

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN HASIL BELAJAR PASSING
BAWAH DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PADA SMAN KELAS X
IPS 1 TOAPAYA, KAB. BINTAN, PROV. KEPULAUAN RIAU**

Roy Kharneyzi Simamora, S.Pd
roykhrneyzisimamora@gmail.com

ABSTRAK

Pembelajaran passing bawah di Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintan, Prov. Kepulauan Riau masih tergolong belum yang belum faham serta tidak mampu melakukan pola gerak secara betul dan berkelanjutan dengan adanya media maka proses pembelajaran akan lebih efektif dan efisien guna untuk meningkatkan proses pembelajaran yang lebih kualitas Metode dan bentuk penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas olahraga dari subyek 31 siswa pada saat melakukan pembelajaran dimana hasil penelitian yang bisa di klasifikasikan terdiri dari siklus I terdapat siswa yang sudah tuntas berjumlah 18 dengan persentasi 59 % terbagi dari 2 klasifikasi rentang nilai dari 75-79 dan 80-89 dan siswa yang belum tuntas 13 dengan persentasi 41 % maka di lanjutkan ke tahap siklus II dan jumlah siswa 31 tuntas, di siklus II terdapat 1 orang peserta didik yang belum mencapai nilai ketuntasan karena mendapat nilai di bawah 75 dan 35 orang peserta didik lainnya dinyatakan tuntas dengan rentang nilai 90-100 ada 6 siswa dengan persentasi 20 %, dan terdapat nilai 80-89 ada 12 siswa dengan persentasi 40% dan masih ada 1 siswa yang belum tuntas.

Kata Kunci: Hasil Belajar Passing Bawah Dengan Menggunakan Media

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dengan pendidikan diharapkan manusia dapat mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Pendidikan dilaksanakan pada jalur formal dan informal serta memiliki jenjang yang dimulai dari tingkat dasar sampai ketinggian pendidikan perguruan tinggi.

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah, bahkan pada pendidikan tinggi. Tujuan Pendidikan Jasmani yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Sebagai mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan, mata pelajaran Pendidikan Jasmani wajib diberikan pada peserta didik. Pendidikan jasmani memberikan pengajaran berbagai macam cabang olahraga salah satu diantaranya adalah bola voli. Bola voli menjadi materi ajar yang harus diajarkan kepada peserta didik karena termasuk dalam materi yang ditetapkan.

Muhajir (2004: 34). Permainan bolavoli tidak lagi hanya sebagai olahraga rekreasi, akan tetapi telah berkembang menjadi bagian dari olahraga pendidikan dan olahraga prestasi. Untuk mencapai prestasi bermain bolavoli, peserta didik disekolah diajarkan keterampilan bermain bolavoli yang terdiri dari service, passing, umpan, smash dan block. Hal tersebut memerlukan media pembelajaran yang baik, sikap sabar, tekun, berani dan konsentrasi yang tinggi dalam jangka waktu yang relatif lama. Oleh karena itu peran guru dituntut untuk menerapkan media pembelajaran yang efektif yang didukung oleh alat pembelajaran yang dimodifikasi agar dapat menunjang proses pembelajaran bolavoli.

Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintan, Prov. Kepulauan Riau pada saat pembelajaran bola voli passing bawah masih mengalami beberapa kesulitan diantaranya belum tahu secara pasti bagaimana teknik yang sebenarnya.

Salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli adalah passing. Teknik dasar passing sendiri ada beberapa macam, yaitu *passing* bawah, dan *passing* atas. Penguasaan teknik *passing* ini sangat penting, karena jika terjadi kesalahan dalam melakukannya maka merugikan regu sendiri dimana tim lawan akan mendapat angka sesuai dengan sistem *rallypoint* yang berlaku sekarang. Untuk menghindari kesalahan tersebut perlu dikuasai teknik dasarnya terlebih dahulu, Teknik dasar yang diajarkan kepada peserta didik dalam melakukan *passing* adalah *passing* bawah, karena *passing* bawah merupakan *passing* yang sangat sederhana dan

