

## UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA MATA PELAJARAN PJOK MELALUI MODIFIKASI ALAT TOPAS

Dewiyani Kartika P, Agus Pujianto<sup>1</sup>, Munawar Riyanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Semarang  
<sup>2</sup> SDN Kalipancur 01, Semarang  
dewyanikartika35@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas VA SDN Kalipancur 01 Kecamatan Ngaliyan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli mata pelajaran PJOK melalui modifikasi alat. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VA SDN Kalipancur 01 Kecamatan Ngaliyan, yang berjumlah 29 orang. Permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah melalui modifikasi alat sederhana dapat meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola voli pada siswa kelas VA SDN Kalipancur 01”.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola voli melalui modifikasi alat sederhana pada siswa kelas VA SDN Kalipancur 01. Penelitian ini menggunakan PTK. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa PPL pendidikan jasmani dan mitra peneliti dalam hal ini berperan sebagai observer atau pengamat selama pembelajaran berlangsung, sedangkan peneliti sendiri melaksanakan pembelajaran atau sebagai mahasiswa yang melaksanakan PPL.

Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan oleh guru sebelum tindakan dilaksanakan, menunjukkan bahwa aktivitas siswa dalam pembelajaran belum optimal, karena kurangnya keterampilan melakukan passing bawah, sehingga teknik melakukan passing bawah menjadi kurang baik akibatnya kemampuan passing bawah pada permainan bola voli juga kurang baik. Sehingga dalam hal ini guru berinisiatif melaksanakan siklus yang berguna untuk melihat perkembangan peserta didik.

Melalui penelitian terlihat ketuntasan siswa sebelum tindakan mencapai 34,5%, sedangkan siklus I mencapai ketuntasan sebesar 52% dan pada siklus II kembali meningkat ketuntasan siswa mencapai 83%, sehingga dengan hasil ini ketuntasan siswa telah mencapai 80% dari ketentuan keberhasilan dalam tindakan kelas. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa melalui modifikasi alat Topas dapat meningkatkan kemampuan passing bawah siswa kelas Va SDN Kalipancur 01.

**Kata kunci:** Kemampuan Passing Bawah, bola voli, modifikasi alat

### ABSTRACT

*This research was motivated by the low volleyball ability of VA class students at SDN Kalipancur 01, Ngaliyan District. This research aims to improve the volleyball bottom passing ability of PJOK subjects through equipment modification. The subjects of this research were 29 students in the VA class at SDN Kalipancur 01, Ngaliyan District. The problem in this research is "Whether simple tool modifications can improve the bottom passing ability in volleyball in VA class students at SDN Kalipancur 01".*

*This research aims to improve the bottom passing ability in volleyball games through simple tool modifications for students in the VA class at SDN Kalipancur 01. This research uses PTK. The subjects of this research were physical education PPL students and research partners in this case acting as observers during the learning, while the researchers themselves carried out the learning or as students carrying out the PPL.*

*Based on the results of observations carried out by the teacher before the action was carried out, it showed that students' activities in learning were not optimal, due to their lack of bottom passing skills, so the bottom passing technique was not good as a result, the bottom passing ability in volleyball was also not good. So in this case the teacher takes the initiative to carry out a cycle that is useful for seeing student development.*

*Through research, it can be seen that students' completeness before the action reached 34,5%, while the first cycle reached 52% completeness and in the second cycle the students' completeness again increased to 83%, so with these results the students' completeness has reached 80% of the requirements for success in class actions. Based on the research results, it can be concluded that through tool modification it can improve the bottom passing ability of class Va students at SDN Kalipancur 01.*

**Keywords:** Bottom Passing Ability, volleyball, tool modification

## **PENDAHULUAN**

Olahraga di sekolah merupakan bagian dari pendidikan, sehingga apa yang dapat dicapai oleh pendidikan jasmani harus dapat membantu pengembangan pribadi anak sesuai dengan tujuan pendidikan, karena pada hakikatnya, pendidikan itu berusaha untuk memberikan kesempatan berkembangnya semua aspek pribadi anak atau manusia, maka rumusan tujuan pendidikan itu harus berdasar pada ranah (domain) pendidikan atau aspek pribadi manusia. Mengingat pentingnya olahraga yang tujuan sebagai pembinaan kegiatan jasmani dan rohani bagi setiap orang dalam rangka prestasi bangsa. Sebagian besar cabang olahraga yang dilakukan atau dimainkan memerlukan suatu keterampilan yang baik guna melakukan suatu usaha hingga terciptanya gerakan atau teknik yang optimal (Oktariana & Hardiyono, 2020).

Undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 25 ayat 2 dijelaskan bahwa: “Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru/dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang memadai”.

Berdasarkan kutipan diatas salah satunya adalah dengan menerapkan pendidikan jasmani di sekolah, pendidikan jasmani diberikan untuk menjaga keseimbangan antara perkembangan jiwa dan raga serta keselarasan antara perkembangan kecerdasan otak dan keterampilan jasmani. Sekolah-sekolah di seluruh tanah air tercinta telah diberikan pendidikan jasmani. Salah satu materi pendidikan jasmani yang diberikan mulai dari sekolah dasar sampai ke perguruan tinggi adalah olahraga bola voli (Willy et al., 2020).

Pada permainan bola voli memiliki beberapa teknik dasar salah satunya Passing bawah yang dilakukan dengan gerakan kedua lutut ditekuk, badan condong ke depan, tangan lurus ke depan (antara lutut dan bahu), persentuhan bola pada pergelangan tangan, pandangan mata ke depan, koordinasi gerakan lutut, badan dan bahu (Suparman, 2020).

Dari hasil pengamatan dan pengalaman penulis yang melaksanakan praktik pengalaman lapangan (PPL) di kelas Va SDN Kalipancur 01, ditemui beberapa gejala sebagai berikut: (1) Sebagian besar siswa enggan bermain bola voli karena susah dimainkan. (2) Dalam bermain bola voli, masih banyak siswa yang belum menggunakan gerak dasar dengan benar yaitu pada gerakan kedua lutut ditekuk, badan kurang condong kedepan, tangan kurang lurus kedepan, persentuhan bola bukan pada pergelangan tangan, kemudian pandangan mata tidak lurus kedepan serta koordinasi gerakan lutut kurang baik.

Bertolak dari gejala-gejala diatas dapat disimpulkan bahwa siswa masih kurang menguasai gerak dasar permainan bola voli khususnya Passing bawah sebagai permulaan permainan. Dengan alasan itulah peneliti tertarik mengadakan sebuah penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola voli pada mata pelajaran PJOK Melalui Modifikasi Alat Siswa Kelas Va SDN Kalipancur 01”.

## **KAJIAN TEORI**

Passing Bawah adalah upaya seorang pemain dalam permainan bola voli dengan cara menggunakan teknik tertentu, yang tujuannya adalah untuk mengoperasikan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Jabung & Author, 2021). Teknik dasar passing terdiri atas : (1) pas bawah, (2) pas atas.

(Sindangagung & Kuningan, 2017) mengemukakan cara melakukan gerak dasar Passing bawah adalah sebagai berikut :

1. Kedua lutut ditekuk
2. Badan condong kedepan

3. Tangan lurus kedepan (antara lutut dan bahu)
4. Persentuhan bola pada pergelangan tangan.
5. Pandangan mata kedepan 6. Koordinasi gerakan lutut dan bahu.

Menurut (Prasetya, 2020) modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru olahraga agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP (developmentally appropriate practice). Modifikasi bertujuan untuk menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya.

Menurut (Astuti, 2017) "Hasil belajar adalah kemampuan kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar". Untuk mengukur sampai dimana taraf penguasaan siswa terhadap materi atau bahan ajar yang telah diberikan maka harus dilakukan evaluasi. Evaluasi pembelajaran bertujuan untuk menentukan nilai atau prestasi para peserta didik selama mengikuti pelajaran dan selanjutnya sebagai bahan pengisian raport. Menurut (Putra, 2023) "Evaluasi harus dilakukan secara terus menerus, yang tidak hanya sekedar menentukan angka keberhasilan belajar tetapi yang lebih penting adalah sebagai dasar untuk umpan balik dari proses interaksi edukatif yang dilaksanakan".

Dari uraian di atas maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa alat dapat menunjang keberhasilan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah. Modifikasi alat merupakan salah satu alternatif yang dapat dikembangkan oleh guru pendidikan jasmani sebagai upaya untuk menyesuaikan karakteristik dan perkembangan siswa. Implementasi modifikasi alat pada olah raga voli dapat dilakukan dengan merubah ukuran lapangan, mengganti bola dengan bola yang lebih ringan (misalnya bola plastik), merubah tinggi net, mengurangi jumlah pemain tiap regu, atau memodifikasi alat sederhana yang berguna untuk mengembangkan passing bawah bola voli.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dilaksanakan di SDN Kalipancur 01 Kecamatan Ngaliyan. Waktu penelitian ini di laksanakan pada bulan April 2024. Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus dan tiap siklus dilakukan dalam 2 kali pertemuan. Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah murid kelas Va SDN Kalipancur 01 Kecamatan Ngaliyan dengan jumlah siswa sebanyak 29 orang.

