

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan secara umum adalah suatu proses pembelajaran yang dapat kita pahami dalam pengetahuan ilmu yang diwariskan dari generasi ke generasi selanjutnya melalui pengajaran dan pelatihan. Secara rinci tujuan pendidikan terdapat dalam Undang-Undang nomor 20 tahun 2013 bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang berdemokratif serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani diberikan dengan tujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga, dicapai melalui sajian materi. Pembelajaran yang tertuang dalam kurikulum pendidikan jasmani. Dalam pendidikan jasmani terdapat beberapa materi yang diberikan kepada siswa di antaranya permainan, atletik, senam, renang. Permainan bola voli adalah pembelajaran yang sangat digemari siswa dibandingkan dengan materi lain.

Berbicara pendidikan jasmani mestinya tidak lepas dari kurikulum dan kurikulum yang di gunakan dalam proses ajar mengajar yakni yakni kurikulum 2013 (K13) yang harus di perhatikan dalam kurikulum adalah suatu rencana dan

mengenai tujuan, isi, dan bahan ajar serta cara digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan.

Tiga hal yang mencapai kurikulum yaitu pembentukan karakter, kompetensi dan literasi dan adapun penilaian seperti penilaian kelas dan sekolah, INAP, ujian nasional, survey internasional. Khususnya pendidikan jasmani ialah bagaimana seorang guru mampu menjelaskan teori kemudian siswa harus mampu mempraktekkan teori yang diberikan oleh guru.

Dalam pembelajaran di sekolah adalah suatu kegiatan yang perlu direncanakan dengan matang. Perencanaan tersebut meliputi kegiatan belajar mengajar, pengelolaan kelas maupun hasil belajar di kelas. Oleh karena itu, perencanaan pembelajaran yang kita kenal dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) menjadi suatu hal yang sangat penting. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran berguna untuk membantu dan memudahkan guru agar program pembelajaran yang dilaksanakan benar-benar terfokus pada kegiatan peserta didik, sehingga perlu disusun suatu perangkat rencana pelaksanaan pembelajaran, pengelolaan kelas.

Problem guru di harapkan pada berbagai hal yang memerlukan pengambilan keputusan sehubungan dengan tugasnya baik sebelum, selama maupun sesudah terjadinya proses atau situasi belajar mengajar. Guru harus mengambil keputusan tentang apa, bagaimana, kapan, untuk apa dan sebagainya mengenai setiap situasi atau kondisi belajar yang perlu diciptakan. Mengambil keputusan mengenai pelaksanaan rencana yang dibuat, dan mengenai berhasil atau tidaknya pelaksanaan rencana dalam tugas guru.

Dalam pembelajaran bola voli kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, banyak siswa yang ketakutan akan cedera karena bolanya besar, keras dan terasa berat, selain itu siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo kurang adanya tanggapan terhadap pembelajaran bola voli yang ada di sekolah. Ketuntasan dalam kegiatan belajar mengajar tujuan yang paling diharapkan oleh semua guru. Untuk itu guru mampu menciptakan situasi belajar yang efektif. Karena suatu proses belajar mengajar yang efektif berlangsung apabila memberikan keberhasilan serta memberi rasa senang bagi siswa dan guru.

Seorang guru merasa puas jika siswanya dapat mengikuti proses pembelajaran dengan sungguh-sungguh, bersemangat dan penuh kesadaran tinggi. Hal itu dapat tercapai apabila guru memiliki sikap dan kemampuan secara professional serta mempunyai kemampuan mengelola proses belajar mengajar yang menyenangkan dan efektif.

Bola voli adalah salah satu cabang permainan olahraga dari bola yang cara bermainnya dengan dapat menjatuhkan bola ke dalam sebuah kotak lapangan lawan dan untuk mencari skor tinggi dalam bermain. Menjatuhkan bola voli ke net yaitu sebagai penghalang antar masing-masing tim. Permainan bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim, setiap tim terdiri 6 pemain sehingga apa bila dijumlah maka semua dari pemain bola voli adalah 12 orang.

Macam teknik dasar bola voli dibedakan menjadi dua yaitu, tanpa bola dan teknik dengan bola. Teknik tanpa bola dan teknik dengan bola ada dua komponen yang saling berkaitan dalam pelaksanaan permainan bola voli. Tekni dasar dengan

bola meliputi;(1) *passing*, (2) servis, (3) umpan, (4) smash, dan (5) bendungan (*block*). Teknik dasar *passing* mempunyai peranan penting penting dalam permainan bola voli. Jenis *passing* bola voli dibedakan menjadi dua macam yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. Pentingnya peranan *passing* maka harus diajarkan kepada siswa agar siswa memahami dan menguasainya, sehingga dapat melakukan *passing* yang benar.

Dari data nilai observasi *passing* bawah pada kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo yang berjumlah 33 siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, dengan kemampuan teknik *passing* bawah siswa yang memperoleh masih dalam kategori sangat kurang dari 33 subjek penelitian di temukan 15 (45%) siswa yang sudah memperoleh nilai di atas KKM 75 dan 18 (54%) siswa yang belum mencapai nilai KKM 75, hasil yang diperoleh ini sangat rendah sehingga peneliti berusaha untuk memperbaiki permasalahan yang di temukan di kelas ini.

Hasil observasi siswa belum memiliki keberanian untuk melakukan *passing* bawah karena takut tangan mengalami cedera. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi antusiaasme dan penguasaan siswa kelas VIII dalam melakukan *passing* bawah. Maka dari itu peneliti menggunakan metode pendekatan bermain melempar bola yang di modifikasi dengan menggunakan bola plastik siswa memiliki keberanian dalam melakukan *passing* bawah sehingga kemampuan *passing* bawah bola voli di SMP Negeri 3 Cakkeawo. Siswa dapat meningkatkan SMP Negeri 3 Cakkeawo pada umumnya yang belum menguasai teknik *passing* bawah, mereka belum siap bahkan belum memiliki kekuatan yang memadai,

sehingga siswa mengalami kesulitan untuk melakukan *passing* bawah. Hal ini biasanya dialami siswa kurang senang dengan olahraga.

Dari kondisi ini, maka penelitian ini akan mencoba menerapkan suatu metode atau pendekatan bermain melempar bola dalam upaya meningkatkan kemampuan *passing* bawah permainan bola voli siswa VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, teknik *passing* bawah. Hal ini dengan tujuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir 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.

Dalam pendekatan bermain *passing* bawah yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli adalah dengan pendekatan bermain melempar bola . Dalam pendekatan penelitian tindakan kelas ini meneliti ingin mengetahui tingkat keefektifan pendekatan bermain melempar bola upaya meningkatkan kemampuan *passing* bawah, khususnya siswa kelas VIII dan selama ini pendekatan bermain belum pernah digunakan dalam pembelajaran bola voli mini di SMP Negeri 3 Cakkeawo. Sehingga pendekatan ini, bermain sambil belajar dan tetap tidak menghilangkan tujuan pembelajaran yang ingin di capai yaitu kemampuan *passing* bawah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo dapat meningkat.

Dari kondisi tersebut maka penelitian ingin melakukan penelitian yang berjudul **“Upaya meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo”**.

