

P-ISSN ----
E-ISSN ----



Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan
Volume 1, Nomor 1, September 2020

PENERAPAN MEDIA BOLA GANTUNG TERHADAP MINAT DAN HASIL PASSING BAWAH BOLA VOLLY PADA SISWA KELAS VII SMPN 19 PERCONTOHAN

Satriya, Zikrur Rahmad, dan Didi Yudha Pranata
Program Studi Pendidikan Jasmani
STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh
Email: satriyasatri70@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli dengan media pembelajaran yang memodifikasi pada siswa SMPN 19 Percontohan. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 19 Percontohan, adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah kelas VII yang berjumlah 20 orang siswa. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan minat belajar passing bawah bola volly melalui media bola gantung. Data aktifitas siswa diamati oleh peneliti, kemudian ditulis dalam lembar observasi awal yang telah disediakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan passing bawah bola volly sebelum dilakukan penelitian tindakan kelas (PTK). Pada kondisi awal rata-rata ada 11 siswa yang nilainya masih dibawah KKM, pada siklus ini hanya terlihat hanya 9 siswa yang belum bisa melakukan teknik atau keterampilan passing bawah dengan benar. Jadi masih ada 45% siswa di kelas VII yang belum bisa melakukan teknik passing bawah dengan benar dan nilainya masih dibawah KKM dalam siklus ini, sementara 55% siswa sudah dapat melakukan passing bawah.

Kata Kunci: ketertarikan belajar, pengawasan, bola volli

ABSTRACT

This research is a Classroom Action Research (PTK). This study aims to improve the learning outcomes of volleyball passing underneath with modifying learning media for students at SMPN 19 Percontohan. This research was conducted at SMP Negeri 19 Percontohan, while the subject of this study was class VII, totaling 20 students. This research was conducted with the aim of increasing interest in learning volleyball under-passing through hanging ball media. Student activity data was observed by the researcher, then written in the preliminary observation sheet provided to determine the extent of the volleyball's under-passing ability prior to classroom action research (PTK). In the initial condition, on average there were 11 students whose scores were still below the KKM, in this cycle only 9 students were seen who had not been able to do the under-passing technique or skills correctly. So there are still 45% of students in class VII who have not been able to do the under-passing technique correctly and their scores are still below the KKM in this cycle, while 55% of students are already able to do under-passing.

Keywords : interest in learning, under passing, volleyball.

PENDAHULUAN

Pada proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan lebih banyak belajar keterampilan gerak dari pada teori. siswa tidak hanya mendengarkan dan menyerap materi yang disampaikan oleh guru, tetapi siswa juga ikut terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Dari proses pembelajaran tersebut siswa dapat menghasilkan suatu perubahan yang bertahap dalam dirinya, baik dalam bidang pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Adapun tujuan pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Menurut Rahayu (2013: 1) untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Secara umum bola voli tidak banyak mengandung resiko cedera bagi parah pemainnya, karena tidak terjadi kontak langsung dengan pemain lawan di lapangan. Sebagaimana cabang olahraga yang lain, permainan bola voli juga mengandung nilai pendidikan, maka permainan bola voli diberikan dalam lingkungan pendidikan. Dalam hal ini sebuah metode mengajar yang sesuai supaya siswa mudah mempelajarinya, mengelola siswa dan mengemas metode mengajar dengan bahan ajar secara menarik yang bisa merangsang minat belajar siswa dan ketidaksiwaan siswa dalam melakukan permainan bola voli. Agar metode mengajar yang diterapkan dapat dirangsang dengan baik. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan dasar passing bawah bola voli, yang dimana faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan dasar passing bawah dengan baik diperlukan unsur-unsur kondisi fisik seperti: kekuatan, kelincahan, daya tahan, dan ketangkasan oleh anak.

Menurut Lutan (2003 :15) Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam pendidikan jasmani juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar. Melalui proses belajar tersebut, maka terjadi perubahan perilaku yang relative melekat. Secara sederhana pendidikan jasmani tidak lain adalah proses belajar bergerak. Selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran dalam pendidikan jasmani anak yang diajarkan untuk bergerak melalui pengalaman tersebut akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya.