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan salah satu langkah dalam mengembangkan keterampilan dan meningkatkan kinerja guru agar keberhasilan proses belajar mengajar dalam pencapaian hasil belajar dapat di peroleh semaksimal mungkin.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

#### **a. Data Sebelum Tindakan**

Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan oleh guru sebelum tindakan dilaksanakan, menunjukkan bahwa aktivitas siswa dalam pembelajaran belum optimal. Aktivitas guru masih mendominasi. Dampaknya rata-rata nilai passing bawah dalam permainan bola voli yang diperoleh siswa termasuk dalam kualifikasi rendah. Hasil sebelum siklus merupakan hasil penilaian terhadap kemampuan passing bawah pada Siswa Kelas Va SDN Kalipancur 01 sebelum diterapkannya penggunaan Modifikasi Alat. Tujuannya untuk mengetahui perbedaan hasil pembelajaran sebelum tindakan dengan pembelajaran sesudah tindakan.

Menurut (Ricky, 2020) "Observasi sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Dari pengertian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa observasi adalah suatu pengamatan atau penyelidikan yang dilaksanakan

secara sistematis dengan cara mencatat terhadap kejadian atau peristiwa yang diamati. Observasi ini digunakan untuk menjangkau data tentang variabel pelaksanaan pembelajaran penjas. Pada penelitian ini selain dilakukan dengan cara melakukan observasi saat pembelajaran olahraga, penelitian ini juga menggunakan metode tes Tes digunakan untuk mengumpulkan data tentang kemampuan passing bawah siswa. Karena tes ini dimaksudkan untuk mengetahui kemampuan passing bawah siswa, maka bentuk instrumen penelitian ini adalah tes passing bawah. Ketuntasan belajar yang dicapai pada kegiatan prasiklus disajikan pada tabel 1 berikut :

No.	Nilai	Jumlah Siswa	Persentase
1	$\geq 78$	10	34,5
2	$\leq 78$	19	65,5
	Jumlah Siswa	29	100

Tabel 1 Data Nilai dan Persentase Passing bawah Siswa Kelas V SDN Kalipancur 01 pada Prasiklus

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui, bahwa dari 29 siswa 10 siswa atau 34,5% sudah tuntas dan 19 siswa atau 65,5% belum tuntas. Passing bawah siswa pada kegiatan prasiklus dapat divisualisasikan dengan histogram berikut:

Aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran sangat kurang baik. Sebagai indikatornya adalah setiap guru menyampaikan materi tidak semua siswa mampu menyerapnya dengan baik. Dampaknya passing bawah belum sesuai dengan yang diharapkan.

#### **b. Siklus I**

Berdasarkan hasil pengamatan pada awal kegiatan pembelajaran aktivitas siswa kurang baik. Sebagai indikatornya adalah kurangnya keterampilan melakukan passing dengan bola gantung, sehingga passing bawah menjadi kurang baik akibatnya kemampuan passing bawah pada permainan bola voli juga kurang baik. Sebagian besar siswa masih bingung dan minta penjelasan berulang-ulang dari guru maupun minta bantuan dengan teman sendiri.

Hasil yang diperoleh pada akhir kegiatan belum optimal, passing bawah belum dapat dilakukan dengan tepat. Rata-rata skor yang diperoleh siswa pada akhir siklus I disajikan pada tabel 2 berikut:

Aspek	Siklus I		Kriteria
	%	Jumlah Anak	
Psikomotor	52%	15	T
	48%	14	BT

Tabel 2 Data Ketuntasan Passing Bawah pada Siswa Kelas Va SDN Kalipancur 01 pada Kegiatan Siklus I Jumlah 29 Siswa

Adapun prestasi belajar yang diperoleh siswa pada siklus I yang mengikuti tes menunjukkan bahwa 14 siswa mendapatkan nilai kurang dari 78. Ketuntasan belajar yang dicapai siswa disajikan pada tabel 3 berikut ini.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui, bahwa nilai passing bawah permainan bola voli siswa pada siklus I sebanyak 15 siswa memiliki nilai di atas KKM menunjukkan presentase 52% sedangkan siswa yang berada dibawah KKM sebesar 48% yang berjumlah 14 siswa.