1.2 Rumusan Masalah

Untuk lebih memudahkan pembahasan adapun rumusan masalah dalam penelitian adalah **“Apakah dengan pendekatan bermain melempar bola dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo tahun 2019/2020?**

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo tahun 2019/2020.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan pengetahuan bagi semua unsure pendidikan terutama dalam pendidikan jasmani serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Guru

Memperoleh solusi baru dan sekaligus mencoba menggunakan metode bermain dalam pembelajaran bola voli.

b. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, memperdalam pembelajaran permainan bola voli, dan mengetahui kekurangan dan kelemahan diri kita pada saat mengajar yang dapat dijadikan inspirasi untuk memperbaiki diri.

c. Bagi Sekolah

Adanya peningkatan kualitas pembelajaran (contoh; Tanya jawab, berdiskusi, merespon siswa), dan pola pengajaran yang berakibat terhadap peningkatan kualitas siswa dan guru.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani

2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang bermanfaat aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani adalah memperlakukan siswa sebagai kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani merupakan seseorang sebagai individu maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak.

Intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yakni memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis.

Mulyanto (2014:34), pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar

dari pengalaman gerkan untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktifitas jasmani, bermain dan olahraga. Selanjutnya menurut Rosdiani (2013:138)

bahwa “Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan tubuh fisik dengan fikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik.

2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani

Secara sederhana manfaat pendidikan olahraga jasmani bagi siswa (secara umum):

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Mendapatkan dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

- f. Menikmati kesenangan dalam keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

2.1.3 Tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani

Di dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006 dijelaskan bahwa, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

2.2 Hakikat Permainan Bola Voli

2.2.1 Pengertian bola voli

Permainan bola voli merupakan permainan beregu yang terdiri dari dua kelompok yang akan saling bertanding, dimana setiap kelompok terdiri dari 6 orang yang menempati lapangan petak masing-masing yang dibatasi oleh net, tiap kelompok harus berusaha memukul bola sampai melewati net dan akan mendapat pion 1 jika

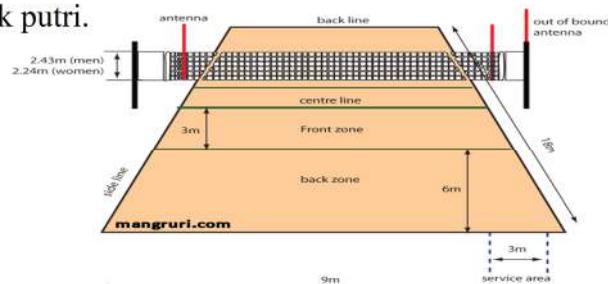
bola berhasil jatuh petak lawan (*really poin*), permainan selesai apa bila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24 permainan di lanjutkan sampai tercapai silisi 2 angka.

Berkaitan dengan bola voli Pardijono dan Taufiq dalam Aini (2018:520) mengemukakan bahwa “Permainan bola voli adalah permainan tempa cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, bila tidak menguasai teknik dasar sempurna akan memungkinkan kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar”.

Menurut PBVS dalam Hidayat Dkk (2018 : 1) bola voli merupakan suatu permainan beregu yang di mainkan oleh 2 tim yang masing-masing 6 orang pemain dan berlomba-lomba mencapai angka 25 terlebih dahulu. Permainan bola voli di mainkan di atas lapangan dipisahkan dengan bentangan net.

Berdasarkan tiga pendapat tersebut dapat di simpulkan bahwa, permainan bola voli merupakan olahraga bola besar yang dimainkan oleh dua tim dalam waktu yang sangat singkat dengan menggunakan beberapa teknik dasar.

Lapangan permainan bola voli berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran 18 x 9 m, lapangan dibagi dua bagian yang sama besar oleh sebuah garis tengah yang di atasnya di bentangkan net dengan ketinggian 2,43 m untuk putra dan 2,24 m untuk putri.



Gambar 2.1. Lapangan Bola Voli
(Sumber : <https://mangruri.com/gambar-lapangan-bola-voli-beserta-ukurannya>)

2.2.2 Teknik dasar *passing* bola voli

Teknik dasar permainan bola voli merupakan aktifitas jasmani yang menyangkut cara memainkan bola dengan efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Menurut Yunus dalam Abduh (2016: 4) “Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien.

Menurut Yunus dalam Fallo dan Hendri (2016: 11) menyatakan “Dalam permainan bola voli terdapat 5 teknik dasar yang harus di kuasai meliputi, servis, *passing*, umpan (*set up*), smash (*spike*), bendungan (blocking).

Menurut Beutehstahl dalam Hidayat dkk (2018: 2) “*Passing* bawah merupakan teknik dasar yang paling awal di ajarkan bagi siswa atau pemain pemula, *passing* atas merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain bola voli dengan tujuan untuk mengarahkan bola yang dimainkan ke suatu tempat atau kepada teman seregunya untuk di mainkan di lapangan sendiri”. *Passing* dibagi menjadi, dua *passing* atas dan *passing* bawah:

a. *Passing* atas

Passing atas yaitu memassing bola menggunakan jari dan ibu jari dua-duanya pada saat bola di atas dahi depan. *Passing* atas merupakan salah satu teknik yang sering digunakan sebagai umpan untuk menyajikan bola dalam melakukan smash. Agar teman seregu dapat memainkan atau melakukan serangan dengan baik terhadap lawannya. Maka teknik *passing* atas tersebut harus di lakukan dengan tepat.

b. *Passing* bawah

Passing bawah merupakan teknik dasar bola voli. Teknik ini digunakan untuk menerima servis, menerima spike, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul dari net. *Passing* bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bola voli atau sebuah operan. Operan biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima spike memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola terpantul di net.

Passing bawah adalah *passing* yang dilakukan dengan cara dua tangan dikaitka, dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran. Menurut Paneo (2014) teknik dasar *passing* bawah antara lain :

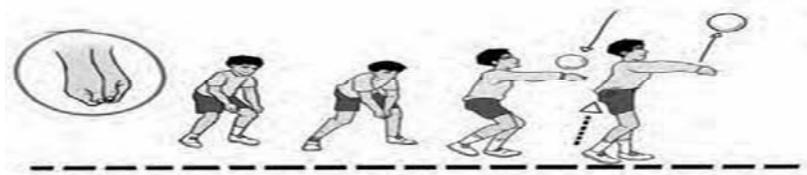
1. Sikap permulaan

Sikap berdiri normal yaitu kedua kaki dibuka dengan kedua lutut ditekuk dan badan sedikit dibengkokkan ke depan, badan menumpu pada kaki bagian depan agar lebih mudah dan cepat bergerak ke segala arah.

2. Gerakan pelaksanaan

Setelah bola dipukul posisi badan kembali berdiri normal (tegak) dan diikuti dengan gerakan badan dan langkah kaki ke depan koordinasi tetap terjaga dengan baik.

Latihan *passing* bawah dapat dilakukan secara berpasangan atau kelompok dua orang yang lebih, sesuai dengan jumlah bola yang ada.