Pengajaran pendidikan jasmani baru dikatakan sukses jika mampu membangkitkan suasana belajar pada siswa. Perlu dicermati baik-baik, bahwa pendidikan jasmani itu diartikan sempit hanya sebagai kesempatan bagi siswa untuk mendapatkan kegiatan sebagai penyela kesibukan belajar atau sekedar untuk mengamankan siswa supaya tertib. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup domain psikomotor, kognitif dan afektif. Dengan kata

lain, melalui aktifitas jasmani itu anak diarahkan untuk belajar, sehingga terjadi perubahan perilaku, tidak saja menyangkut aspek fisik, tetapi juga intelektual, emosional dan moral.

Pengajaran selalu bertitik tolak dari perumusan tujuan. Tujuan yang tidak realistik akan menimbulkan frustrasi dan wabah kegagalan pada siswa. Pendidikan jasmani yang sukses memberikan pengalaman berhasil pada siswa. Karena itu merumuskan tujuan pendidikan jasmani yang sesuai dengan asas praktik pengajaran yang berorientasi pada perkembangan dan pertumbuhan siswa. Untuk mencapai tujuan perlu disusun perencanaan pengajaran. Selain jenis tugas gerak juga perlu dirancang rangkaian tata urutan tugas ajar yang menggiring ke arah pencapaian tujuan yang lebih meningkat.

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana dan prasarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya. Olahraga dan pendidikan jasmani sering diartikan sebagai dua hal yang sama, akan tetapi olahraga dan pendidikan jasmani sebenarnya memiliki perbedaan yang signifikan. Berdasarkan dengan olahraga yang biasanya lebih bersifat kompetitif dan mengunggulkan prestasi, didalam pendidikan jasmani lebih diutamakan keterampilan proses dari pada pencapaian prestasi.

Dengan demikian dari pengalaman peneliti selama PPL pada saat pembelajaran menunjukkan bahwa minat permainan dalam bidang bola volly masih sangat kurang khususnya passing bawah bola volly kelas VIII SMP 19 Percontohan. Pada umumnya, siswa-siswi di sekolah tersebut merasa kesulitan untuk melakukan passing bawah dalam permainan bola volly. Sehingga siswa menganggap permainan ini kurang menarik untuk dilakukan. Pada waktu masa PPL peneliti melihat, banyak siswa yang kurang mampu melakukan passing bawah dikarenakan bagi mereka dengan passing bawah tersebut terlalu melelahkan dan menguras tenaga siswa. Sehingga siswa lebih memilih melakukan permainan yang lain. Hal tersebut dikarenakan pengetahuan siswa tentang bola volly masih sangat kurang dan hanya memahami satu permainan olahraga yang dianggap menarik. Siswa menganggap bahwa permainan bola volly sulit untuk dilakukan terutama saat melakukan passing.

Dari latar belakang di atas, maka peneliti menganggap permasalahan tersebut haruslah dicari solusinya. Dalam usaha peningkatan pembelajaran bola volly tersebut, maka guru harus lebih kreatif dalam memberikan materi. Salah satu metode atau pendekatan pembelajaran yang harus dilakukan oleh peneliti adalah dengan cara permainan bola gantung. Tindakan kelas dengan memodifikasi media pembelajaran ini, untuk mengkaji apa dengan memodifikasi media pembelajaran ini dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola volly. Melalui media meningkatkan hasil belajar siswa, dengan judul, "*Penerapan Media Bola Gantung Terhadap Minat Dan Hasil Passing Bawah Bola Volly Pada Siswa Kelas VII SMPN 19 Percontohan*".

Menurut Winataputra (2008 : 18) Pembelajaran adalah kegiatan yang dilakukan untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Oleh karena itu pembelajaran merupakan sistematis dan sistematis untuk menginisiasi, memfasilitasi, dan meningkatkan proses belajar maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat dengan jenis hakikat, dan jenis belajar serta hasil belajar tersebut. Pembelajaran harus menghasilkan belajar, tapi tidak semua proses belajar terjadi karena pembelajaran. Proses belajar terjadi juga dalam konteks interaksi sosial- kultural dalam lingkungan masyarakat.

