendiri, juga dapat ditingkatkan keterampilan fisik, kebugaran jasmani, kemampuan berpikir, keterampilan sosial, bekerja sama, dan mengembangkan sikap positif dan fair play.

Nilai pendidikan yang terdapat dalam permainan bola voli yang dipaparkan di atas diharapkan dapat terinternalisasi dalam diri

para pelakunya, sehingga nilai-nilai tersebut dapat ditunjukkan, bukan hanya pada saat bermain bola voli, tetapi juga dalam kehidupan keseharian di masyarakat. Namun demikian, untuk mengimbangi dan mengantisipasi segala perubahan yang terjadi di masyarakat yang semakin kompleks, perlu dikembangkan nilai-nilai pendidikan yang lebih luas yang diduga relevan dengan perubahan-perubahan masyarakat tersebut.

Permainan bola voli adalah salah satu permainan memukul-mukul bola di udara melewati jaring/net (Edy Sih Miranto 2010:101). Permainan bola voli termasuk permainan bola besar. Tujuan permainan bola voli adalah menjatuhkan bola ke daerah lawan sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola untuk mencari angka.

Dalam permainan bola voli, seluruh bagian dapat digunakan asalkan pukulannya tidak ganda/double atau dapat dicapai dengan tiga pukulan. Permainan dimainkan dua regu/tim dan tiap-tiap timnya terdiri atas enam orang pemain.

Permainan bola voli dapat dimainkan oleh anak-anak maupun usia dewasa, baik laki-laki maupun perempuan. Jumlah angka yang harus diraih dalam satu game/set adalah 25 angka dengan sistem reli poin. Teknik dasar dalam memainkan bola voli yang harus dipelajari ialah passing bawah, passing atas, smash, spike, servise, dan membendung (blocking).

Passing atas adalah cara memainkan bola di atas depan dahi dengan menggunakan jari-jari tangan (Toto Subroto 2009:2.21). Passing atas biasanya digunakan untuk memainkan bola yang datang baik dari lawan maupun kawan seregu, yang memiliki ciri melambung dan kecepatannya mudah diprediksi. Misalnya bola yang datang dari servise lawan yang melambung, operan teman seregu, atau kadangkala dari bola yang disebrangkan dari pihak lawan (bukan dari servis) yang datang melambung. Di samping itu, passing atas juga sering digunakan untuk memainkan bola yang mementingkan ketepatan seperti spike dan tipuan ke lawan.

Rendahnya hasil belajar siswa pada pembelajaran teknik dasar bola voli khususnya passing atas yang mendasari latar belakang permasalahan bagi peneliti untuk mengkaji dan meneliti materi passing atas dalam permainan bola voli di SD Negeri Sidamulya 01 Kabupaten Tegal. Berdasarkan hasil data pra siklus dari sejumlah 38 siswa, hasil belajar siswa yang masih dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) sebanyak 18 siswa sedangkan 20 siswa sudah tuntas. Dengan demikian perlu diadakannya penelitian tindakan kelas pada siswa kelas V SD Negeri Sidamulya 01 Tahun 2014 agar dapat meningkatkan hasil belajar siswa sesuai dengan hasil yang diharapkan.

Ada beberapa kendala yang terjadi di dalam proses pembelajaran passing atas permainan bola voli bagi siswa kelas V SD Negeri Sidamulya 01 Kabupaten Tegal Tahun 2014 diantaranya hasil belajar siswa yang masih banyak berada di bawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu dengan nilai 72 serta rendahnya minat dan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran passing atas bola voli sehingga mempengaruhi hasil serta kualitas pembelajaran.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (classroom action research). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru/calon pelatih olahraga dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukannya, serta memperbaiki kondisi di mana praktek-praktek pembelajaran pendidikan jasmani / kepelatihan olahraga tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi untuk setiap siklusnya (Agus Kristiyanto, 2010:17).

Subjek penelitian adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Sidamulya 01 Kabupaten

Tegal Tahun 2014 dengan jumlah siswa sebanyak 38 siswa, jumlah siswa laki-laki 24 siswa dan jumlah siswa perempuan 14 siswa. Obyek dalam penelitian ini adalah pembelajaran passing atas bola voli melalui permainan sasaran tembak bagi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Sidamulya 01 Kabupaten Tegal tahun 2014. Waktu penelitian adalah waktu berlangsungnya penelitian atau saat penelitian dilangsungkan. Penelitian pada siklus pertama dilaksanakan pada tanggal 8 April 2014 sedangkan penelitian siklus kedua dilaksanakan pada tanggal 22 April 2014. Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan dalam melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini bertempat di halaman depan Sekolah Dasar Negeri Sidamulya 01 Kabupaten Tegal.