Gambar 2.2. *Passing* bawah
(Sumber: Sutrisno, 2009:40)

Kesalahan-kesalahan umum pada pelaksanaan teknik passing bawah

yaitu :

- a) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- b) Terlalu banyak gerak lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan ke atas sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak 90 .
- c) Bola jatuh pada telapak tangan
- d) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar
- e) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- f) Kurang menekuk lutut pada langkah persiapan pelaksanaan.
- g) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif sehingga bola jari jauh menyeleweng.
- h) Persentuhan bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada) sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan passing.
- i) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan passing atas, dilakukan dengan passing bawah.

- j) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- k) Pemain malas melakukan passing atas terus terutama pada wanita setelah menguasai teknik passing bawah.
- l) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat, berputar).
- m) Lengan pemukul digerakkan dua kali
- n) Lengan pemukul di ayunkan lebih tinggi dari bahu.

2.2.3 Bermain Melempar bola

Bermain melempar bola menurut Lestari (2015) terdiri dari:

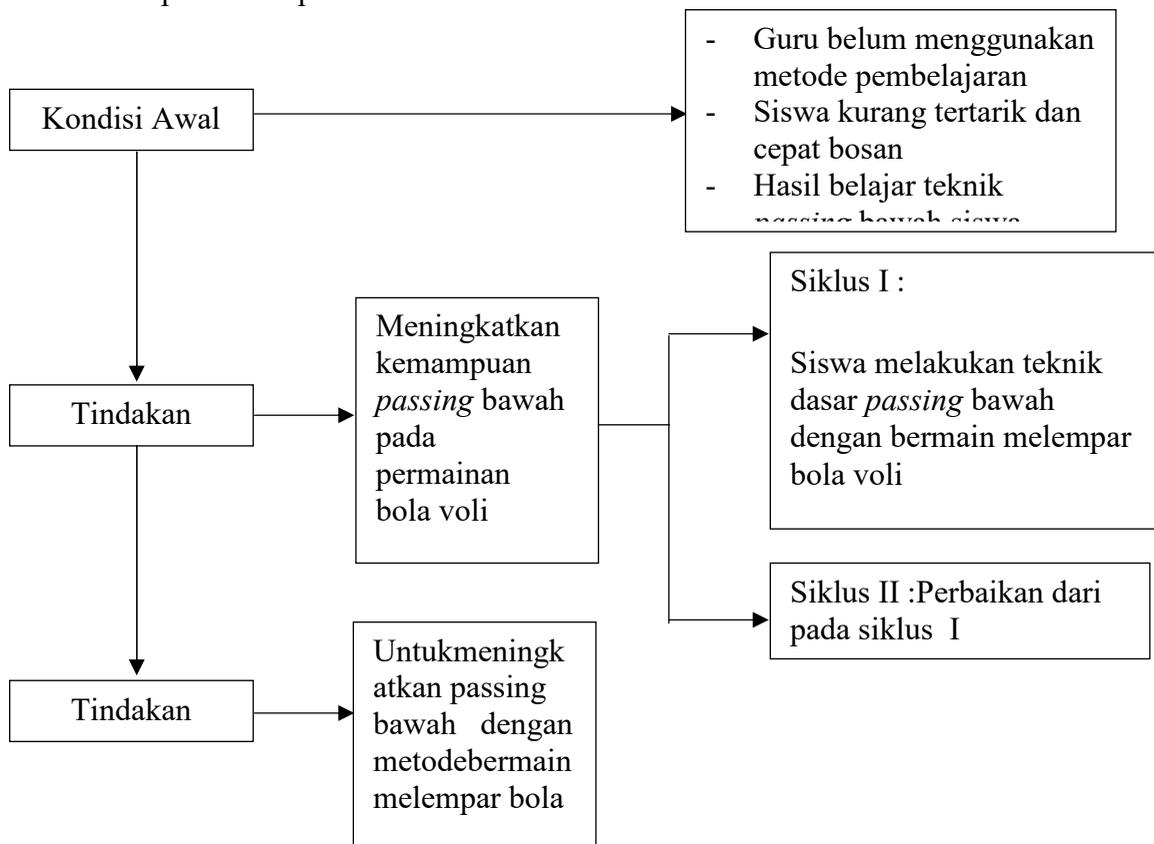
- a. Permainan pertama (permainan lempar bola)
 - 1. Siswa di bagi menjadi dua baris yang saling berhadapan dan berada diluar garis lapangan.
 - 2. Masing-masing membawa bola plastik untuk mengeluarkan sekumpulan bola kecil yang ada didalam lingkaran dengan cara dilempar
 - 3. Pemenang dalam lomba apabila salah satu kelompok lebih banyak mengeluarkan bola yang ada didalam lingkaran.
 - 4. Pemain berlangsung selama 10 menit, dan saling melempar bola yang ada di dalam lingkaran.
- b. Permainan kedua (lempar bola sasaran)
 - 1. Guru menyuruh siswa untuk berbaris dan saling berhadapan

2. Tiap baris di siapkan bola, kemudian setelah mendengar aba-aba dari guru siswa mulai melempar bola kearah sasaran yang berbeda di tengah-tengah antara barisan sap.
 3. Bola di tembakkan ke arah sasaran agar bola agar bola sasaran bisa melewati garis batas lemparan.
 4. Regu yang menang apabila bola sasaran bisa melewati batas lemparan regu lawan.
 5. Permainan berlangsung 10 menit dan saling bergantian.
- c. Permainan ketiga (permainan mengumpulkan poin)
1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok
 2. Guru membuat lapanganbola voli yang di tulisi dengan angka 1 sampai 5
 3. Setiap siswa melakukan servis satu kali .
 4. Jatuhnya bola menunjukkan nilai yang di peroleh
 5. Barisan kedua, ketiga dan dan seterusnya dijumlahkan sampai peserta habis, regu yang di anggap menang adalah regu yang paling banyak memperoleh pengumpulan angka dari hasil servis yang dilakukan.
 6. Siswa dibagi menjadi dua kelompok dengan tiap kelompok terdiri dari 8 dan 7 siswa
 7. Siswa disiapkan dalam lapangan bola voli masing-masing kelompok, permainan seperti permainan bola voli tetapi bola menggunakan bola plastik, selain itu siswa memukul bola dengan teknik servis bawah, dan di lakukan dalam lomba selama 10 menit, guru member ab-aba mulai, siswa yang mampu mengenai sasaran. Kelompok yang mendapat nilai terbanyak

sebagai juara. Tujuan dari permainan ini adalah untuk memberikan rasa senang, percaya diri, keberanian dan bersaing dalam penguasaan servis bawah dn supaya siswa membiasakan diri terhadap bola dan lapangan permainan.

2.3 Kerangka Berfikir

Kerangka berpikir adalah gambaran berupa konsep hubungan antara variable dengan berbagai faktor lainnya. Arti dari definisi di atas bahwa kerangka berfikir merukan gambaran tentang konsep bagaimana suatu variabel memiliki hubungan dengan variabel lainnya. Bagaimana faktor-faktor dalam penelitian tersebut dapat saling berhubungan. Alur gambaran pemikiran dalam penelitian ini secara skematis dapat dilihat pada skema dibawah ini :



Gambar: 2.3 Bagan kerangka berfikir

2.4 Hipotesis penelitian

Berdasarkan kajian pustaka yang dituangkan dalam kerangka berfikir, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “dengang penerapan bermain melempar bola maka dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.”