Setelah dilakukan implementasi tindakan observasi dan tes penguasaan kompetensi dasar pada siklus I, peneliti melakukan refleksi. Berdasarkan hasil observasi dan pemberian tes passing bawah pada siklus I, dapat disampaikan refleksi sebagai berikut :

- a. Siswa masih kesulitan memahami langkah-langkah dalam pembelajaran;
- b. Siswa masih kurang dalam pemanasan.
- c. Perhatian terhadap materi pembelajaran belum baik.
- d. Pemahaman terhadap passing bawah belum optimal;
- e. Masih banyak siswa yang belum serius melakukan passing bawah secara berpasangan.

Mencermati kelemahan di atas, maka sebaiknya guru lebih semangat dalam memberikan arahan terhadap siswa untuk melakukan gerakan passing bawah. Kemudian guru mengamati kegiatan yang dilakukan oleh tiap siswa ketika pembelajaran sedang berlangsung agar siswa benar-benar memperhatikan penjelasan guru dengan seksama.

### c. Siklus II

Hasil pengamatan terhadap siswa selama dua kali pertemuan pada siklus II pada teknik pemanasan cukup baik, sehingga mulai kegiatan awal siswa mampu melakukan passing, serta menciptakan kondisi latihan yang kondusif. Pada siklus ke II perhatian siswa sudah terstruktur sehingga memudahkan untuk guru melakukan monitoring pelaksanaan kegiatan passing. Saat melakukan passing menggunakan alat Topas pada materi passing bawah permainan bola voli terdapat 24 siswa yang mencapai ketuntasan belajar. Sedangkan yang belum tuntas hanya 5 siswa.

Aspek	Siklus II		Kriteria
	%	Jumlah Anak	
Psikomotor	83%	24	T
	17%	5	BT

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa skor aktivitas siswa pada siklus II pada passing bawah bola voli menggunakan alat modifikasi TOPAS dapat membantu siswa dalam pembelajaran hal tersebut menuntukkan siswa sebanyak 83% yang berjumlah 24 siswa mencapai ketuntasan belajar dan hanya siswa sebanyak 17% belum mencapai ketuntasan belajar.

Tes passing bawah siklus II, dapat dilihat kemampuan passing bawah siswa pada kegiatan ini menunjukkan bahwa 24 siswa mendapatkan nilai  $\geq 78$ .

Pembelajaran pada siklus II dapat berjalan dengan baik dan lancar. Aktivitas siswa menjadi lebih baik dan keterampilan siswa dalam passing bawah meningkat. Dengan berlatih secara terstruktur dan bimbingan secara kontinyu mampu menjadikan situasi pembelajaran lebih kondusif, interaktif dan tidak membosankan. Setiap pertemuan aktivitas.

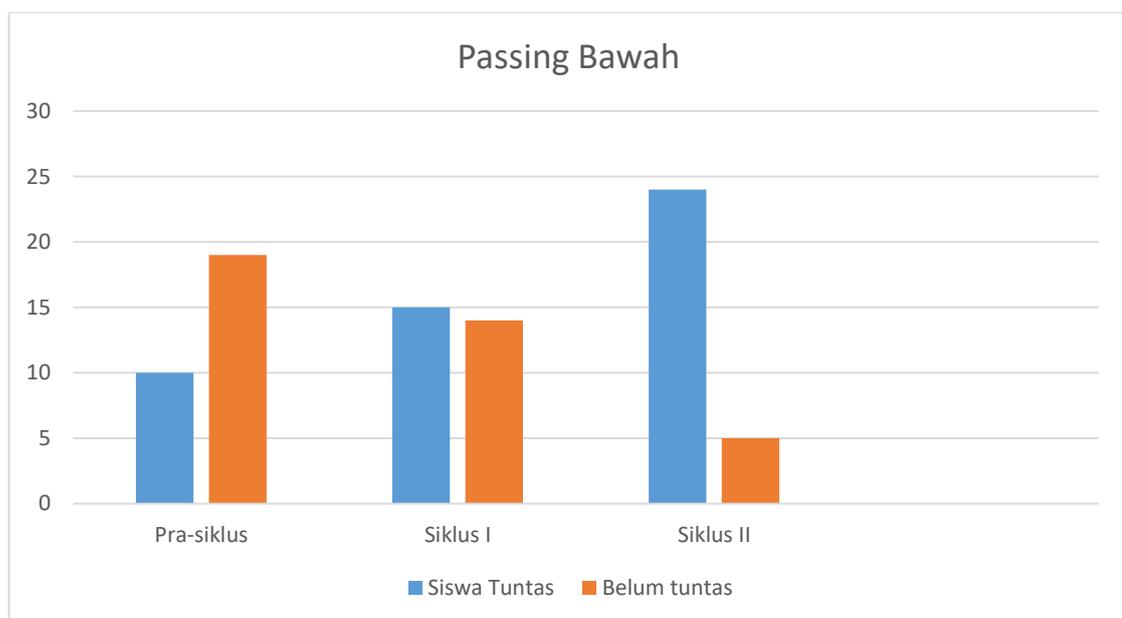
### Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa pembelajaran pada siklus II berdampak pada aktivitas siswa menjadi lebih baik. Hal tersebut dikerjakan dengan sempurna, aktivitas lebih baik dan passing bawah meningkat. Perubahan ini terjadi pada siklus II ketika memberikan alat bantu TOPAS untuk melaksanakan passing bawah. Berikut tabel peningkatan siklus I dan siklus II:

TINDAKAN	Siswa Tuntas		Siswa Belum Tuntas	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Siklus I	15	52 %	14	48 %
Siklus II	24	83 %	5	17 %

Pada Siklus I dan Siklus II diketahui bahwa pada siklus I siswa yang tuntas ada 15 siswa atau 48%, yang tidak tuntas 14 atau 48%. Sedangkan pada siklus II siswa yang tuntas 24 siswa atau 83%, dan yang belum tuntas 5 siswa 17%. Dari hasil tersebut menunjukkan hasil peningkatan yang cukup signifikan.

Berdasarkan hasil pengamatan ternyata pendekatan melalui modifikasi alat TOPAS passing bawah efektif untuk meningkatkan kemampuan passing bawah pada siswa Kelas Va SDN Kalipancur 01.



Gambar.1 Diagram batang peningkatan aktivitas belajar passing bawah

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar *Passing* bola voli dengan modifikasi alat topas SDN Kalipancur 01 dapat meningkatkan minat dan motivasi terhadap proses pembelajaran *Passing* bola voli sehingga dapat mencapai nilai KKM. Peningkatan hasil belajar siswa kelas V SDN Kalipancur 01 dapat dilihat dari masing-masing aspek selama siklus I dan siklus II. Nilai psikomotor pada siklus I yang mencapai KKM sebanyak 52%, sedangkan pada siklus II mencapai 83%.

Hasil penelitian tindakan kelas tersebut menunjukkan penggunaan modifikasi alat TOPAS dapat meningkatkan *passing* bawah permainan bola voli siswa. Dengan demikian hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan modifikasi alat dapat meningkatkan *passing* bawah permainan bola voli dapat terbukti. Disamping itu penggunaan modifikasi alat dapat juga dapat meningkatkan aktivitas siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin dan Muhadi. 1993. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Astuti, Y. (2017). *Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini ( Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang )*. 4, 1–16.
- Jabung, T., & Author, C. (2021). *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching Available online at : Video Tutorial Bagi Siswa SD Negeri 190 Tanjung Jabung Barat ( Efforts to Introduce Bridge Sports Through Video Tutorials keterampilan motorik , kemampuan fisik , pengetahuan , penalar. 03(01), 26–32.*
- Oktariana, D., & Hardiyono, B. (2020). Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil Smash Bola Voli Pada Siswa SMK Negeri 3 Palembang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 13–24. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.82>
- Prasetya, R. P. (2020). *Indonesian Journal for Peran Sekolah dalam Pembinaan Olahraga Bola Voli di SD Negeri Se- Kecamatan Semarang Barat. 1(2), 482–486.*
- Putra, D. (2023). *PELAKSANAAN EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI MINI DI SEKOLAH. 4(1), 46–50.*
- Ricky, Z. (2020). Studi Eksperimen Pengaruh Latihan Jump In Place Terhadap Kemampuan Smash Bola Voli. *Jendela Olahraga*, 5(2), 150–159. <https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6230>
- Sindangagung, K., & Kuningan, K. (2017). *Pedagogi Jurnal Penelitian Pendidikan Volume 04 No 01 Mei 2017. 04(01), 23–31.*
- Suparman. (2020). Jurnal PKontribusi Koordinasi Mata-Tangan dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Bawah Permainan Bola Voli Peserta Ektrakurikuler Putra SMPIT Al-Fityan Gowa. *Unimuda Sport Jurnal*, 1(1), 1–9.
- Willy, R., Widhiasto, W., & Alsaudi, A. T. B. D. (2020). *Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bawah*

*Bola Voli Mini melalui Pembelajaran Secara Bertahap. 11(2), 181–188.*

Zainal Aqib, dkk. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV. Yrama Widya.

Zulkifli. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosdakarya, 2006. *Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dan Model Silabus Pelajaran SMP/MTs*. Jakarta: BP Cipta Jaya