

Upaya Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli melalui *Problem Based Learning* dengan Model Huruf T dan Z pada Siswa Kelas VII E Semester II SMP Negeri 21 Semarang Tahun Ajaran 2023/2024

Improving Volleyball Forearm Passing Skills through Problem Based Learning in Class VII E Second Term of SMP N 21 Semarang, Academic year of 2023/ 2024

El Basit Jati Waskita¹, Mad Buhari², Agung Wahyudi³.

¹*Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia.*

²*SMP Negeri 21 Semarang, Semarang, Indonesia*

³*Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia*
elbaswaskita@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli kelas VII E SMP N 21 Semarang melalui *Problem Based Learning* menggunakan model huruf T dan Z. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, subjek penelitian sejumlah 34 siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang. Teknik pengumpulan data melalui tes, praktik, dan observasi lapangan. Analisis data dilakukan dengan cara merefleksikan hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan dan diolah menjadi kalimat yang bermakna serta dianalisis menggunakan deskriptif komparatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pada hasil keterampilan *passing* bawah dari 35% siswa yang mencapai KKM pada kegiatan prasiklus menjadi 74% pada kegiatan siklus I dan pada siklus II mencapai 100%. Nilai keterampilan bagi siswa yang belum tuntas KKM juga mengalami penurunan dari 65% siswa pada kegiatan prasiklus menjadi 26% pada kegiatan siklus I dan siklus II sebanyak 0%.

Kata kunci: Bola Voli, Model Huruf, PBL, *Passing* Bawah.

Abstract

This research aims to improve passing skills in class VII E volleyball at SMP N 21 Semarang through Problem Based Learning using the letter model T and Z. This type of research is classroom action research, the research subjects were 34 students of class VII E SMP N 21 Semarang. Data collection techniques through tests, practice and field observations. Data analysis was carried out by reflecting on the results of observations and evaluations of the learning process carried out by teachers and students in the field and processed into meaningful sentences and analyzed using comparative descriptives. The results of the research showed that improvement in the results of lower passing skills from 35% of students who achieved KKM in pre-cycle activities to 74% in cycle I activities and in cycle II reaching 100%. The skill scores for students who had not completed the KKM also decreased from 65% of students in pre-cycle activities to 26% in cycle I and cycle II activities of 0%.

Keywords: Forearm Passing, Letter Model of T and Z, PBL, Volley Ball.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli adalah permainan berregu yang dimainkan oleh dua regu masing-masing regu terdiri dari enam orang. Menurut Yudiana (2015), permainan bola voli merupakan aktivitas fisik yang ada dalam kelompok aktivitas permainan dan *sport*. Media pembelajaran yang secara umum digunakan dalam permainan bola voli adalah penggunaan bola voli standar. Bola voli standar ini digunakan dalam berbagai bentuk pembelajaran dasar permainan bola voli salah satunya adalah *passing* bawah untuk melakukan *passing* bawah diperlukan adanya ketepatan tangan, posisi kuda-kuda, keseimbangan tangan, dan posisi tubuh agak condong kedepan. Modal saat bermain bola voli

yaitu *passing*. *Passing* sangat penting untuk membangun serangan pada tim lawan. Jika tidak saling mendukung dalam permainan maka terjadi tim yang tidak fokus dan permainan menjadi tidak efektif. Pengetahuan tentang teknik dasar bola voli juga penting untuk diperhatikan supaya siswa tidak salah dalam penggunaan teknik dasar tersebut. Pembelajaran *passing* bawah adalah suatu proses belajar keterampilan gerak *passing* bawah dalam olahraga bola voli dengan teknik-teknik yang benar sesuai dengan harapan yang diinginkan dimana *passing* bawah adalah menerima bola dengan menggunakan kedua lengan lurus kedepan tangan diharuskan sedatar mungkin, tangan sejajar dengan paha, dan kaki sedikit jongkok, badan sedikit condong ke depan (Noveriyan, 2023).