BAB III

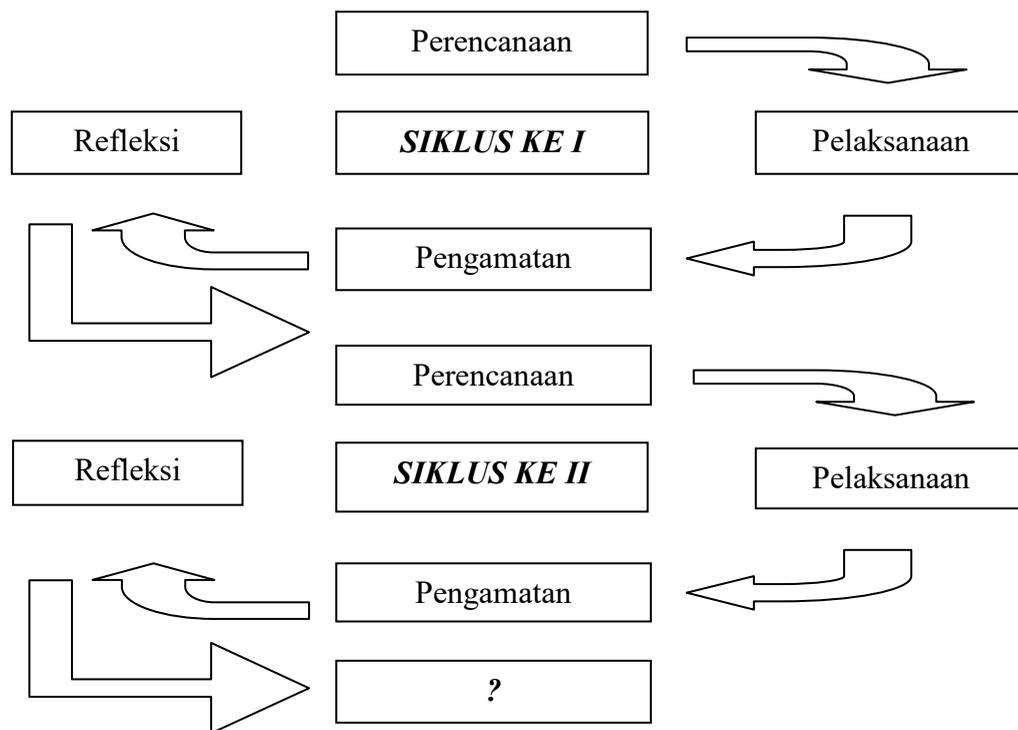
METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat.

Menurut Kunandar dalam Dini Siswani Mulia dan Suwarno (2016 : 2) PTK merupakan penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru sekaligus sebagai peneliti dikelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (olaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan dan merefleksikan tindakan secara kolaboratif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan kualitas proses pembelajaran kelas melalui suatu tindakan tertentu dalam suatu siklus penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengatasi akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas. Menurut Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan dan Tenaga Ketenagaan Perguruan Tinggi (2005 : 1.5) bahwa meningkatkan kualitas pendidikan disekolah dapat ditempuh melalui berbagai cara, antara lain meningkatkan bekal awal siswa baru, peningkatan kompetensi guru, peningkatan isi kurikulum, peningkatan kualitas pembelajaran, dan penilaian hasil belajar. Penyediaan bahan ajar yang memadai, dan penyediaan sarana belajar. Dari semua cara tersebut peningkatan kualitas hasil pembelajaran melalui peningkatan kualitas pendidik menduduki posisi yang sangat strategis dan akan berdampak positif.

Penelitian ini menggunakan siklus dimana siklus tersebut mempunyai langkah sistematis yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi



Gambar 3.1 Siklus PTK
(Sumber: Arikunto 2010:16)

Penelitian ini dilaksanakan secara bersiklus, yaitu siklus yang satu dengan yang lainnya dalam rangkaian yang saling berkaitan. Untuk memecahkan permasalahan maka dilakukan perencanaan tindakan dan observasi pelaksanaan, direfleksi untuk mengetahui hasil pelaksanaan tindakan.

Alur tindakan penelitian dalam skema di atas, dapat dijelaskan sebagai berikut ;

➤ **Siklus I**

Siklus ini terbagi atas 4 tahap, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan dan tahap refleksi.

1. Perencanaan

- a. Peneliti membuat Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) tentang materi yang akan diajarkan.
- b. Melaksanakan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan modifikasi pembelajaran yaitu bola plastik.
- c. Menyediakan bola plastik yang akan digunakan dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.
- d. Menyiapkan lembar observasi siswa dan guru serta menyediakan lembar catatan lapangan yang akan digunakan pada saat pembelajaran

2. Pelaksanaan

- a. Menyampaikan materi pembelajaran dan tujuan yang akan dicapai dari pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi bola plastic.
- b. Memberi penjelasan mengenai pelaksanaan dari pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui bola plastik yang berbeda dari siklus I serta contoh pelaksanaan yang dilakukan oleh guru atau siswa.
- c. Masing-masing siswa melakukan praktek *passing* bawah bola voli dengan melakukan *passing* bawah.
- d. Mengamati pelaksanaan praktek *passing* bawah bola voli melalui modifikasi bola plastic.
- e. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan Tanya jawab tentang materi yang telah dilaksanakan.

f. Memberikan motivasi kepada siswa atau penguatan tentang tahapan penting penelitian *passing* bawah agar siswa memiliki peningkatan.

3. Pengamatan/Observasi

Pada tahap ini peneliti dibantu oleh guru pendidikan jasmani SMP Negeri 3 Cakkeawo (yang bertindak sebagai observer) untuk mengamati peneliti (yang bertindak sebagai guru) yang secara langsung menerapkan modifikasi *passing* bawah dan mengisi lembar observasi yang telah dipersiapkan sebelumnya. Observasi mengamati aktivitas pembelajaran yang berlangsung. Hasil pengamatan dicatat dalam lembar observasi, adapun kegiatan yang diamati adalah aktivitas guru, aktivitas siswa dan mengawasi pelaksanaan tes yang diberikan di akhir siklus.

4. Refleksi

Pada akhir siklus diadakan refleksi terhadap hal-hal yang diperoleh baik dari hasil observasi maupun catatan peneliti. Tahap refleksi meliputi kegiatan memahami dan menyimpulkan data. Peneliti dan observer berdiskusi untuk melihat keberhasilan dan kegagalan yang terjadi setelah proses pembelajaran dalam selang waktu tertentu. Kekurangan-kekurangan yang pada siklus I yang telah dilaksanakan, dibuatkan rencana perbaikan demi penyempurnaan tindakan pada siklus II.

SIKLUS II

1. Perencanaan

a. Dilakukan perubahan dan perbaikan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) berdasarkan hasil dan refleksi siklus I.