Untuk memperoleh data yang diharapkan, maka dalam penelitian ini penelitian menggunakan metode dokumentasi, metode observasi dan metode tes lisan. Prosedur dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK), prosedur atau langkah – langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk siklus penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua siklus dan pada masing-masing siklus terdiri atas empat tahap, yaitu planning (perencanaan), action (tindakan), observasi (pengamatan), reflection (refleksi). Instrument pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari: silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dan lembar observasi. Sedangkan instrument penelitian yang digunakan terdiri dari aspek psikomotor menggunakan tes praktik yang bertujuan untuk mengetahui keterampilan siswa dalam pembelajaran passing atas bola voli, aspek afektif yaitu dengan mengamati sikap siswa selama pembelajaran dan aspek kognitif dengan menggunakan tes lisan.

Dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini ada dua teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui hasil dari penelitian:

Teknik yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan hasil belajar passing atas bola voli melalui permainan sasaran tembak yang dilihat dari aspek psikomotor, aspek afektif, dan aspek kognitif.

Teknik yang digunakan untuk mendapatkan hasil akhir berupa nilai yang mencakup tiga aspek dalam pembelajaran, yaitu psikomotor, afektif dan kognitif pembelajaran passing atas bola voli yang telah dilakukan. Hasil tersebut dapat dibandingkan dengan setiap siklusnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

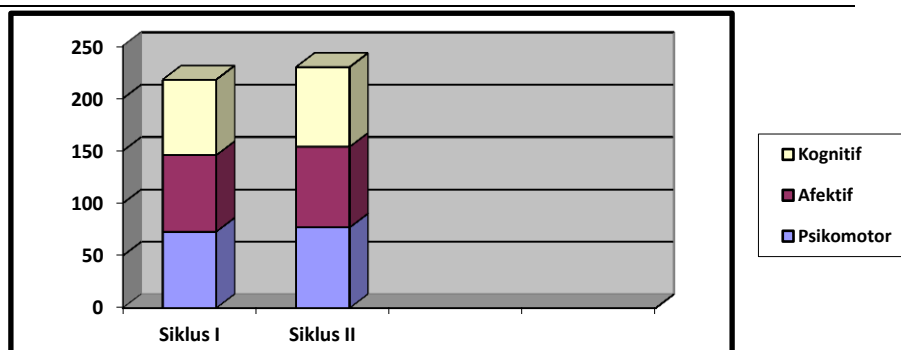
Rata-rata hasil belajar pada siklus pertama adalah 73. Sedangkan dari ketuntasan belajar pada siklus pertama jumlah siswa yang tuntas sebanyak 27 siswa, secara persentase ketuntasan belajar yaitu 71%. Sedangkan jumlah siswa yang belum tuntas sebanyak 11 siswa, secara persentase ketuntasan belajar yaitu 29%.

Rata-rata hasil belajar pada siklus kedua adalah 77. Sedangkan dari ketuntasan belajar pada siklus kedua jumlah siswa yang tuntas sebanyak 34 siswa, secara persentase ketuntasan belajar yaitu 89%. Sedangkan jumlah siswa yang belum tuntas sebanyak 4 siswa, secara persentase ketuntasan belajar yaitu 11%.

Penilaian rata-rata peserta didik pada siklus pertama dan kedua dapat diketahui dengan penilaian dari setiap aspek yaitu psikomotor, afektif, dan kognitif dalam pembelajaran siklus pertama dan siklus kedua. Peningkatan hasil pembelajaran passing atas bola voli melalui permainan sasaran tembak yang dilakukan oleh 38 siswa kelas V dari ketiga aspek dapat diperoleh hasil dari tabel berikut, pada tabel 1 dan gambar 1 berikut:

Tabel 1. Perbandingan Aspek Psikomotor, Afektif dan Kognitif

No	Aspek Yang Dinilai	Rata-Rata	
		Siklus I	Siklus II
1	Psikomotor	73	77
2	Afektif	73	77
3	Kognitif	72	76



Gambar 1. Diagram Perbandingan Aspek Psikomotor, Afektif dan Kognitif

Berdasarkan tabel diatas pada pembelajaran siklus pertama terlihat bahwa hasil pembelajaran belum maksimal dan banyak siswa yang belum tuntas KKM. Hal ini disebabkan oleh beberapa hal diantaranya:

- a) Metode pembelajaran yang digunakan kurang efektif. Sehingga masih banyak siswa yang kurang antusias terhadap pembelajaran passing bawah bola voli.
- b) Motivasi dan keaktifan siswa dalam belajar belum maksimal.

Dengan adanya perbaikan-perbaikan pada pembelajaran siklus kedua diatas didapatkan hasil pembelajaran yang jauh lebih meningkat dari siklus pertama. Siswa lebih tertarik dengan pembelajaran dan antusias dengan model pembelajaran yang diberikan. Pada siklus kedua siswa terlihat melakukan gerakan dengan serius dan bersemangat saat pembelajaran berlangsung.

