

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
DENGAN MENGGUNAKAN METODE BAGIAN (*PART METHOD*) PADA
PESERTA DIDIK KELAS X SMA NEGERI 3 KOTA PALOPO**

Ahmad adli¹, Hadi Pajariantio², Irsan Kahar³

¹Universitas Muhammadiyah Palopo

Email:

²Universitas Muhammadiyah Palopo

Email:

³Universitas Muhammadiyah Palopo

Email:

Journal info

Jurnal Pendidikan Glasser

p-ISSN : 0000-0000

e-ISSN : 0000-0000

DOI : <http://doi.org/>

Volume : X

Nomor : X

Month : 2019

Issue : april/November

Abstract.

Berdasarkan hasil observasi di Sma Negeri 3 Palopo rata-rata hasil belajar PENJAS materi bola voli masih di bawah KKM, peneliti ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PENJAS, melalui metode bagian (*part method*).

Metode penelitian ini, menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Prosedur penelitian berbentuk siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap meliputi: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Teknik pengumpulan data melalui observasi dan tes. Pengumpulan data ini menggunakan instrumen berupa lembar pengamatan observasi peserta didik dan kinerja pendidik dalam proses pembelajaran, sedangkan untuk mengetahui rata-rata hasil belajar peserta didik digunakan lembar evaluasi/tes.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode bagian (*part method*) dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PENJAS. Dari nilai rata-rata perolehan nilai hasil belajar dari pra siklus sebesar 66,25% (pengetahuan) 70,39% (keterampilan), siklus I sebesar 73% (pengetahuan), 73,75% (keterampilan) dan siklus II sebesar 79% (pengetahuan), 83,75% keterampilan.

Keywords:

Movement rose, health condition

A. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses Pendidikan yang memanfaatkan proses fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional Pendidikan jasmani memperlakukan sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani menjadikan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang Pendidikan dasar sampai jenjang Pendidikan menengah keatas melalui fisik, selain itu Pendidikan jasmani dan olahraga juga dapat membiasakan siswa untuk mewujudkan pola hidup sehat cabang olahraga menjadi salah satu materi yang diajarkan di sekolah dasar, sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas adalah bola voli

Tiap permainan harus memiliki dan menguasai beberapa Teknik dasar dalam permainan bola voli, seperti *passing* bawah, *service*, *smash*, *block*. Agar permainan bola voli berjalan dengan baik dan efektif. Diantaranya Teknik dasar dalam permainan bola voli tersebut, Teknik dasar *passing* merupakan Teknik yang paling penting karna sebagai modal bermain, sehingga keterampilan Teknik dasar penting untuk di kembangkan. Teknik *passing* umumnya diberikan lebih awal dalam pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah.

Permainan bola voli merupakan suatu bentuk permainan yang dilakukan oleh dua regu, setiap regunya terdiri dari 12 orang pemain dengan 6 orang selagi pemain inti dan 6 lainnya sebagai pemain pengganti dan pemain di batasi olrh net. Kedua regu saling berhadapan di dalam lapangan permainan bola voli. Teknik permainannya yaitu harus melakukan pukulan pertama dari belah lapangan bola voli, setiap regu boleh memainkan bola di daerah lapangan sendiri sebanyak tiga kali.

Berdasarkan uraian di atas peneliti merasa perlu mengkaji lebih jauh tentang “**Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli Dengan Menggunakan Metode Bagian (Part Method) Pada Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 3 Kota Palopo**”.

B. METODE

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan yang disengaja dimunculkan dan terjadi pada sebuah kelas, pihak melakukan adalah sipeneliti. Sedangkan pelaksanaan penelitian ini melibatkan pengajar dan peserta didik, penelitian tindakan dilakukan melalui putaran yang setiap siklus terdiri dari tes awal, rencana, tindakan, observasi dan refleksi.