- b. Melaksanakan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan modifikasi bola voli dengan berdasarkan perbaikan rencana pembelajaran pada refleksi 1.
- c. Menyediakan bola plastik yang akan digunakan dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.
- d. Menyiapkan lembar observasi siswa dan guru serta menyediakan lembar catatan lapangan yang akan digunakan pada saat pembelajaran

2. Pelaksanaan

- a. Menyampaikan materi pembelajaran berdasarkan perbaikan rencana pembelajaran pada refleksi siklus 1 dan tujuan yang akan dicapai dari pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi.
- b. Memberi penjelasan mengenai pelaksanaan dari pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi bola plastik berdasarkan perbaikan rencana pembelajaran pada refleksi siklus 1 serta contoh pelaksanaan yang dilakukan oleh guru atau siswa.
- c. Siswa melakukan praktek *passing* bawah bola voli melalui modifikasi dengan melakukan *passing* bawah pada sasaran.
- d. Mengamati pelaksanaan praktek *passing* bawah bola voli melalui modifikasi bola plastic.
- e. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan Tanya jawab tentang materi yang telah dilaksanakan.

f. Memberikan motivasi kepada siswa atau penguatan tentang tahapan penting penelitian *passing* bawah agar siswa memiliki peningkatan yang baik.

3. Pengamatan/Observasi

Pada tahap ini peneliti dibantu oleh guru pendidikan jasmani mengamati secara langsung penerapan modifikasi bola plastic berdasarkan perubahan rencana pembelajaran dari hasil refleksi pada siklus 1 dan mengamati aktivitas pembelajaran yang berlangsung.

4. Refleksi

Pada akhir siklus peneliti melakukan refleksi terhadap pelaksanaan siklus II dan memahami serta menyimpulkan data atas pelaksanaan pembelajaran dengan melihat hasil observasi, apakah kegiatan yang telah dilakukan dapat meningkatkan kemampuan dasar *passing* bawah bola voli dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Tahap refleksi terbagi menjadi dua yaitu refleksi proses dan refleksi hasil sebagai berikut :

- a. Refleksi proses yaitu peneliti dan guru mendiskusikan tindakan peneliti saat proses pembelajaran berlangsung apakah telah mencapai taraf keberhasilan atau belum dengan menerapkan modifikasi bola plastic.
- b. Refleksi hasil yaitu peneliti dan guru melakukan refleksi tentang hal nilai siswa apakah hasil belajar setelah melaksanakan pembelajaran berhasil atau tidak. Apabila belum maka akan dilaksanakan perencanaan siklus

berikutnya dengan melengkapi kekurangan-kekurangan pada siklus sebelumnya.

3.2 Jenis penelitian

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan yang berbasis kelas (*Classroom Action Research*) yang bersifat deskriptif dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada pembelajaran bola voli dengan menggunakan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo. Wiriadmadja (2010:221) mengemukakan “Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*)”

3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo , sejumlah 33 terdiri dari 17 laki-laki dan 16 perempuan. Subyek penelitian ini mempunyai ketepatan *passing* yang berbeda-beda yakni ada sebagian siswa yang mempunyai ketepatan *passing* sedang, rendah, serta sangat rendah sehingga jika siswa kelas VIII dirata-rata berkemampuan rendah.

3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.4.1 Lokasi penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Cakkeawo Kecamatan suli, kabupaten Luwu.

3.4.2 Waktu Penelitian.

Penelitian ini rencana dilaksanakan 17 September - 16 Oktober 2020

3.5 Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam peneliti tindak kelas ini yaitu;

- a. Siswa sebagai subjek, untuk mendapatkan data tentang hasil teknik dasar *passing* bawah melalui modifikasi bola plastik. Subjek dalam penelitian ini ada siswa kelas VIII F dengan jumlah 33 siswa, yang terdiri dari 13 siswa laki-laki dan 20 siswi perempuan.
- b. Guru sebagai kolaborator, untuk melihat tingkat keberhasilan hasil belajar teknik *passing* bawah bola voli dengan modifikasi bola plastik.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data ada dua yaitu tes dan dokumentasi.

3.6.1 Tes

Tes adalah alat atau prosedur yang dipergunakan dalam rangka pengukuran dan penilaian. Peneliti memilih teknik tes untuk mengukur dan menilai hasil belajar siswa apakah meningkat atau belum selama pembelajaran *passing* bawah bola voli dalam modifikasi bola plastik diterapkan. Berikut ini merupakan indikator dan rumusan dalam pengumpulan nilai;

Tabel 3.1 Indikator Penilaian

No	Indikator penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Sikap awal			
2	Sikap pelaksanaan			
3	Sikap akhir			

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

3.6.2 Dokumentasi

Dokumentasi merupakan kegiatan atau proses pekerjaan mencatat atau merekam suatu peristiwa dan aktivitas yang dianggap berharga dan penting serta perolehan data-data awal siswa dan guru kelas, dengan tujuan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang situasi yang dilakukan selama proses pembelajaran.

3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Data yang terkumpul dengan menggunakan instrumen tertentu akan dideskripsikan dan dilampirkan atau digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam suatu penelitian. Adapun instrumen yang digunakan yaitu; tes kemampuan *passing* bawah.

3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data hasil penelitian mengenai peningkatan kemampuan *passing* siswa dalam pembelajaran bola voli dengan menggunakan metode bermain melempar bola pada siswa SMP Negeri 3 Cakkeawo, digunakan analisis kuantitatif. Data hasil tes kemampuan teknik dasar bermain bola voli pada siklus pertama dan kedua dianalisis secara kuantitatif, Selanjutnya menghitung nilai rata-rata hasil tes atau evaluasi hasil belajar. Pengujian hipotesis tindakan bahwa dengan melalui bermain melempar bola, kemampuan *passing* dari hasil belajar teknik dasar bermain bola voli meningkat, dilakukan dengan cara membandingkan nilai rata-rata hasil tes antara siklus I dan siklus II. Pemberian tes praktel perindividu

dibuat dalam bentuk persentase (%), yang digunakan untuk menentukan posisi belajar yang dicapai masing-masing siswa.

Berikut ini merupakan uraian tentang analisis data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif berupa hasil belajar, dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dengan menggunakan ketuntasan belajar dan mean (rata-rata) kelas. Dengan demikian nilai ketuntasan belajar siswa diperoleh melalui rumus sebagai berikut :

1. Tes unjuk kerja (Psikomotor):

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

3.9 Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas ini adalah terjadinya peningkatan pembelajaran bola voli siswa menggunakan dengan bermain melempar bola pada sisiwa SMP Negeri 3 Cakkeawo . Menurut Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh pihak sekolah, standar ketuntasan minimal untuk tiap individu yaitu nilai 75, dan mencapai tuntas secara klasikal 80% dari jumlah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Data awal meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti dan kolaborator melakukan pengambilan data awal penelitian. Ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo. Adapun deskripsi data yang diambil adalah meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