Menurut Suherman (2000 : 19) ruang lingkup penjasorkes pada umumnya terletak pada pendidikan yang bertujuan untuk menggerakkan dan mengembangkan aspek psikomotor pada siswa, dan hal ini sangat penting untuk dipahami oleh setiap guru penjasorkes. Namun pada dasarnya pengertian penjasorkes sendiri merupakan terjemahan dari *physical education* yang digunakan di Amerika. Sedangkan makna dari penjasorkes sendiri adalah pendidikan mengenai fisik dan mental seseorang. Jadi arti pendidikan disini adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dalam usaha untuk mendewasakan anak melalui pengajaran dan pelatihan. Dengan demikian penjasorkes adalah proses aktifitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan dan pendidikan.

Dalam Suherman (2000 : 26) tujuan umum penjasorkes di sekolah adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai sikap dan membiasakan hidup sehat, memacu aktifitas sistem peredaran darah, pencernaan, pernafasan, persyarafan. Penjasorkes dapat menanamkan nilai-nilai disiplin, kerjasama, sportivitas, kegemaran untuk melakukan aktivitas jasmani.

Oleh karena itu apabila pembelajaran penjasorkes yang dilaksanakan di sekolah dapat terorganisir dengan baik, akan dapat memberikan sumbangan yang sangat berarti dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani yang harmonis maupun dalam rangka menyiapkan siswa secara fisiologis yang mengarah kepada usaha-usaha keras berguna untuk meningkatkan kemantapan jasmani dan rohani dalam membantu mengembangkan kemampuan dan kepribadian yang sangat besar pengaruhnya terhadap menyesuaikan diri di dalam lingkungannya dan jelaskan bahwa materi yang disajikan dalam pembelajaran penjasorkes harus menunjang tujuan dalam pengajaran penjasorkes itu sendiri.

Menurut Suherman (2000 : 20) Tujuan penjasorkes harus berorientasi pada setiap siswa pendekatan pemecahan masalah merupakan cara yang apabila digunakan dalam pengajaran atau pelajaran pendidikan jasmani. Karena pendekatan ini dapat meningkatkan partisipasi maksimum, memberikan keleluasan gerak yang memadai dan meningkatkan kemungkinan keberhasilan. Secara umum tujuan pendidikan jasmani menurut Suherman (2000 : 23) dapat di klasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu:

- a. Perkembangan fisik tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas- aktivitas yang melibatkan kekuata-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang.
- b. Perkembangan gerak yaitu tujuannya berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna.
- c. Perkembangan mental yaitu berhubungan dengan kemampuan berfikir dengan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani kedalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.
- d. Perkembangan sosial yaitu berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Menurut Suryabrata (2004:70), Minat yaitu keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong individu untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu guna mencapai tujuan tertentu. Menurut Depdiknas (2001:744) minat adalah kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu gairah, keinginan. Selain itu minat juga berarti kecenderungan dan gairah yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu.

Menurut Slameto (2003:57), minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan yang diamati seseorang, diperhatikan serta terus menerus yang disertai rasa senang dan dari situ diperoleh kepuasan.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa minat adalah kecenderungan jiwa terhadap sesuatu yang terdiri dari perasaan senang, memperhatikan, kesungguhan, adanya motif dan tujuan dalam mencapai suatu tujuan. Maka dapat dipahami pula bahwa dalam minat terdapat sesuatu unsur perasaan senang, perhatian, kesungguhan dan adanya motif dan tujuan. Selain itu minat juga mempengaruhi perasaan tingkah laku individu dalam menentukan tujuan, sehingga pengaruh minat sangat besar dalam kehidupan, dan sebuah kecenderungan siswa merupakan pengaruh dari minat individu.

Selain faktor-faktor dalam minat ada faktor yang dapat mempengaruhi minat. Menurut terjadinya atau penyebab timbulnya minat dapat dibedakan intrinsik dan ekstrinsik. Menurut Syukur (1986:17) menyatakan minat instrinsik merupakan kecenderungan yang berhubungan dengan aktivitas itu sendiri. Sedangkan minat ekstrinsik kecenderungan seseorang untuk memilih aktivitas. Lebih lanjut Syukur (1986:17), faktor yang mempengaruhi timbulnya minat pada individu adalah instrinsik, yaitu dalam dirinya, dan faktor ekstrinsik yaitu luar individu seperti lingkungan di sekitar individu.