mudah untuk dilakukan. Menurut Dieter Beutelstahl (2009:10) bahwa pemain dalam melakukan *passing* bawah sikap awal kaki dibuka sedikit lebih lebar dari bahu. lutut ditekuk berat badan bertumpu pada kaki bawah, saat menerima bola pemain mendekatkan kedua lengan sehingga saling bersebelahan tangan harus lurus saat menerima bola, tahap akhir pemain membiarkan kedua lengannya terus melaju mengikuti ayunan lengan itu sendiri”. *passing* ini merupakan *passing* yang paling sering dipakai, karena *passing* ini merupakan *passing* yang paling mudah, terutama bagi para siswa sekolah dasar, Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah belum berjalan sebagai mana mestinya. Siswa masih belum menguasai gerak dasar *passing* bawah dengan baik seperti gerak mengayun tangan, pada saat perkenaan bola. Masalah ini disebabkan karena terbatasnya sumber - sumber yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani. Hal ini berhubungan dengan orientasi guru dalam mengajar yang lebih ditujukan kepada pencapaian prestasi tanpa melakukan modifikasi khususnya pada teknik keterampilan cabang olahraga

lain Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar belum tercapai secara optimal karena adanya berbagai kendala atau hambatan dalam mencapai tujuan yang sesuai dengan kurikulum tingkat satuan pendidikan, seperti terbatasnya waktu yang tersedia serta kurangnya sarana dan prasarana yang dibutuhkan, Sekolah dalam hal ini guru pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan harus mampu menanggulangi semua itu, maka diperlukan upaya-upaya perbaikan dalam proses pembelajaran Seperti guru harus dapat menguasai materi pelajaran, pemilihan metode dan gaya mengajar yang tepat serta pengadaan dan penggunaan media yang memenuhi syarat., Pada saat proses pembelajaran seorang guru diharapkan dapat menciptakan interaksi yang baik antara dirinya dengan siswa secara maksimal begitu juga sebaliknya, hal ini sangat penting untuk menghidupkann suasana dalam belajar Guru berperan sebagai pengelola proses pembelajaran, bertindak sebagai fasilitator, motivator, dan manager sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran.

Pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran di kelas Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintan, Prov. Kepulauan Riau yang diberikan pada siswa melalui Strategi pembelajarannya sangat kompleks karena harus disesuaikan dengan perkembangan anak yang selalu berkembang dan tumbuh. Memperhatikan jumlah materi pokok bahasan yang termuat dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan di Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintan, Prov. Kepulauan Riau yang tertuang dalam silabus pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta sasaran dan tujuan yang hendak dicapai unuk setiap pokok bahasannya, diketahui adanya ketidak seimbangan waktu yang tersedia dengan materi yang harus diberikan pada setiap semesternya. Dalam proses