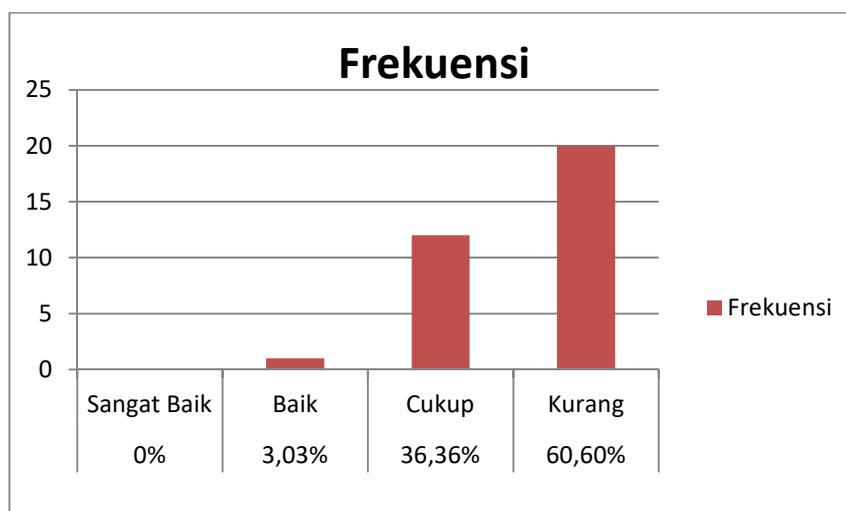
Kondisi awal untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo. . sebelum diberikan tindakan melalui variasi permainan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1 Hasil pengamatan data awal meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	91– 100	Sangat Baik	0	0%
2	85 – 90	Baik	1	3,03%
3	75– 84	Cukup	12	36,36%
4	0 – 74	Kurang	20	60,60%
		Jumlah	33	100%

Berdasarkan tabel 4.1 hasil observasi awal diatas sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa ada , 0 siswa dalam kategori baik sekali, 1 siswa yang termasuk dalam kategori baik, 12 siswa dalam kategori cukup, dan 20 siswa yang memperoleh nilai dalam kategori kurang, dan berdasarkan kriteria ketuntasan minimal yaitu yang ditetapkan pada SMP Negeri 3 Cakkeawo yaitu (75%).

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat diagram sebagai berikut :



Gambar 4.1 Diagram batang skor nilai persentase pada data awal

Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, melalui variasi permainan sebanyak 2 siklus, yang masing-masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi.

4.1.2 Deskripsi siklus I

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus I untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain melempar bola melalui pendekatan bermain melempar bola dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi.

Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Perencanaan

Perencanaan pada siklus pertama sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

1. Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo melalui pendekatan bermain.
2. Mempersiapkan media pembelajaran dan sumber belajar.
3. Membuat tes penilaian meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli berdasarkan materi yang diajarkan melalui pendekatan bermain.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus I berlangsung sebanyak dua pertemuan, dengan perincian yaitu dua kali pertemuan untuk proses meningkatkan kemampuan dan satu kali pertemuan untuk tes meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui pendekatan bermain. Setiap pertemuan berlangsung 3 jam pelajaran (3x35 menit). Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan tindakan meliputi kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir.

1. Kegiatan awal

Pada kegiatan awal dilaksanakan selama 15 menit dan dilakukan dalam proses meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui pendekatan bermain pada siklus I, yaitu :1) Berbaris dilapangan, 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran, 3) Mengecek kehadiran siswa, kesehatan kuku, dan rambut. 4) Menegur siswa yang belum berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan permainan yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan, 6) Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti, 7) Guru melakukan persepsi sebagai penilaian awal, 8) Guru membagi siswa kedalam kelompok secara heterogen sesuai dengan jenis meningkatkan kemampuan melalui pendekatan bermain yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah.

2. Kegiatan inti

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 105 menit, guru menjelaskan tujuan meningkatkan kemampuan dan memberi motivasi pada anak didiknya.

Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan *passing*

bawah, melalui pendekatan bermain melempar bola hanya ada tambahan dengan cara *passing* bawah dua kali *passing* . Kemudian menginformasikan aturan dan cara bermain dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui pendekatan bermain.

Siswa dibagi menjadi 5 kelompok, setiap kelompok terdiri 6 pemain atau secara heterogen memberi kesempatan kepada siswa yang sudah ditunjuk melalui undian yang menjadi pemain ditengah dan pemain bermain secara bergantian. Apabila salah satu pemain jaga bisa mengenai bola yang di *passing* bawah oleh pemain maka pemain itu bergantian menjadi pemain dan pemain jadi menjadi pemain. Pada saat melakukan pendekatan bermain melempar bola, siswa masih kesulitan dalam melakukan permainan, selain itu siswa juga ragu-ragu dalam melakukan gerakan. Setelah guru memberi arahan dan motivasi kepada siswa yang kurang bersungguh- sungguh serta ragu dalam melakukan gerakan dalam proses meningkatkan kemampuan *passing* bawah, guru menginstruksikan untuk melanjutkan meningkatkan kemampuan.

3. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir dilaksanakan selama 15 menit, adapun kegiatan yang dilakukan adalah siswa dikumpulkan untuk diadakan evaluasi/koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli yang benar. Kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab, guru menyimpulkan materi bersama siswa serta mengemukakan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya. Selain itu guru melakukan refleksi kesalahan – kesalahan gerakan dalam proses meningkatkan kemampuan.

c. Hasil Siklus I

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus I adalah penyajian materi *passing* bawah dalam melalui variasi pendekatan bermain melempar bola sebanyak 3 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada pertemuan ketiga atau pengambilan nilai aspek psikomoto. Berdasarkan meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam melalui variasi pendekatan bermain melempar bola siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.

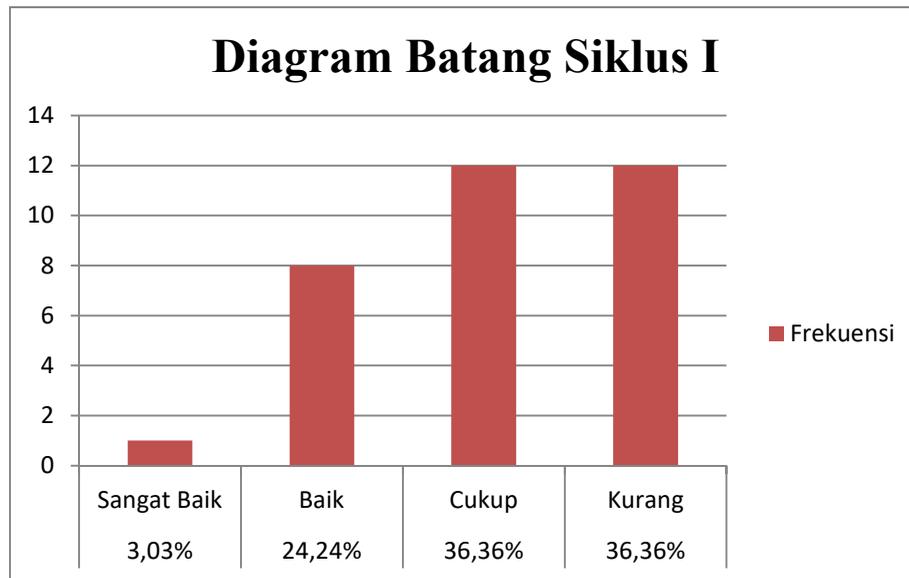
Tabel 4.2 Hasil meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada siklus I melalui variasi pendekatan bermain pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	91– 100	Sangat Baik	1	3,03%
2	85 – 90	Baik	8	24,24%
3	75 – 84	Cukup	12	36,36%
4	0 – 74	Kurang	12	36,36%
		Jumlah	33	100%

Sumber : Data siklus I

Berdasarkan tabel 4.2 tampak dari 33 subjek penelitian, terdapat 1 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori baik sekali, 8 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori baik, 12 siswa yang memperoleh kategori cukup dan 12 siswa yang memperoleh kategori kurang.