Faktor-faktor yang mempengaruhi minat menurut Crow (1998:159-160), adalah:

1. Faktor dari dalam
Faktor ini merupakan faktor yang mendorong pemusatan perhatian dan keterlibatan mental. Misalnya dorongan dari dalam yang menimbulkan kegiatan untuk mencari makanan dan sebagainya.
2. Faktor motif sosial

Faktor ini merupakan faktor sosial yang membangkitkan minat pada hal-hal tertentu yang ada hubungannya dengan penemuan kebutuhan sosial bagi dirinya. Misalnya dorongan untuk menghargai akan menimbulkan minat terhadap pendidikan yang tinggi.

3. Faktor emosioanal

Faktor ini merupakan faktor perasaan yang erat kaitannya dengan minat seseorang terhadap suatu obyek. Adanya aktivitas yang memberikan keberhasilan dan kesuksesan akan menimbulkan perasaan dan puas. Sebaliknya kegagalan seseorang dapat menurunkan minatnya pada bidang yang bersangkutan.

Pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa minat meliputi unsur-unsur perhatian, perasaan senang, keinginan dan kebutuhan (kesadaran), dan dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Seseorang mempunyai minat karena mengharapkan memperoleh manfaat dari yang diminati. Minat dapat dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik.

Secara umum motivasi dapat dibedakan menjadi dua motivasi, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.

1. Motivasi Intrinsik

Menurut Gunarsa (2008 : 50) motivasi intrinsik merupakan dorongan atau kehendak yang kuat yang berasal dari dalam diri seseorang. Semakin kuat motivasi intrinsik yang dimiliki oleh seseorang, semakin besar kemungkinan ia memperlihatkan tingkah laku yang kuat untuk mencapai tujuan.

Menurut Slameto (2003 : 54-68) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu, sebagai berikut :

1. Faktor Intrinsik

a. Kesehatan

Sehat dalam keadaan baik segenap badan serta bagian-bagiannya atau bebas dari penyakit. Kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatan bedannya tetap terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan tentang bekerja, belajar, istirahat, tidur makan, olahraga, reaksi dan ibadah.

b. Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itupun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda atau hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil yang lebih baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan sehingga siswa tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran itu sesuai dengan hoby dan bakatnya.

c. Minat

Minat adalah kecendrungan yang tetap unruk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai rasa senang, jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara

(tidak dalam waktu yang lama) dan belum tentu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan.

d. Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Bakat itu mempengaruhi belajar. Jika bahan pelajaran yang dipelajari sesuai dengan bakatnya, maka hasil belajarnya lebih baik karena siswa akan merasa senang dalam belajar.

2. Motivasi Ekstrinsi

Menurut Gunarsah (2008: 15) motivasi ekstrinsik adalah senyawa sesuatu yang diperoleh mulai pengamatan sendiri, ataupun melalui saran, anjuran atau dorongan dari orang lain. Faktor internal dapat mempengaruhi penampilan atau tingkah laku atau seseorang akan menampilkan penampilan dan tidak cepat putus asa dalam mencapai tujuannya. Menurut MyIsidayu (2015: 28) motivasi ekstrinsik bersumber dari luar individu untuk melakukan aktifitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung dan tidak stabil. Memotivasi ekstrinsik terbagi menjadi dua, yakni (1) memotivasi ekstrinsik positif, yakni berupa hadiah, iming-iming yang membangkitkan, niat untuk berbuat sesuatu, seperti bonus jika menang pertandingan, dan (2) memotivasi ekstrinsik negatif, yakni sesuatu yang dipaksakan dari luar agar orang menghindari dari sesuatu yang tidak diinginkan, seperti kena sanksi atau hukuman ketika terlambat masuk kelas/latihan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi ada dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam individu sedangkan motivasi ekstrinsik dorongan berasal dari luar individu. Motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik harus saling berhubungan agar tindakan seseorang lebih berarti. Motivasi ada yang bisa dipelajari dan ada yang tidak bisa dipelajari, masing-masing mempunyai kekurangan dan kelebihan dalam olahraga. Oleh sebab itu bagi para guru pendidikan jasmani hendaknya memperhatikan hal ini sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan tercapai tujuan sesuatu pelajaran.