Penelitian ini dilakukan pada siswa Sma Negeri 3 Kota Palopo

Waktu yang dibutuhkan untuk penelitian ini adalah 2 (dua) Bulan., Penelitian dilakukan pada bulan 08-09 tahun 2020.

C. HASIL PADA SIKLUS I DAN II

Hasil belajar pada peserta didik pada siklus 1, berdasarkan nilai yang diperoleh pada tes akhir siklus 1 lampiran, dari 20 peserta, rata-rata 73,75 dalam aspek keterampilan, hasil belajar peserta didik pada siklus II.

Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel grafik siklus I berikut:

Keterampilan		
NO	Kriteria	Hasil
1	Nilai Tertinggi	85
2	Nilai Terendah	60
3	Rata-rata Nilai	70,25
4	Tuntas	4
5	Tidak Tuntas	16
6	KKM	75

Berdasarkan hasil pelaksanaan siklus 1 belum menunjukkan hasil yang didapatkan dari metode bagian pada materi pokok bola voli. Peserta didik belum mampu meningkatkan atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang di tetapkan. Suasana ke;as belum kondusif sehingga pendidik harus sering mengkondisikan kelas pada saat didalam maupun di luar kelas agar lebih tenang. Sebagian peserta didik masih mementingkan diri sendiri dari pada kerja kelompok.

1. Peserta didik belum terbiasa belajar menggunakan metode bagian, sehingga pelaksanaan pembelajaran penjas materi bola voli dengan metode bagian.
2. Peserta didik masih takut mempresentasikan atau mengeluarkan potensi maksimalnya kedepan, sehingga pendidik harus menunjuk peserta didik untuk maju mewakili kelompoknya masing-masing.
3. Peserta didik masih kebanyakan mementingkan diri sendiri dari pada kepentingan kelompok.

Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel grafik siklus II berikut:

Keterampilan		
NO	Kriteria	Hasil
1	Nilai Tertinggi	90
2	Nilai Terendah	70
3	Rata-rata Nilai	83,75
4	Tuntas	17
5	Tidak Tuntas	3
6	KKM	75

Pada pelaksanaan siklus II sudah menunjukkan peningkatan yang signifikan dari metode bagian pada materi bola voli. Peserta didik sudah mampu mengikuti atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang ditetapkan.

Hasil pengamatan pada siklus II adalah sebagai berikut:

1. Peserta didik mulai terbiasa belajar secara kelompok, sehingga pelaksanaan pembelajaran terlaksana dengan baik.
2. Peserta didik sudah berani untuk maju kedepan mencontohkan kepada temannya.
3. Sebagian besar peserta didik sudah terlihat aktif dalam diskusi, dan mengedepankan kepentingan Bersama.

PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan untuk mengetahui kondisi kelas, pelajaran PENJAS materi bola voli. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi maka sipeneliti mencari solusi atas rendahnya hasil belajar peserta didik untuk meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran PENJAS

khususnya pada materi bola voli. Metode pelajaran yang dipilih adalah metode bagian (*part method*).

1. Penyusunan dan perencanaan tindakan.

Rencana tindakan disusun berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan dengan metode bagian (*part method*) ini dilakukan dalam 2 siklus. Siklus I dan siklus II dilaksanakan dengan masing-masing dua kali pertemuan (3 x 45 menit) dan setiap pertemuan terakhir adalah tes. Menjelaskan dan mempraktekkan metode bagian diantaranya melambungkan bola keatas kemudian *passing* dengan kedua tangan, *passing* bawah dari hasil pantulan kelantai dan melambungkan bola dengan kedua tangan, koordinasi dengan bola di lempar antara jarak 3-4 meter oleh peneliti atau peserta, dengan melempar berpariasi melempar depan, samping kiri samping kanan dan belakang. Tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan.

Waktu penelitian awal semester ganjil tahun ajaran 2019/2020. Siklus 1 pertemuan pertama pada tanggal 4 september 2020 dan pertemuan kedua pada tanggal 11 september, dan siklus 2 pertemuan pertama pada tanggal 18 september 2020 dan pertemuan ke 2 pada tanggal 25 september.