pembelajaran passing bawah bola voli di Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintan, Prov. Kepulauan Riau belum mencapai hasil yang diharapkan, ini disebabkan karena sikap dan teknik melakukannya masih banyak kesalahan, terkadang siswa tidak berani melakukan passing bawah karena kurangnya percaya diri, merasa takut passing bawahnya tidak sempurna. Hal ini disebabkan tingkat penguasaan gerak yang dimiliki oleh siswa relatif rendah, siswa mengalami kejenuhan dalam belajar karena metode yang digunakan lebih banyak berpusat pada guru, serta penggunaan bola voli yang tidak ideal dengan jumlah siswa dikarenakan hanya berjumlah tiga buah bola voli, kondisi bola juga sudah tidak layak pakai menyebabkan siswa hanya mengulangi passing sedikit sekali proses pembelajaran passing bawah melalui media banyak menemui berbagai kendala diantaranya Salah satu alternatif mengahadapi masalah tersebut diatas penulis bermaksud memanfaatkan media pembelajaran bola karet untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli Berdasarkan permasalahan tersebut diatas penulis bermaksud memanfaatkan media pembelajaran bola karet dalam mengajarkan permainan bola voli mini pada materi passing bawah agar dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dari pendidikan keseluruhan, karena pendidikan jasmani menggunakan aktivitas jasmani sebagai pokok dari proses pembelajaran. secara psikologis pendidikan yang menggunakan fisik sangat penting bagi perkembangan dan kemajuan peserta didik dengan demikian pendidikan sangatlah penting. Pendidikan jasmani mempunyai dampak yang luas oleh karena itu harus terus diupayakan sebagai kegiatan prioritas dalam pendidikan, secara jelas karena pendidikan jasmani dapat mengembangkan dan meningkatkan sumber daya manusia yang pada jaman sekarang ini sangat diperlukan. Di jaman era globalisasi yang ditandai oleh kompetensi dengan teknologi yang semakin canggih menjadi ciri khas dunia sekarang ini, maka pendidikan jasmani menjadi penting untuk meningkatkan kesgaran jasmani dan sikap mental kompetitif. Pendidikan jasmani dan olah raga menyiapkan dan meningkatkan mutu sumber daya manusia yang tangguh dan tanggap menghadapi kehidupan yang modern yang banyak perubahan, persaingan dan kompleksitas. Pendidikan jasmani dan olah raga meningkatkan disiplin, ketrampilan berkomunikasi, kerja sama, kecerdasan dan kreativitas, kepribadian yang sehat, moral dan etika, kepemimpinan dan pengembangan kecerdasan emosional. Pendidikan jasmani akan sangat melengkapi tercapainya tujuan pendidikan secara keseluruhan, karena guru pendidikan jasmani diharapkan mampu melakukan berbagai pengembangan strategi pembelajaran, karena pembelajaran pendidikan berlangsung di luar kelas sehingga tidak hanya dibatasi oleh bidang dinding hanya gerak yang dapat dilakkan. Hal ini sesuai dengan pendapat Sudjana (2000: 86) “sumber belajar untuk tujuan pengajaran yaitu untuk mendukung kegiatan belajar

mengajar”. Kriteria ini paling umum dipakai oleh guru dengan maksud untuk memperluas bahan pelajaran, melengkapi berbagai kekurangan bahan, sebagai kerangka mengajar yang sistematis. Pendidikan jasmani pada intinya adalah belajar bergerak yang dilakukan secara benar pada guru yang memang ahlinya, keteraturan pembelajaran pendidikan jasmani telah disusun oleh beberapa ahli pendidikan jasmani hal ini dikuatkan dengan pernyataan Nana Sudjana sebagai berikut: Belajar keterampilan motorik banyak berhubungan dengan kesanggupan menggunakan gerakan badan sehingga memiliki rangkaian urutan gerakan relative teratur, luwes, tepat, cepat, dan lancar. Jadi pendidikan jasmani ternyata memiliki dampak dan pengaruh yang luas bagi proses pendidikan secara menyeluruh. Pendidikan jasmani jika pembelajarannya telah berjalan dengan benar, hal ini seperti yang dinyatakan

Menurut Syarifuddin (2000: 56) tentang pendidikan jasmani “Pensisikan jasmani adalah pendidikan yang memiliki tujuan untuk membantu perkembangan organik, perkembangan neuromuskuleServe atau *service* (sajian)

- a. *Passing*
- b. *Spike (smash)*
- c. *Block* (bendungan)

Berdasarkan uraian diatas tersebut, jelas teknik dasar bola voli perlu dilatihkan dan dikuasai dikarenakan agar permainan bola voli yang sebenarnya maipun bola voli hasil modifikasi yaitu bola voli mini dapat berjalan dengan baik, Agar siswa sekolah dasar bisa melakukan permainan bola voli mini perlu siswa diberikan informasi bagaimana cara melakukan serta peraturan pelaksanaan bola voli dengan cara memperkenalkan permainan ini secara langsung kepada siswa. Dalam permainan bola voli dikenal dengan permainan bola voli standar khusus untuk orang dewasa dan permainan bola voli.

Cara melakukan pasissing bawah adalah dimulai dengan posisi awal, kemudian cara melakukan dan hasil yang diperoleh. Melakukan passing bawah diawali dengan posisi berdiri tegak, di mana kedua kaki dibuka lebar bahu, kemudian kedua lutut kaki ditekuk sedikit sehingga badan agak dicondongkan ke depan, kedua lengan berada di depan dada agak diturunkan. Khusus untuk posisis kedua lengan adalah punggung tangan kanan berada di atas telapak tangan kiri di mana jari-jari tangan kiri memegang dengan kuat jari-jari tangan kanan dan ibu jari berada pada posisi di atas.