3. Faktor Mengajar

a. Metode mengajar

Metode mengajar adalah sesuatu cara atau jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Akibatnya siswa malas untuk belajar. Guru yang progresifnya berani mencoba metode-metode yang baru, yang dapat membantu meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, maka metode mengajar harus diusahakan yang tepat, efisien dan efektif mungkin.

b. Alat Pembelajaran

Alat pembelajaran erat hubungannya dengan cara belajar siswa, karena alat pelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar dipakai pula oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan itu. Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan bahan pelajaran yang diberikan kepada siswa.

c. Orang tua

Cara orang tua mendidik anaknya besar pengaruhnya terhadap belajar anak. Anak belajar perlu dorongan dan pengertian orang tua.

d. Teman bergaul

Pengaruh-pengaruh dari teman bergaul siswa lebih cepat masuk dalam jiwanya dari pada yang diduga. Teman bergaul yang baik akan berpengaruh baik terhadap siswa, begitu sebaliknya, teman bergaul yang jelek pasti mempengaruhi yang bersifat buruk juga.

Menurut Hidayat (2017 : 3) Bola volly merupakan permainan olahraga beregu yang berasal dari Amerika Serikat. Diciptakan oleh William C. Morgan tahun 1895. Tiap regu bola volly terdiri atas enam orang pemain. Olahraga volly masuk ke Indonesia pada masa penduduk Jepang. Perkembangan permainan bola volly di Indonesia cukup baik.

Menurut Hidayat (2017 : 7) bola volly adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, masing-masing grup terdiri 6 pemain. Dan lapangan bola volly berbentuk empat persegi panjang berukuran 9 x 18 meter, ditengahnya dibatasi dengan jaring yang tingginya untuk putra 2,43 cm sedangkan untuk putri 2,24 cm. Ciri permainan bola volly adalah diawali dengan servis dan bola dimainkan secara langsung sebelum menyentuh lantai dengan sentuhan tidak lebih dari 3 kali sentuhan. Untuk masing-masing regu dan giliran melakukan servis sesuai urutan nomor, tetapi jelas setelah lawan melakukan kesalahan atau terjadi bola mati. Penilaian satu set permainan dimenangkan setelah satu regu mencapai nilai 25. Bila terjadi nilai 24 sama oleh dua regu, maka dicari sampai selisih 2. Satu regu dianggap menang setelah meraih 3 set kemenangan, bila terjadi 2-2, maka set kelima hanya sampai nilai 15.

Teknik dasar dapat diartikan sebagai proses gerak sebagai pondasi dengan tuntutan kondisi gerak sederhana dan mudah. Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola volly. Teknik dalam permainan bola volly dapat diartikan sebagai sesuatu proses kegiatan jasmani atau cara memainkan bola yang ditampilkan dalam bentuk gerakan secara efisien dan efektif untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta sesuai dengan peraturan yang berlaku (Bachtiar, 2000 : 2-9).

Dalam permainan bola volly, ada beberapa teknik dasar yang harus diketahui dan dikuasai oleh seorang pemain yaitu : *Servis, Passing, Blok, dan Smash.* \

1. Servis

Servis adalah tanda saat dimulainya permainan dan juga merupakan serangan awal bagi regu yang melakukan servis. Servis dapat dilakukan dengan tanda dari bawah yang disebut dengan istilah servis tangan bawah atau dilakukan dengan tangan dari atas yang dikena dengan istilah servis tangan atas.

a. Servis tangan bawah

(1) Sikap pemulaan

Berdiri didaerah servis dengan kaki kiri di depan (bagi mereka yang tidak kidal).

Pengangg bola dengan tang kiri didepan samping pinggang, tangan kanan

menggenggam atau lepak tangan boleh juga terbuka, lutut agak sedikit ditekuk berat badan ditengah.