Peneliti ini dilaksanakan dengan beberapa tahap yaitu: siswa dibagi kedalam kelompok secara heterogen, siswa dibagi dalam sub materi kemudian pembelajaran peserta didik dengan sub materi mereka, kelompok diberikan materi sesuai materi yang didapatkan, peserta didik kembali ke kelompok dan masing-masing peserta didik secara bergantian menjelaskan sub materi yang telah dipelajari dalam kelompok, kelompok diberikan tugas atau soal untuk dikerjakan kemudian diperaktekkan di lapangan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Tahap dilaksanakan pada siklus 1 dan siklus 2 akan diperaktekkan.

a. Siklus I

Pembelajaran PENJAS materi bola voli dengan menggunakan metode bagian pada siklus 1 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yang

berlangsung selama 3 jam pembelajaran (3 x 45 menit) siklus 1 pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 4 september 2020, materi pada siklus 1 adalah menjelaskan dengan gerakan melambungkan bola keatas kemudian passing dengan kedua tangan pada permainan bola voli, menjelaskan gerakan passing bawah dengan hasil pantulan kelantai dan melambungkan bola dengan kedua tangan, dan latihan koordinasi dengan bola yng dilempar dengan jarak 3-4 meter dengan lemparan yang bervariasi depan, samping kiri, samping kanan, dan belakang.

Perencanaan tindakan pada tahap ini mempersiapkan pembelajaran yang dilaksanakan dengan menggunakan metode bagian. Adapun persiapan yang dilakukan dalam metode ini terdiri dari:

1. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang sesuai dengan kurikulum 2013
2. Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk mengamati dan menilai aktivitas peserta didik
3. Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
4. Membuat kelompok asal yang terdiri dari 3 peserta didik secara acak, membagi peserta didik kedalam beberapa sub materi untuk membentuk kelompok yang terdiri dari 3 sub materi yakni, menjelaskan dengan gerakan melambungkan bola keatas kemudian passing dengan kedua tangan pada permainan bola voli, menjelaskan gerakan passing bawah dengan hasil pantulan kelantai dan melambungkan bola dengan kedua tangan, dan latihan koordinasi dengan bola yng dilempar dengan jarak 3-4 meter dengan lemparan yang bervariasi depan, samping kiri, samping kanan, dan belakang.
5. Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan metode bagian.
6. Menyiapkan tanda pengenal untuk setiap peserta didik

Tahap pelaksanaan Pada pelaksanaan tindakan siklus 1 yang dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 jam pelajaran (3 x 45 menit) dengan materi menjelaskan dan mempraktekkan teknik

dasar permainan bola voli, menjelaskan dan mempraktekkan teknik dasar passing bawa dalam bola voli, menjelaskan konsep dasar gerakan memantulkan bola voli. tahap pelaksanaan ini merupakan penerapan dari rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang telah dibuat pada tahap perencanaan.

b. Siklus II

Siklus II pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 18 september 2020, materi pada siklus II adalah menjelaskan dan mempraktekkan dengan melambungkan bola keatas lalu memassing, memantulkan bola dengan memassing dan lemparan bervariasi untuk passing bawah bola voli.

Tahap perencanaan berdasarkan hasil refleksi yang dilakukan siklus I, maka pada siklus ini bersifat sebagai perbaikan dari rencana awal yang telah disusun disiklus I. Adapun langkah-langkah perencanaan pada siklus ini adalah sebagai berikut:

1. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan metode bagian materi bola voli
2. Menyiapkan pedoman observasi dan lembar observasi untuk mengamati dan menilai aktivitas peserta didik
3. Menyiapkan catatan lapangan untuk mencatat berita acara pelaksanaan pembelajaran
4. Membuat kelompok yang terdiri dari 3 peserta didik secara acak, membagi peserta didik kedalam beberapa sub materi kedalam kelompok yang terdiri dari 3 sub materi yakni melambungkan bola lalu memassing, memantulkan bola lalu memassing dan lemparan bervariasi.
5. Menyiapkan soal kelompok untuk menunjang pembelajaran dengan metode bagian
6. Menyiapkan tanda pengenal untuk setiap peserta didik yang berfungsi untuk memudahkan observer menilai aktivitas peserta didik.

