



## HASIL BELAJAR PASSING BAWAH MENGGUNAKAN BOLA PLASTIK SISWA KELAS IV SD NEGERI WONOREJO 04 KEC PRINGAPUSI

Imam Widi Prasetyo\*, Harry Pramono, Sri Haryono.

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,

### Info n

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Oktober 2012  
Disetujui Oktober 2012  
Dipublikasikan Desember 2012

*Keywords:*  
motor skills  
critical thinking skills  
social skills  
reasoning  
emotional stability

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil belajar siswa menggunakan bola plastik Siswa Kelas IV SD Negeri Wonorejo 04. Penelitian tindakan kelas dilaksanakan dalam dua siklus tindakan. Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Penelitian ini adalah merupakan Penelitian Tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri Wonorejo 04 yang berjumlah 39 siswa. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, angket, dan tes hasil belajar passing bawah dengan menggunakan bola plastik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan bola plastik dapat meningkatkan penguasaan passing bawah pada siswa kelas IV SDN Wonorejo 04. Berdasarkan tes pada siklus pertama rata-rata 20 sampai 25 kali dan mengalami peningkatan pada siklus kedua 24 sampai 30 kali dalam waktu 60 detik, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa pendekatan bermain dapat diterima lebih mudah oleh siswa.

### Abstract

The purpose of this study is to investigate the learning outcomes of students use plastic balls Elementary School Fourth Grade Students Wonorejo 04. Action research conducted in two cycles of action. Physical Education is an integral part of the total education as a whole, aims to develop aspects of physical fitness, motor skills, critical thinking skills, social skills, reasoning, emotional stability, moral conduct, aspects of a healthy lifestyle and clean environment through the introduction of physical activity, sport and selected health systematically planned in order to achieve national education goals. This study is an action research class consisting of two cycles. Subjects were elementary school fourth grade students Wonorejo 04 totaling 39 students. The data collection methods used in this research is to use observations, questionnaires, and passing the achievement test using a plastic ball. The results showed that by using a plastic ball can improve their passing below the fourth grade students of SDN Wonorejo 04. Based on the test in the first cycle an average of 20 to 25 times and an increase in the second cycle of 24 to 30 times within 60 seconds, the results obtained show that accepted approach play can more easily by students.

© 2012 Universitas Negeri Semarang

## PENDAHULUAN

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu akan dapat dicapai dalam waktu cukup lama. Oleh karena itu, jasmani dan olahraga terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal ini tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung terciptanya pembelajaran yang kondusif.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social. Penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Ia merupakan salah satu dari subsistem-subsistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerak fisik. Menurut Toho Cholik dan Rusli Lutan (2001), bahwa pendidikan jasmani merupakan serangkaian materi pelajaran yang memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani rohani peserta didik. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diutamakan mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran.

Maka dari itu pendidikan olahraga merupakan pendidikan yang utama untuk menunjang prestasi siswa. Untuk menciptakan proses pembelajaran yang sehat dalam dunia pendidikan harus meliputi beberapa hal sebagai berikut. Menurut Rahmat Djatun (1990: 35) adalah: (1) Anak Didik (2) Pendidik (3) Tujuan Pendidikan (4) Alat Pendidikan (5) Lingkungan Pendidikan. Komponen-komponen tersebut harus ada di dalam berlangsungnya proses pembelajaran.

Komponen-komponen tersebut di atas harus ada di dalam berlangsungnya suatu pendidikan. Jadi pendidikan tidak akan berarti apabila tidak ada yang di didik, demikian pula dengan pendidikan juga tidak akan berjalan apabila tidak ada siapa yang menjalankan pendidikan tersebut, serta pendidikan tidak ada gunanya kalau tidak ada tujuan. Pendidikan jasmani di sekolah harus memenuhi konsep-konsep di atas, dan mempunyai tujuan tertentu yang mengarah ke tujuan pendidikan. Yaitu meningkatkan kesegaran jasmani dan daya tahan tubuh siswa, dengan bugarnya

kondisi siswa akan mempengaruhi tingkat belajar siswa serta minat dalam mengikuti pembelajaran. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama. Ini berarti bahwa keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan banyak tergantung pada proses pembelajaran.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, ada baiknya di kemukakan sebuah definisi dari pembelajaran " Pembelajaran ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya " (Surya:2004). Menurut Surya (2004) lebih lanjut bahwa ada beberapa prinsip yang menjadi landasan pengertian tersebut di atas ialah :