(2) Gerak Pelaksanaan

Bola dilambungkan keatas kira-kira 60 s/d 100 cm, atau hanya sekedar dilepas, tangan kanan sebagai tangan pemukul diayunkan kebelakang jauh, dengan siku lurus dan kemudian dengan cepat tangan diayunkan kebelakang.

(3) Gerak Lanjutan

(a) Sikap Pemulaan

Berdiri didaerah servis, kaki kiri sedikit didepan bagi yang tidak kidal dan bagi yang kidal sebaliknya. Lutut sedikit ditekuk dengan tangan kiri memegang bola dan tangan kanan memegang bagian atas bola.

(b) Sikap Pelaksanaan

Bola dilambungkan bersamaan dengan tangan kanan ke atas belakang, kemudian tangan kanan memukul bola yang berada di atas depan kepala setinggi raihan tangan kanan. Saat memukul tangan meraup seperti menaungi bola.

(c) Gerak Lanjut

Setelah memukul bola diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dan gerak langkah kaki ke depan segera masuk ke lapangan permainan mengambil sikap siap normal.

2. *Passing*

Menurut Hidayat (2017 : 43) *passing* merupakan teknik menerima bola dan mengayunkan kembali kearah yang diinginkan. Teknik ini merupakan teknik dasar dalam permainan bola volly dan harus diketahui oleh mereka yang ingin melakukan permainan tersebut. Secara umum, ada dua jenis teknik passing yang dikenal yaitu :

a. *Passing bawah*

Menurut Hidayat (2017:43) pada teknik ini kedua telapak tangan bersatu dengan satu bagian menggenggam kedua telapak tangan lain. Kedua lengan berdikap lurus kebawah dengan bagian bawah siku menghadap kearah depan. Posisi badan saat melakukan *passing* bawah adalah badan sedikit jongkok yang bertujuan untuk memperkuat tumpuan badan atau kuda-kuda. Arah badan menghadap lurus dengan arah datangnya bola. Tujuannya agar dapat memudahkan lengan saat mengarahkan bola yang datang, sehingga bisa diayunkan sesuai dengan arah yang diinginkan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang akan dilakukan adalah metode penelitian yang akan dilaksanakan menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action research*), yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru didalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 19 Percontohan, adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah kelas VII yang berjumlah 20 orang siswa. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan minat belajar *passing* bawah bola volly melalui media bola gantung. Data aktifitas siswa diamati oleh peneliti, kemudian ditulis dalam lembar observasi awal yang telah disediakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan *passing* bawah bola volly sebelum dilakukan penelitian tindakan kelas (PTK).

Pada saat pelaksanaan tugas sesuai dengan informasi yang diberikan oleh guru mulai dari melakukan *passing* bawah tanpa bola, kemudian melakukan *passing* bawah sendiri menggunakan bola yang di gantung dan melakukan permainan bola volly dengan menggunakan *passing* bawah saja. Dari 20 siswa yang melakukan *passing* bawah tanpa bola hampir 100% siswa kelas VII bersemangat melakukan *passing* bawah sesuai perintah dari peneliti, setelah melakukan *passing* bawah sendiri menggunakan bola hanya ada 9 anak yang dapat melakukan *passing* bawah dengan melambungkan bola sendiri berulang-ulang.

Pada saat melakukan *passing* bawah dengan bola yang digantung, siswa masih banyak melakukan kesalahan diantaranya arah bola tidak sesuai yang diharapkan, perkenaan bola juga tidak sesuai yang diberi contoh oleh peneliti. Begitu juga pada saat melakukan *passing* bawah bola volly menggunakan permainan bola gantung siswa kebanyakan masih grogi dan masih kaku dalam melakukan *passing* bawah. Dilihat dari jumlah siswa yang dilakukan *passing* bawah, pada siklus ini jumlah siswa mengalami kenaikan yang berarti.

Tabel 4.1 Penilaian siswa pada tahap awal

Ketuntasan	Jumlah siswa	Persentase
Tuntas	9	45%
Belum Tuntas	11	55%
Jumlah	20	100



Gambar grafik 4.2 Hasil persentase siswa pada tahap awal

Pada kondisi awal rata-rata ada 11 siswa yang nilainya masih dibawah KKM, pada siklus ini hanya terlihat hanya 9 siswa yang belum bisa melakukan teknik atau keterampilan *passing* bawah dengan benar. Jadi masih ada 45% siswa di kelas VII yang belum bisa melakukan teknik *passing* bawah dengan benar dan nilainya masih dibawah KKM dalam siklus ini, sementara 55% siswa sudah dapat melakukan *passing* bawah.