Jadi hasil kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain melempar bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo pada siklus I dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus I berikut ini :



Gambar 4.2 Diagram batang skor nilai persentase pada siklus I

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus I diatas, tampak bahwa dari 33 subjek penelitian, terdapat 3,03% siswa yang memiliki kemampuan *passing* bawah dalam kategori sangat baik, disusul kategori baik sebanyak 24,24% siswa, kategori cukup sebanyak 36,36% siswa, kategori kurang sebanyak 36,36% siswa.

Berdasarkan kemampuan pada siklus pertama, maka persentase ketuntasan kemampuan siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.3 Deskripsi ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
75 – 100	Tuntas	21	63,63%
0 – 74	Tidak Tuntas	12	36,36%
Jumlah		33	100%

Sumber : Analisis Data meningkatkan kemampuan Siswa Siklus I

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa dari 33 subjek penelitian terdapat 21 siswa dengan persentase 63,63% sudah dalam kategori tuntas dan 12 siswa dengan persentase 36,36% dalam kategori tidak tuntas pada siklus I.

Adapun penyebab siswa tidak tuntas pada siklus I dikarenakan :

1. Masih ada siswa yang asik bermain dan tidak memperhatikan pelajaran.
2. Dalam pelaksanaan meningkatkan kemampuan, hanya sebagian siswa yang terlihat aktif sedangkan siswa yang lainnya terlihat pasif.
3. Pada saat proses meningkatkan kemampuan masih ada siswa yang asyik bermain tanpa mengikuti materi dan arahan guru.
4. Masih ada siswa yang ragu-ragu dalam melakukan gerakan.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi selama pelaksanaan siklus I, siswa belum mencapai indikator keberhasilan secara klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan revisi tindakan pada siklus II yaitu :

- a. Perhatian siswa dalam meningkatkan kemampuan dimana siswa masih kesulitan dalam melakukan permainan
- b. Dalam proses meningkatkan kemampuan, siswa masih kurang bersungguh-sungguh dan tidak memperhatikan penjelasan guru.
- c. Siswa masih ragu-ragu dalam melakukan gerakan dalam proses meningkatkan kemampuan sehingga mengakibatkan gerakan yang dilakukan kurang maksimal. Oleh karena itu diharapkan dapat menjadi bahan perbaikan pada siklus II.

4.1.3 Deskripsi siklus II

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus II untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam bola voli melalui variasi pendekatan bermain dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Perencanaan

Perencanaan pada siklus II sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

1. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo melalui variasi pendekatan bermain dengan melihat kekurangan – kekurangan yang terjadi apada siklus I.
2. Menyiapkan media meningkatkan kemampuan dan sumber belajar.
3. Membuat tes penilaian kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli berdasarkan materi yang diajarkan melalui variasi pendekatan bermain melempar bola.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus II berlangsung sebanyak dua pertemuan , dengan perincian yaitu dua kali pertemuan untuk proses pembelajaran dan satu kali pertemuan untuk tes meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain melempar bola. Setiap

pertemuan berlangsung 3 jam pelajaran (3x35 menit). Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan tindakan meliputi kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir.

1. Kegiatan awal

Pada kegiatan awal dilaksanakan selama 15 menit dan dilakukan dalam proses meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain pada siklus II, yaitu :1) Berbaris dilapangan, 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran, 3) Mengecek kehadiran siswa, kesehatan kuku, dan rambut. 4) Menegur siswa yang belum berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan permainan yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan, 6) Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti, 7) Guru melakukan persepsi sebagai penilaian awal, 8) Guru membagi siswa kedalam kelompok secara heterogen sesuai dengan jenis meningkatkan kemampuan variasi pendekatan bermain yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan.

2. Kegiatan inti

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 105 menit, guru menjelaskan tujuan meningkatkan dan memberi motivasi pada anak didiknya. Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan *passing* bawah, variasi pendekatan bermain. Kemudian menginformasikan aturan dan cara bermain dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain melempar bola.

Siswa dibagi menjadi 5 kelompok, setiap kelompok terdiri 6 pemain atau secara heterogen memberi kesempatan kepada siswa yang sudah ditunjuk melalui

undian yang menjadi pemain jadi dan pemain dan bermain secara bergantian. Apabila salah satu pemain juga bisa mengenai bola yang di *passing* oleh pemain maka pemain itu bergantian menjadi pemain jadi dan pemain jadi menjadi pemain. Kemudian melakukan variasi permainan bola voli. Pada saat melakukan variasi permainan siswa sudah antusias dan termotivasi, tidak mengalami kesulitan lagi dalam melakukan permainan, selain itu siswa sudah tidak ragu-ragu dalam melakukan gerakan. Dan siswa bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan dalam variasi permainan.

3. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir dilaksanakan selama 15 menit, adapun kegiatan yang dilakukan adalah siswa dikumpulkan untuk diadakan evaluasi/koreksi menyeluruh cara melakukan gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli yang benar. Kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab, guru menyimpulkan materi bersama siswa serta mengemukakan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya. Selain itu guru melakukan refleksi kesalahan – kesalahan gerakan dalam proses permainan.

c. Hasil siklus II

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II adalah penyajian materi *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain sebanyak 3 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada pertemuan kedua atau pengambilan nilai aspek psikomotor. Berdasarkan kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain melempar bola siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.4.

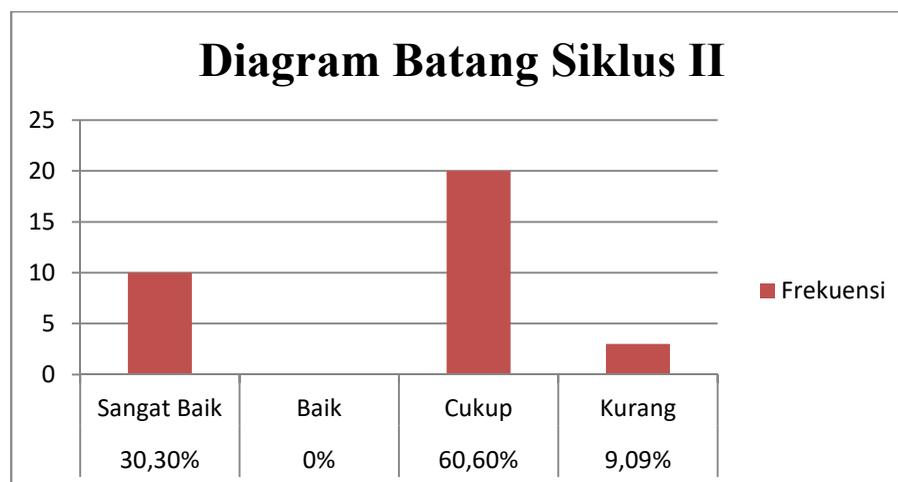
Tabel 4.4 Hasil meningkatkan kemampuan *passing* bawah siklus II melalui variasi pendekatan bermain melempar bola siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	91– 100	Sangat Baik	10	30,30%
2	85 – 90	Baik	0	0%
3	75 – 84	Cukup	20	60,60%
4	0 – 74	Kurang	3	9,09%
		Jumlah	33	100%

Sumber : Data Hasil siklus II

Berdasarkan tabel 4.4 tampak dari 33 subjek penelitian, terdapat 10 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori sangat baik, 0 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori baik, 20 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori cukup, dan 3 siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori kurang.