Berdasarkan pengamatan di lapangan diketahui bahwa kemampuan *passing* bawah dari siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang masih rendah, banyak diantara mereka yang belum mampu melakukan *passing* bawah dengan sempurna. Banyaknya kesalahan yang terjadi mengakibatkan tidak tercapainya KKM yang telah ditetapkan yaitu 85. Dengan demikian tampak bahwa tingkat kegagalan *passing* bawah dari siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang masih cukup besar. Oleh karena itu, perlu adanya model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa yang termasuk dalam permainan bola voli yang masih dalam taraf belajar/berlatih. Sehingga, guru-guru harus lebih memperhatikan lagi dalam memilih model pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan materi yang akan disampaikan melalui pembelajaran *drill* model huruf. Untuk mengetahui hal tersebut perlu dibuktikan melalui penelitian dengan judul Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Permainan Bola Voli melalui Metode Permainan Bola Voli Menggunakan Variasi *Passing* Bawah Dengan Model Huruf T Dan Z.

METODE

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP N 21 Semarang dan rencana waktu pelaksanaannya pada semester II yaitu pada bulan April. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang, berjumlah 34 siswa, yang terdiri dari 15 siswa laki-laki, dan 19 siswa perempuan.

Kriteria Penilaian Tes *Passing* Bawah (proses)

Sikap Awal

Nilai 4 jika :

- a. Pandangan mata ke arah datangnya bola
- b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletakdi antara dua kaki
- c. kedua telapak tangan ditumpuk terbuka menghadap ke atas dengan lengan diluruskan ke bawah secara relaks
- d. kedua tungkai di tekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

1. Pelaksanaan Gerak

Nilai 4 jika :

- a. pandangan mata ke arah perginya bola
- b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletak di antara dua kaki
- c. kedua lengan diayun ke arah atas hingga setinggi bahu, sehingga arah gerak bola membentuk lintasan para bola
- d. salah satu kaki di langkahkan ke depan, kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jingkat bersamaan dengan perkenaan hingga lepasnya bola.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

2. Sikap Akhir

Nilai 4 jika :

- a. pandangan mata ke arah datangnya bola
- b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletak di antara dua kaki
- c. kedua telapak tangan ditumpuk terbuka menghadap ke atas dengan lengan diluruskan ke bawah secara relaks
- d. kedua tungkai di tekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

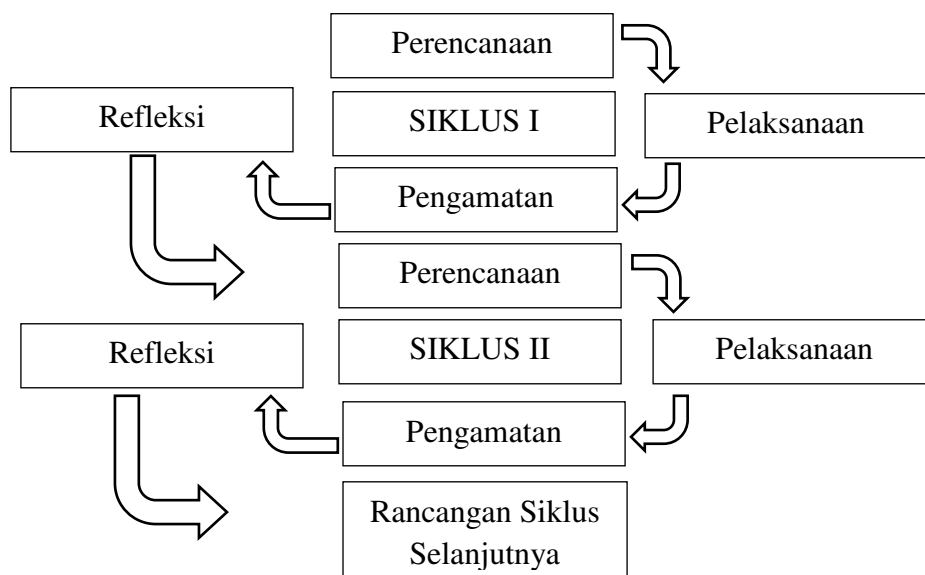
Jumlah Skor Maksimal adalah 12 yang terdiri dari 12 aspek pada instrumen penilaian. Nilai kriteria ketuntasan minimal 85 dan prosentase ketuntasan 80%

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Prosentase Ketuntasan Belajar} = \frac{\text{Jumlah siswa yang tuntas}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \times 100\%$$