Tahap pelaksanaan. Pada pelaksanaan siklus II sudah menunjukkan peningkatan yang signifikan dari metode bagian pada materi bola voli. Peserta didik sudah mampu mengikuti atau menyesuaikan diri terhadap kegiatan pembelajaran yang diterapkan.

D. PENUTUP

Penelitian tindakan kelas pada peserta didik kelas X Sma Negeri 3 Palopo dilaksanakan dalam II siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa perolehan hasil belajar peserta didik pada siklus I belum mengalami perubahan yang signifikan dikarenakan belum mencapai indikator mengalami keberhasilan atau KKM yang terdapat pada RPP, pada siklus II sudah mengalami perubahan yang signifikan dari pada sebelumnya.

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan melalui metode bagian (*part method*) pada materi bola voli dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas X Sma Negeri 3 Palopo

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang ada, yaitu:

- a. Penelitian dilaksanakan dalam kondisi New Normal Pandemi Covid 19 sehingga sulit menghadirkan mahasiswa(i) yang menjadi sampel penelitian.
- b. Peneliti tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
- c. Peneliti tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengkonsumsi makanan orang coba sebelum tes.

F. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pelatih hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani siswa.
2. Bagi siswa hendaknya melakukan olahraga di luar jadwal latihan dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung kebugaran jasmani bagi yang kurang.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.

G. REFERENSI

- Sugiono. 2011. *Teknik dasar permainan bola voli*.
- Sudarsini. 2013. *Pengaruh media latihan passing bawah terhadap keterampilan passing bawah permainan bola voli pada ekstrakurikuler SDN Tegal Rejo III Tuban*.
- W. Winkel. 2011. *Pengaruh Pemberian Penguatan (Reinforcement) Dan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas X Sma N 1 Klego Boyolali Tahun 2010/2011*.
- Muhajir. 2017. *Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Cv SMART CONSULTING INDONESIA.
- Khasanah Umi. 2010. *Perbedaan pengaruh metode pembelajaran keseluruhan dan bagian terhadap kemampuan servis bawah bola voli mini pada siswa putra kelas v sd negeri papahan 01 tasikmadu karanganyar tahun pelajaran 2009/2010*.
- Hidayat Witono. 2017. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta Timur: Perpustakaan Nasional RI.
- Koesyono Herry. 2011. *Peningkatan hasil belajar passing bawah pada bola voli*

dengan menggunakan permainan "3 on 3" pada siswa kelas vii smp negeri 1 sukoharjo wonosobo tahun pelajaran 2010/2011.

Arikunto. 2019. *Prosedur penelitian.*

Arikunto. 2017. *Penelitian tindakan kelas*
Cetakan kedua. Jakarta: Indonesia Sinmar
Grafika Offset

Sugiyono. 2018. Pengaruh latihan skj 2018 terhadap peningkatan kebugaran jasmani mahasiswa putri penjas unib.

Sukardi, H.M. 2012. *Metode penelitian pendidikan tindakan kelas implementasi dan pengembangannya.* Cetakan ketiga. Yogyakarta: Indonesia ALFABETA cv.

http://www.markijer merupakan website pendidikan yang menyediakan materi pelajaran SMP, SMA, SMK dan materi pendidikan lainnya.

<https://yusidaimran.wordpress.com/2010/12/15/>
.Kareteria kepastian.

Vannisa . 2017. *Cara Latihan Passing Bawah Dan Passing Atas Pada Bola Voli.*
Perpustakaan.id