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

Ketuntasan hasil belajar siswa melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran pertemuan terbimbing memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat terlihat dari semakin mantapnya pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan peneliti. Pada pra-siklus ini ketuntasan hasil belajar siswa hanya 35%, sedangkan tidak tuntasnya 65%. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran *passing* bawah bola volly dengan media bola digantung dinyatakan tidak berhasil. Karena minat dan hasil siswa dalam permainan bola volly ini belum seimbang, sehingga siswa tidak bisa mencapai ketuntasan dalam permainan tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa permainan bola bola gantung belum dapat meningkatkan pembelajaran siswa dalam *passing* bawah bola volly pada SMP Negeri 19 Percontohan.

Saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Guru penjaskesrek hendanya dalam melaksanakan tugas mengajar selalu melaksanakan penelitian tindakan kelas. Apabila timbul masalah sebagai faktor penghambat proses belajar mengajar khususnya permainan *passing* bawah bola volly.
2. Dari masalah-masalah yang timbul tersebut guru penjaskesrek harus berusaha mencari jalan agar siswa tidak bingung dengan materi yang diberikan.
3. Guru hendanya guru harus memanfaatkan alat peraga yang ada dilingkungan sekolah untuk menarik perhatian siswa terhadap materi yang disampaikan.
4. Guru diharapkan selalu meningkatkan mutu pendidikan dan memperbaiki strategi pembelajaran dengan menerapkan pemahaman siswa terhadap materi *passing* bawah, serta media yang sesuai dengan materi guna menciptakan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi. *Upaya meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Yang Dimodifikasi Pada Siswa Mas Darul Aman Aceh Besar*. Skripsi. 2016.

- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi 6. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aqip, Zainal. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SD, SLb TK*. (Bandung : Yrama Widy).
- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Volly*. Solo : Era Pustaka Utama.
- Baharudin, Makmur. 2012. *Peningkatan Kemampuan passing Bawah Pada Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Permainan Bola Gantung Pada Siswa Kelas IV Semester II SD Negeri Semaya Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang*. Skripsi .
- Bundan Ariwibowo. *Upaya Meningkatkan Pembelajaran Bola Voli Pasing Bawah Dengan Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD Negeri Laranganluwok Kecamatan Bejen Kabupaten Temanggung*. Skripsi. 2014.
- Bachtiar, Herlina Suyati, 2000. *Aspek Legal Kredit Sindikasi*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Bachtiar, Abna. 2007. *Pengelolaan Tanah Negara dan Tanah Adat*. Lembaga Kerapatan Adat Alam dan Minangkabau. Padang.
- Badan Standar Nasional Pendidikan. 2006. *Standar Isi*. Badan Standar Nasional Pendidikan : Jakarta.
- Dahliya,Siti (2013). *Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Mini Menggunakan Permainan Bola Gantung Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Srengseng 03 Kecamatan Pangerbarang Kabupaten Tegal Tahun 2013*. Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.
- Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Bola Volly*. Jakarta : Tim Aksara.
- Irsyada, Machfud. 2000. *Bola Volly*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan .
- Lutan, Rusli. 2003. *Self Exteem : Landasan Kepribadian*. Jakarta : Bagian proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Omaer Hamalik. (2008). *Kurikulum Dan Pembelajaran*. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- PP. PBVSI. 2005. *Peraturan Bola Volly*. Jakarta : PP. PBVSI.
- Rahayu, Aldino Gumilar. 2013. *Pengaruh Teknologi Informasi (Pendekatan Technology Acceptance Model) dan e-Filling Terhadap User Satisfaction (Survery Pada Wajib Pajak Badan di Wilayah KPP Madya Bandung)*
- Rusli, dkk. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Menggunakan Media Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD*. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Universitas Tanjung Pura Pontianak.

Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Winataputra, Udin S. 2008. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Universitas Terbuka.