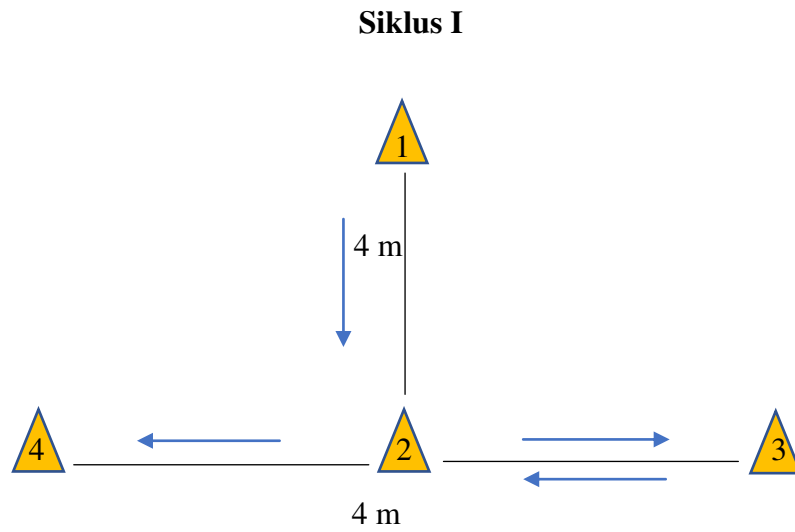
Adapun teknik pengumpulan data penelitian ini diantaranya melalui tes praktik, observasi lapangan. Data penelitian dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data meliputi: sumber data, jenis data, teknik pengumpulan data dan instrumen yang digunakan. Analisis data dilakukan dengan cara merefleksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dan dianalisis. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari kondisi awal, siklus I, dan Siklus II. Indikator keberhasilan tindakan meliputi perubahan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa terlihat lebih aktif dan senang dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan siswa pada pembelajaran *passing* bawah bola voli. Indikator yang dilakukan dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli melakukan, variasi *passing* bawah, mengkombinasikan awalan, pelaksanaan dan akhir gerakan dengan metode *drill* huruf T (siklus I) dan Z (siklus II). Minimal 80% dari jumlah siswa mencapai hasil belajar tuntas dengan KKM 85.

Gambar 1. Desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK)



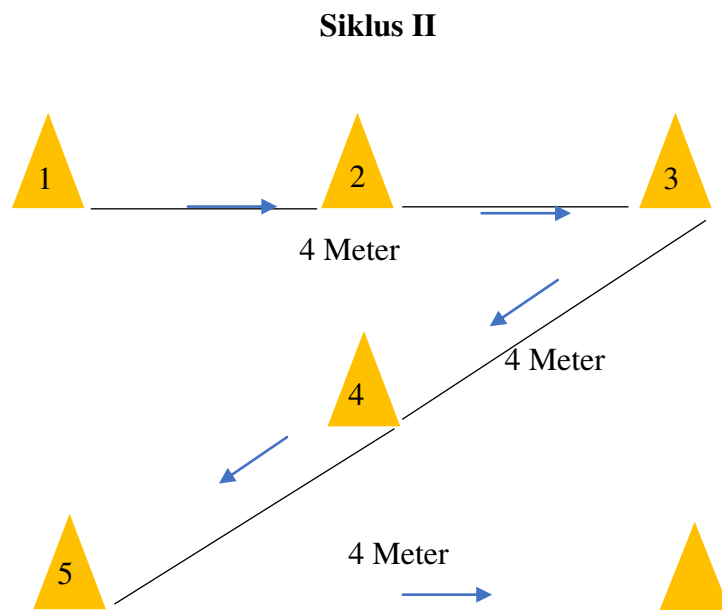
Sumber: Arikunto (2010)

Gambar 2. Ilustrasi Variasi *Passing* Bawah Bola Voli Model Huruf T



Sumber : Fitri dan Siregar (2021)

Gambar 3. Desain Variasi *Passing* bawah bola voli model huruf Z



Sumber : Fitri dan Siregar (2021)