Pertama, pembelajaran sebagai usaha memperoleh perubahan perilaku. Prinsip ini mengandung makna bahwa ciri utama proses pembelajaran itu adalah adanya perubahan perilaku dalam diri individu. Artinya seseorang telah mengalami pembelajaran akan berubah perilakunya. Tetapi tidak semua perubahan perilaku sebagai hasil pembelajaran. Perubahan perilaku sebagai hasil pembelajaran mempunyai ciri-ciri sebagai berikut : (a) perubahan yang disadari, artinya individu yang melakukan proses pembelajaran menyadari bahwa pengetahuan, keterampilan, dan ia lebih yakin terhadap dirinya. (b). Perubahan bersifat kontinyu (berkesinambungan) Artinya suatu perubahan yang terjadi, menyebabkan terjadinya perubahan perilaku yang lain. (c). Perubahan bersifat fungsional, artinya perubahan yang telah diperoleh sebagai hasil pembelajaran memberikan manfaat bagi individu yang bersangkutan. (d) perubahan bersifat positif, artinya terjadi adanya penambahan perubahan dalam diri individu (e) Perubahan yang bersifat aktif, artinya perubahan itu terjadi dengan sendirinya, akan tetapi melalui aktivitas individu. (f). Perubahan yang bersifat permanent (menetap) , artinya perubahan yang terjadi sebagai hasil pembelajaran akan berada secara kekal dalam diri individu, setidak-tidaknya untuk masa tertentu. (g). Perubahan yang bertujuan dan terarah, artinya perubahan itu terjadi karena ada sesuatu yang akan yang akan dicapai.

Kedua, Hasil pembelajaran ditandai dengan perubahan perilaku secara keseluruhan. Prinsip ini mengandung makna bahwa perubahan perilaku sebagai hasil pembelajaran adalah meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Ketiga, pembelajaran merupakan suatu proses. Prinsip ketiga ini mengandung makna bahwa pembelajaran itu merupakan suatu aktivi-

tas yang berkesinambungan.

Keempat, proses pembelajaran terjadi karena adanya sesuatu yang mendorong dan ada sesuatu tujuan yang akan di capai. Prinsip ini mengandung makna bahwa aktivitas pembelajaran itu terjadi karena adanya kebutuhan yang harus dipenuhi dan harus dipuaskan, dan adanya tujuan yang ingin dicapai.

Kelima, pembelajaran merupakan bentuk pengalaman. Pengalaman pada dasarnya adalah kehidupan melalui situasi yang nyata dengan tujuan tertentu.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. (Cholik Mutohir, 1992).

#### Metode Penelitian

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas Subyek penelitian Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN Wonorejo 0Kecamatan Pringapus, Kabupaten Semarang, provinsi Jawa Tengah dengan jumlah 39 siswa. Tempat penelitian Penelitian ini dilakukan di SDN Wonorejo 04 Kecamatan Pringapus, Kabupaten Semarang, provinsi Jawa Tengah Waktu penelitian Waktu penelitian diperkirakan selama 2 bulan yaitu bulan Mei – Juni, sedangkan waktu perencanaan sampai penulisan laporan hasil penelitian dilakukan selama semester genap tahun 2011/2012.

Lama tindakan Waktu untuk melaksanakan tindakan pada bulan Mei-Juni mulai dari siklus I dan siklus II. Pengumpulan data Metode Observasi Penulis melihat secara langsung tentang keadaan atau kondisi siswa SDN Wonorejo 04 kecamatan Pringapus, kabupaten Semarang. Penelitian menerapkan metode penelitian tindakan kelas model Kurt Lewin. Konsep pokok penelitian tindakan kelas Kurt Lewin meliputi empat komponen, yaitu perencanaan (planning), tindakan (acting), pengamatan (observing) dan refleksi (reflecting). Keempat komponen ini menjadi satu siklus. Dalam penilaian ini dilakukan dua kali siklus. Setiap siklus meliputi : Tahapan Perencanaan (planning)

Meliputi pembuatan perangkat pembel-

ajaran, persiapan sarana dan prasarana penelitian serta menentukan indikator kinerja.

Tahapan Pelaksanaan Tindakan (acting) Meliputi segala tindakan yang tertuang dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).

Tahapan Pengamatan (Observing)

Meliputi pembuatan instrument penelitian, pengumpulan data berupa nilai evaluasi siswa setelah mendapatkan tindakan, menganalisa data dan menyusun langkah-langkah perbaikan.

Tahapan Refleksi (Reflecting)

Dilakukan melalui diskusi teman sejawat dan masukan dari para ahli dibidang Penelitian Tindakan Kelas.

#### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Setelah melakukan dan menyelesaikan siklus pertama dan siklus kedua, pada pembelajaran bolavoli menggunakan bola plastik ternyata atau pembelajaran bolavoli dengan menggunakan bola plastik menunjukkan adanya peningkatan Berdasarkan hasil observasi siswa pada siklus penelitian pada proses pembelajaran bolavoli menggunakan bola plastik menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa Berdasarkan hasil tes praktik yang dilakukan kepada siswa, dari mulai sikap awal, cara passing, dan sikap akhir melempar, pada akhir siklus ternyata mendapat kenaikan.

Tiap siklus dari Tabel 9 terlihat ada peningkatan pada tes praktik tiap aspek. Pada Aspek sikap Awal pada siklus pertama mencapai 95% putra, dan 70% untuk putri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 100 dan putri 80%. Ada kenaikan 5% untuk putra dan ada lonjakan kenaikan 20% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 75%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada Tabel 4, persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran sikap Awal pada permainan bolavoli menggunakan bola plastik, berkategori Sangat Efektif untuk putra dan efektif untuk putri.

Aspek Cara passing pada siklus pertama mencapai 80% putra, dan 60% untuk putri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 90% dan putri 80%. Ada kenaikan 10% untuk putra dan ada lonjakan kenaikan 20% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 85% putra dan putri mencapai 70%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran bolavoli menggunakan bola plastik, berkategori Sangat Efektif untuk putra dan efektif untuk putri. Aspek Sikap Akhir pada siklus pertama mencapai 80% putra, dan 65% untuk put-

ri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 90% dan putri 80%. Ada kenaikan 10% untuk putra dan ada lonjakan kenaikan 15% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 85% putra dan putri mencapai 72,5%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada Tabel persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Sikap Akhir pada permainan bolavoli menggunakan bola plastik, berkategori Sangat Efektif untuk putra dan efektif untuk putri.

#### Simpulan

Penelitian Tindakan Kelas dengan judul “ Pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah pada siswa kelas IV SD Negeri Wonorejo 04 Kecamatan Pringapus “ menghasilkan kesimpulan

Pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah pada siswa kelas IV mengalami peningkatan. Adanya peningkatan respon siswa terhadap Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik tercermin pada hasil observasi siswa, baik pada pelaksanaan PTK siklus I maupun pada siklus II.

Suasana siswa dalam mengikuti proses pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik mengalami peningkatan. Kesimpulan ini didasarkan dari data hasil observasi rekan sejawat yang menjadi observasi pada pelaksanaan pembelajaran, baik pada siklus I maupun pada siklus II.

Kendala siswa dalam mengikuti proses pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik mengalami peningkatan. Yang sebelumnya ada siswa yang merasa kesulitan dalam pembelajaran bolavoli menjadi enjoy dan senang.

Pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah pada siswa kelas IV mengalami peningkatan. Adanya peningkatan respon siswa terhadap Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik tercermin pada peningkatan nilai hasil evaluasi belajar siswa, baik pada pelak-

sanaan PTK siklus I maupun pada siklus II.

#### Saran

Mengacu pada kesimpulan di atas, maka Pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastik untuk meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa.

1. Kepada rekan sejawat (guru) diharapkan mampu mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran dengan menitikberatkan pada partisipasi aktif siswa melalui pembelajaran yang interaktif.

2. Untuk meningkatkan kualitas pendidikan kiranya Bapak Kepala Sekolah dan Pengawas TK/SD perlu memberikan bimbingan secara berkala kepada guru, terutama untuk meningkatkan pengelolaan pembelajaran. Perlu juga kiranya untuk mensosialisasikan keberhasilan Pembelajaran Permainan Bolavoli menggunakan bola plastic di SDN Wonorejo 04 kepada rekan guru yang lain, sebagai perbandingan dan sharing pengetahuan dalam membimbing siswa.

3. Kepada peneliti berikutnya yang akan menerapkan modifikasi pembelajaran yang sama, diharapkan hasil Penelitian Tindakan Kelas ini dapat dijadikan sebagai salah

#### Daftar Pustaka

- Munasifah, 2009, Bermain bolavoli, Semarang, Aneka Ilmu
- Samsudin, 2008, Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, Jakarta, Litera
- Dieter Beutelstahl, 2011, Belajar Bermain Bolavoli, Bandung, Pioner jaya
- Prof. Dr. H. E. Mulyana, M.Pd, Praktik Penelitian Tindakan Kelas, Bandung, Remaja rosdakarya
- Prof Suharsini Arikunto, 2009, Penelitian Tindakan Kelas, Jakarta, Bumi Aksara
- Agus kristiyanto, 2010, PTK dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan olahraga, Surakarta, UNS Press