Pada siklus pertama hasil belajar passing atas bola voli nilai tertinggi adalah 81 sedangkan nilai terendah 64 dan nilai rata-rata 72,84. Siswa yang telah tuntas sesuai KKM

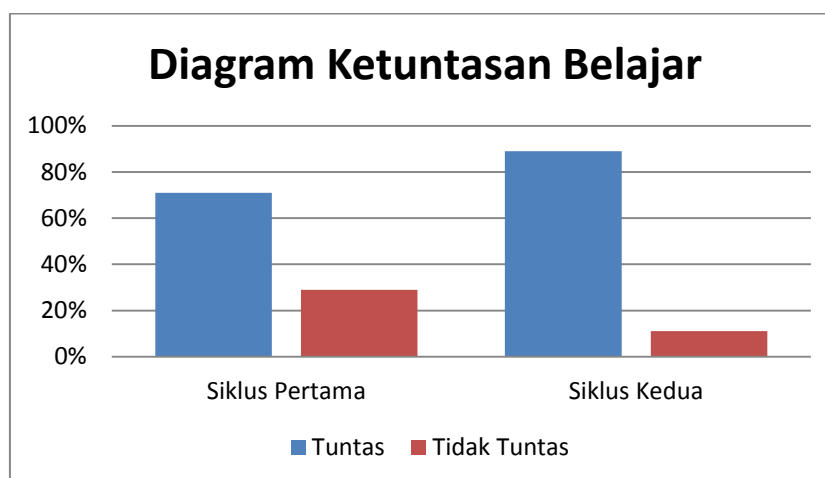
sebanyak 27 siswa, sedangkan yang belum tuntas KKM sebanyak 11 siswa. Sehingga presentase keberhasilan pada siklus pertama adalah 71% dan presentase yang belum tuntas adalah 29%.

Hasil belajar siswa pada siklus kedua adalah nilai tertinggi 85 sedangkan nilai terendah 70 dan nilai rata-rata 76,52. Siswa yang telah tuntas sesuai KKM sebanyak 34 siswa sedangkan yang belum tuntas KKM sebanyak 4 siswa. Sehingga presentase keberhasilan pada siklus pertama adalah 89% dan presentase yang belum tuntas adalah 11%.

Adapun perbandingan ketuntasan hasil belajar pada siklus pertama dan siklus kedua dapat dilihat pada tabel 2 dan gambar 2 berikut:

Tabel 2. Ketuntasan Belajar

No	Siklus	Ketuntasan Belajar	
		Tuntas	Tidak Tuntas
1	Pertama	71%	29%
2	Kedua	89%	11%



Gambar 2. Diagram Perbandingan Ketuntasan Belajar Siklus I dan Siklus

Pada siklus pertama persentase ketuntasan belajar yaitu 71% masuk dalam kriteria tinggi. Dan pada siklus kedua persentase ketuntasan belajar yaitu 89% masuk dalam kriteria sangat tinggi. Dengan demikian ketuntasan belajar siswa sudah mencapai target yang diharapkan dari peneliti yaitu 75% siswa tuntas sesuai KKM dari jumlah seluruh siswa kelas V SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa pembelajaran passing atas melalui permainan sasaran tembak dapat meningkatkan kualitas dan hasil belajar siswa kelas V SD Negeri Sidamulya 01 Kabupaten Tegal Tahun 2014. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan rata-rata hasil belajar siklus pertama ke siklus kedua. Rata-rata hasil belajar pada siklus pertama 73 meningkat menjadi 77. Sedangkan dari ketuntasan belajar pada siklus pertama jumlah siswa yang tuntas sebanyak 27 siswa secara persentase ketuntasan belajar yaitu 71%, masuk dalam kategori tinggi. Pada siklus kedua jumlah siswa yang tuntas sebanyak 34 siswa secara persentase ketuntasan belajar yaitu 89%, masuk dalam kriteria sangat tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. 2010. Penelitian Tindakan Kelas (dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga). Surakarta: UPT Penerbit dan Pencetakan UNS (UNS Press).
- Agus Mahendra. 2009. Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik. Jakarta: Universitas Terbuka
- Ali Maksum. 2008. Psikologi Olahraga. Penerbit: UNESA.
- Edi Sih Miranto. 2010. Penjas Orkes Kelas IV. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.
- Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih. 2009. Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Nurhasan. 2008. Evaluasi Dalam Pembelajaran Penjas. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Samsudin. 2009. Pemanfaatan Lingkungan dalam Pembelajaran Penjas. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Siti Safariatun. 2008. Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyanto. 2007. Perkembangan Dan Belajar Motorik. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Toto Subroto, dkk. 2009. Permainan Bola Besar. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Toto Subroto. 2008. Strategi Pembelajaran Penjas. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Zainal Aqib, dkk. 2011. Penelitian Tindakan Kelas. Penerbit: CV Yrama Widya.