HASIL

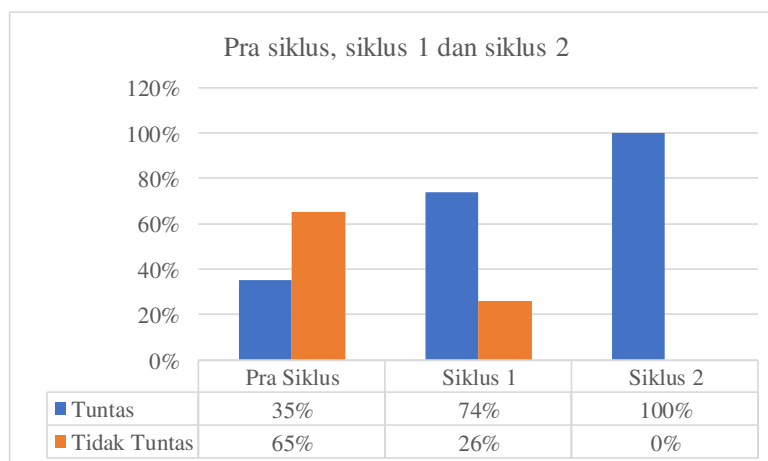
Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, diperoleh hasil penelitian sesuai pada tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Perbandingan Hasil Nilai Keterampilan Pra Siklus, Siklus I & Siklus II (KKM : 85)

No	Kategori	Rentang Nilai	Jumlah Siswa Pra Siklus	Jumlah Siswa Siklus I	Jumlah Siswa Siklus II
1	Sangat Baik	90-100	12	25	34
2	Baik	80-89	4	4	0
3	Cukup	70-79	12	4	0
4	Kurang	60-69	1	1	0
5	Sangat Kurang	<60	5	0	0
Jumlah			34	34	34

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024.

Perbandingan hasil keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang pada kegiatan pra siklus, siklus I dan siklus II disajikan dalam bentuk diagram batang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Perbandingan Hasil Nilai Keterampilan *passing* bawah pada Kegiatan Prasiklus, Siklus I dan Siklus

Berdasarkan diagram di atas diperoleh data dari jumlah siswa sebanyak 32 siswa pada kelas VII E SMP N 21 Semarang terdapat peningkatan pada hasil keterampilan *Passing* bawah dari 35% siswa yang mencapai KKM pada kegiatan prasiklus menjadi 74% pada kegiatan siklus I dan

pada siklus II mencapai 100%. Begitu pula terdapat penurunan pada siswa yang belum mencapai KKM dari 65% pada kegiatan prasiklus menjadi 26% pada kegiatan siklus I dan siklus II sebanyak 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan hasil penilaian keterampilan setelah dilaksanakan siklus II.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian hasil keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang dari prasiklus, siklus I, dan siklus II disajikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Hasil Penelitian Nilai Keterampilan *passing* bawah pada Prasiklus, Siklus I, dan Siklus II

No	Aspek	Prasiklus	Siklus I	Siklus II
1	Jumlah Nilai	2667	3025	3217
2	Nilai Rata-rata	78	89	95
3	Presentase Ketuntasan	35%	75%	100%

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024.

Pada siklus I dilakukan pembelajaran dengan melaksanakan *passing* bawah dalam metode *drilling* huruf T dan Z. Permainan ini menekankan pada masalah teknik awalan, pelaksanaan, dan sikap akhir. Pada siklus I ini guru peneliti sudah melaksanakan pembelajaran sesuai dengan modul ajar, akan tetapi ada beberapa siswa masih bingung dalam metode *drilling* huruf T dan Z. Hasil diskusi dan tanya jawab diperoleh kesimpulan bahwa siswa masih perlu berlatih menggunakan metode *drilling* huruf T dan Z sesering mungkin. Pada pelaksanaan tindakan ternyata siswa belum terbiasa mengambil kesimpulan dari kegiatan yang dilakukan, pada saat pembelajaran *passing* bawah melalui metode *drilling* huruf T dan Z. Proses diskusi juga masih didominasi oleh satu atau dua orang siswa dan masih ada materi yang belum dikuasai oleh siswa.

Pada siklus II dilakukan pembelajaran *passing* bawah dengan pendekatan metode *drilling* huruf dan ditambah dengan *step by step* melakukan *passing* bawah sesuai dengan refleksi pada siklus I, proses pembelajaran berlangsung dinamis, dan menyenangkan guru dan siswa melaksanakan pembelajaran dengan gembira. Siswa aktif melakukan kegiatan pembelajaran dan saling bertukar pikiran dengan siswa lainnya.