Jadi hasil kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain siswa VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo pada siklus II dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini :



Gambar 4.3 Diagram batang skor nilai persentase pada siklus II

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus II diatas, tampak bahwa dari 33 subjek penelitian, terdapat 930,30% siswa yang memiliki kemampuan dalam kategori sangat baik, disusul kategori baik sebanyak 0% siswa, kategori cukup sebanyak 60,60% siswa, kategori kurang sebanyak 9,09% siswa.

Berdasarkan hasil kemampuan pada siklus kedua, maka persentase ketuntasan hasil siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.5 Deskripsi ketuntasan kemampuan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
75 – 100	Tuntas	30	90,90%
0 – 74	Tidak Tuntas	3	9,09%
Jumlah		33	100%

Sumber : Data Siswa Siklus II

Berdasarkan tabel dan diagram batang diatas, tampak bahwa dari 33 subjek penelitian terdapat 30 siswa dengan persentase 90,90% sudah dalam kategori tuntas dan 3 siswa dengan persentase 9,09% dalam kategori tidak tuntas pada siklus II.

d. Refleksi

Refleksi pada siklus II, siswa sudah mencapai indikator keberhasilan secara klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan revisi tindakan pada siklus II yaitu :

- a. Perhatian siswa dalam belajar dimana siswa sudah antusias dan tidak mengalami kesulitan lagi dalam melakukan permainan.
- b. Dalam proses belajar, siswa bersungguh- sungguh dan memperhatikan penjelasan guru.
- c. Siswa tidak ragu-ragu lagi dalam melakukan gerakan dalam proses belajar

sehingga gerakan yang dilakukan semaksimal mungkin.

4.1.4 Perbandingan siswa siklus I dan siklus II

Peningkatan hasil belajar siswa pada siklus I mencapai rata – rata sedangkan pada siklus II meningkat menjadi. Untuk lebih jelasnya mengenai kemampuan *passing* bawah bola voli melalui variasi pendekatan bermain dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siswa siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo siklus I dan II

No	Nilai	Siklus I			Siklus II	
		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 75,00	Tidak Tuntas	12	36,36	3	9,09
2	>75,00	Tuntas	21	63,63	30	90,90
Jumlah			33	100	33	100

Sumber : Data Siswa Siklus I dan II

Untuk lebih jelasnya perbandingan distribusi frekuensi dan kategori ketuntasan belajar *passing* bawah bola voli melalui variasi pendekatan bermain dalam meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo pada siklus I dan II.

Dari tabel diatas tampak bahwa dari 33 siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo yang menjadi subjek penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan variasi pendekatan bermain melempar bola, untuk kategori tuntas sebesar 63,63% pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 90,90% pada siklus II untuk *passing* bawah pada permainan bola voli.

b. Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diterapkan variasi pendekatan bermain melempar bola, untuk kategori tidak tuntas 36,36% pada siklus I, kemudian untuk kategori tidak tuntas 9,09% pada siklus II.

Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada pada kategori tuntas mengalami peningkatan sebanyak 21 siswa atau 63,63% pada siklus I, proses ketuntasan terjadi dalam tiga kali pertemuan proses belajar dengan materi yang sama ditambah variasi pendekatan bermain dalam bola voli, begitu juga pada siklus II mengalami ketuntasan 90,90% dengan pelaksanaan proses penelitian yang hampir sama dengan siklus I. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 90,90% dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori sangat baik.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan tentang hasil belajar *passing* bawah dalam bola voli melalui variasi pendekatan bermain melempar bola meningkat, *passing* bawah dalam bola voli pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo sudah mencapai indikator penilaian, dengan standar KKM 75 dan nilai ketuntasan seluruh siswa 90,90% pada siklus II, sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus berikutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian tindakan kelas pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo. dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi dan hasil siklus. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan variasi permainan dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah melalui variasi pendekatan bermain melempar bola siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo.

Dalam hal ini sesuai hasil analisis data yang menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan hasil kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo, dimana pada siklus I persentase kelulusan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Cakkeawo sebesar 63,63% dan meningkat pada siklus II dengan persentase kelulusan sebesar 90,90%.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa metode permainan dapat meningkatkan hasil kemampuan siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan khususnya pada materi *passing* bawah pada permainan bola voli, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Guru diharapkan dapat menjadikan model permainan sebagai suatu alternatif pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk meningkatkan *passing* bawah pada permainan bola voli.
2. Bagi siswa, agar fokus pada materi yang sedang dipelajari.

3. Bagi sekolah, Agar menyediakan atau memperbaharui sarana dan prasarana pembelajaran olahraga. Perlunya diperbanyak referensi atau sarana olahraga khususnya yang mendukung proses belajar.
4. Kepada peneliti selanjutnya yang akan mengkaji rumusan yang serupa diharapkan dapat mengembangkan metode pembelajaran dengan mengkaji pembelajaran secara mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Dini Siswani Mulia dan suwarno. 2016. PTK (Penelitian Tindakan Kelas) Dengan Pembelajaran Berbasis Kearifan Lokal dan Penulisan Artikel Ilmiah Di SD Negeri Kalisube Banyumas, *Jurnal Ilmiah Kependidikan* , Vol.IX, No, 2 2016.
- Fallo, I. S dan Hendri. 2016. Upaya meningkatkan kemampuan smash permainan bola voli melalui pembelajaran gaya komando. *Jurnal pendidikan olahraga* 5(1):10-19.
- Hidayat, I., P.Rianto, dan D. B. Rosman. 2018. Pengaruh Metode Bermain terhadap Peningkatan Passing Bawah Dalam Permainan bola voli siswa Ektrakurikuler SMK Negeri Subang. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang* 4(1): 1-8.
- Lestari. (2015). Upaya Peningkatan Pembelajaran Servis Bawah Melalui Pendekatan Bermain Melempar Dalam Permainan *Bolavoli Mini Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Tegallandu Kabupaten Magelang*. UNY
- Mulyanto. 2014 *belajar dan pembelajaran penjas*. Bandung: universitas pendidikan Indonesia kampus sumedang.
- Nur Aini, Dan Taufiq. 2018 . Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe stad terhadap hasil belajar servis bawah bola voli. *Jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan*.6(2) : 519 – 522.
- Paneo, R. P. (2014). *Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Passing Bawah Pada Permainan Bola Voli Melalui Metode Berpasangan Siswa Kelas IV Sdn I Hunggaluwa-Limboto* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Gorontalo).
- Wiriatmadja Rochiati. 2010. *Metode penelitian tindakan kelas*: Bandung PT. Rosdakarya.