Pada pelaksanaan siklus II, diketahui siswa sudah dapat melakukan kegiatan metode *drilling* huruf T dan Z dengan ditambah dengan *step by step* melakukan *passing* bawah dengan baik dan penuh semangat dengan peningkatan aktivitas yang efektif dengan ditandai adanya peningkatan hasil belajar siswa dengan ketuntasan mencapai 100%. Dari jumlah siswa kelas VII E SMP N 21 Semarang sebanyak 34 sudah mendapatkan nilai hasil belajar di atas batas nilai KKM yaitu 85.

Setelah dilakukan penelitian tindakan selama 2 siklus dan setiap siklus dilakukan tes untuk memperoleh hasil belajar *passing* bawah, maka diperoleh data sebagai berikut: Dari hasil refleksi diketahui bahwa pada siklus I siswa masih ragu-ragu dan belum memahami pola pembelajaran *passing* bawah dengan metode *drilling* huruf T dan Z. Pelaksanaan pembelajaran belum maksimal masih ada siswa yang tidak memperhatikan pembelajaran dan ada beberapa materi yang belum dikuasai oleh beberapa siswa. Walaupun guru sudah melakukan perannya sesuai dengan perencanaan dan model pembelajaran sudah tepat, secara keseluruhan tujuan pembelajaran belum tercapai sesuai rencana, jadi masih perlu adanya sebuah tindakan untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah khususnya apada aspek psikomotorik atau keterampilan dengan memberikan sentuhan model pembelajaran melalui metode *drilling* huruf T dan Z.

Upaya peningkatan hasil belajar *passing* bawah berhasil dengan baik jika dilihat dari peningkatan pada tiap siklus yang rata-rata mencapai ketuntasan pada pada setiap tindakan siklus peningkatan hasil belajar yang paling besar pada siklus ke 2 karena 34 siswa (100%) mencapai batas minimum KKM, hal ini terjadi karena siswa sudah mulai memahami konsep pembelajaran *passing* bawah dengan metode *drilling* huruf T dan Z, siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran sehingga hasil yang diperoleh siswa meningkat dan proses pembelajaran sudah berjalan sesuai dengan rencana dan mendapat hasil sesuai dengan yang diharapkan.

Peningkatan efektivitas pembelajaran *passing* bawah dengan metode *drilling* terjadi karena dalam perbaikan pembelajaran secara konsekuen penulis melaksanakan aktivitas-aktivitas perbaikan pembelajaran dalam proses belajar mengajar antara lain sebagai berikut:

- a. Menjelaskan materi pembelajaran dengan pelan dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh siswa.
- b. Menggunakan metode *drilling* huruf Z dan T karena anak usia SMP kelas VII senang dengan pembelajaran yang menyenangkan yaitu dengan pendekatan metode *drilling* huruf Z dan T .
- c. Pemanfaatan media yang tepat dan menarik
- d. Pelaksanaan pemberian bimbingan yang sesuai.
- e. Pemberian tugas dan Latihan

Dengan demikian Hipotesis yang diajukan dalam Penelitian Tindakan Kelas mengenai Upaya Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli melalui *Problem Based Learning* dengan Model Huruf T Dan Z Pada Siswa Kelas VII E Semester II SMP Negeri 21 Semarang Tahun Ajaran 2023/2024 dikatakan berhasil. Pembelajaran *passing* bawah melalui *drilling* model T dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII E SMP 21 Semarang Tahun ajaran 2023 – 2024 dan pembelajaran *passing* bawah melalui *drilling* model Z dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah siswa kelas VII E SMP 21 Semarang Tahun ajaran 2023 – 2024.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode *drill* dengan model huruf T dan Z melalui *Problem Based Learning* dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas VII E Semester II tahun ajaran 2023/2024 SMP N 21 Semarang

REFERENSI

- Arikunto, S. (2010). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Fitri, R. A. dan Y. I. Siregar (2021). Pengaruh Variasi Latihan Passing Bawah dengan Model Huruf Hasil Passing Bawah Bola Voli Putri klub Tvri medan tahun 2021. *Journal Physical Health Recreation*, 2 (1), 1 - 9.
- Noveriyan, A. (2023). Pengaruh Passing Bawah Permainan 2 on 2 terhadap Peningkatan Passing Bawah Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Candioto. *Prosiding : Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VIII November 2023* ; 1047-1051.
- Yudiana, Y. (2015). Implementasi Model Pendekatan Taktik dan Teknik dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli pada Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Pendidikan*, 5 (1), 95 - 114.