Untuk pengambilan bola, setelah posisi badan sudah siap maka kedua lengan harus diluruskan sehingga membentuk sebuah garis yang lurus., agar bola bisa terpantul dengan baik sesuai dengan apa yang dituju oleh si pemasing bola. Pandangan mata fokus pada bola yang datang ke arah si pemasing bola. Pada saat bola menyentuh kedua lengan maka berikan sedikit dorongan oleh kedua lengan, lutut kaki yang ditekuk sedikit diangkat untuk membantu dorongan badan, kedua kaki tetap menapak di lantai dan tumit agak dinaikkan dengan posisi keseimbangan badan tetap baik. Dengan sedikit dorongan maka bola terangkat lebih tinggi agar mudah diambil oleh teman yang menerima bola. Memberikan dorongan pada lengan jangan sampai terlalu keras agar bola tidak melambung terlalu tinggi.

Adapun cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:

- a. Sikap awal

Berdiri kedua kaki dibuka selabar bahu, kedua lutut direndahkan dan mengeper. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan, dan saling berpegangan, yaitu punggung tangan kanan diletakan di atas telapak tangan kiri dan digenggam hingga kedua jari sejajar. Pandangan kearah datangnya bola, dorongkan kedua lengan kearah datangnya bola, bersamaan kedua lutut, pinggul, dan kedua timit naik.



Gambar 1.1 : Sikap awal *passing* bawah

Sumber: Wagino dan Juari, Penjasorkes Untuk SD/MI Kelas IV
(Depok: Arya Putu 2011) h 13

b. Sikap perkenaan

Perkenaan bola yang benar tepat pada pergelangan tangan kedua lengan. Poros gerakan di persendian kedua bahu.



Gambar 1.2 : Sikap perkenaan *passing* bawah

Sumber: Wagino dan Juari, Penjasorkes Untuk SD/MI Kelas IV
(Depok: Arya Putu 2011) h 13

Kata media berasal dari bahasa latin *medius* yang secara harafiah berarti “tangan’ :perantara’ atau :pengantar” Gerlach & Ely dalam Arsyad (2003: 3) mengatakan “media dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap”.

Media belajar berasal dari bentuk jamak dari *medium* yang berarti perantara atau pengantar kata media berlaku untuk berbagai kegiatan atau usaha. Gagne dalam Arief S Sadiman dkk (2007:8) menyatakan bahwa media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk belajar. Media adalah sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima. Termasuk juga istilah media digunakan

dalam bidang pengajaran atau pendidikan sehingga istilahnya menjadi media pendidikan atau media pembelajaran.

Media atau alat bantu merupakan alat untuk berkomunikasi dalam kegiatan pembelajaran sehingga dapat tercapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Media atau alat bantu tersebut didapat dari kehidupan sehari – hari siswa – siswi di sekolah maupun di rumah. Kemampuan guru dalam melaksanakan tugasnya untuk memberikan contoh gerak dan gerak dasar cabang olah raga dalam kegiatan pembelajaran sangat terbatas.

Media belajar berasal dari bentuk jamak dari medium yang berarti perantara atau pengantar kata media berlaku untuk berbagai kegiatan atau usaha. Gagne dalam Arief S Sadiman dkk (2007:8) menyatakan bahwa media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk belajar. Media adalah sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima. Termasuk juga istilah media digunakan dalam bidang pengajaran atau pendidikan sehingga istilahnya menjadi media pendidikan atau media pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Suharsimi Arikunto, Suhardjono, dan Supardi (2012:16), “PTK istilah dalam bahasa Inggris *Classroom Action Research* (CAR) yang artinya sebuah kegiatan penelitian yang dilakukan di kelas”. Kata kelas yang kemudian membentuk istilah PTK memang berasal dari barat yang dikenal dengan istilah CAR. Ada tiga hal terpenting dalam PTK yakni:

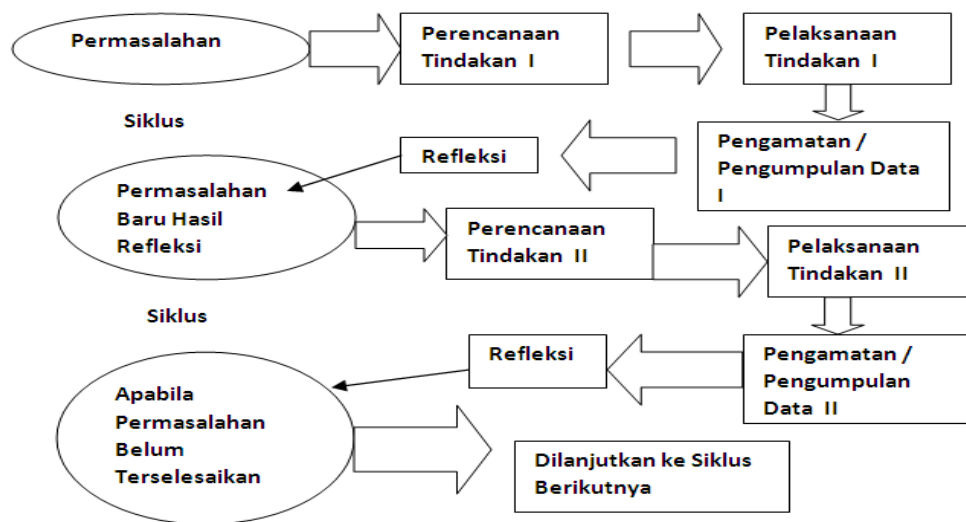
1. PTK merupakan penelitian yang mengikutsertakan secara aktif peran guru dan siswa dalam berbagai tindakan,
2. Kegiatan refleksi (perenungan, pemikiran, dan evaluasi) dilakukan berdasarkan pertimbangan rasional (menggunakan konsep teori) yang mantap dan valid guna melakukan perbaikan tindakan dalam upaya memecahkan masalah yang terjadi,
3. Tindakan perbaikan terhadap situasi dan kondisi pembelajaran dilakukan dengan segera dan dilakukan secara praktis (dapat dilakukan dalam praktik pembelajaran).

Penelitian tindakan ini dilakukan melalui putaran setiap siklusnya. Menurut Suharsimi Arikunto, Suhardjono, dan Supardi (2012:16), “ada empat tahapan yang lazim dilalui, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi”. Adapun model dan penjelasan untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut Melalui pengamatan penulis sebagai guru pendidikan jasmani olah raga dan

kesehatan kurangnya meningkatnya siswa terhadap passing bola voli menggunakan media pembelajaran Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintang, Prov. Kepulauan Riau

Gambar 1

Desain Penelitian Tindakan Kelas



Sumber : Suharsimi Ari Kunto, Suhardjono, dan Supardi (2012)

Hasil Penelitian

Siklus I

Pada tahap pra siklus yang telah di laksanakan di pembelajaran Sman Kelas X Ips 1 Toapaya, Kab. Bintang, Prov. Kepulauan Riau terdapat tingkat ketuntasan pada tabel berikut ini:

Tabel 1 Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I

Predikat	Interval Nilai	Banyaknya Peserta didik	Presentase	Keterangan
A	90-100	0	0%	TUNTAS
B	80-89	8	26 %	TUNTAS
C	75-79	10	33 %	TUNTAS
D	<75	13	41%	TIDAK TUNTAS

Dari jumlah siswa 31 dengan hasil penelitian siklus I terdapat siswa yang sudah tuntas berjumlah 18 dengan persentasi 59 % terbagi dari 2 klasifikasi rentang nilai

dari 75-79 dan 80-89 dan siswa yang belum tuntas 13 dengan persentasi 41 % maka di lanjutkan ke tahap siklus II

Pada tahap rencana, peneliti mengadakan pertemuan dan bekerja sama dengan guru kolaborator untuk menentukan bagaimana berlangsungnya proses penelitian. Adapun yang dilakukan peneliti dalam tahap rencana adalah:

Tabel 2. Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II

Predikat	Interval Nilai	Banyaknya Peserta didik	Presentase	Keterangan
A	90-100	6	20 %	TUNTAS
B	80-89	12	40 %	TUNTAS
C	75-79	12	40 %	TUNTAS
D	<75	1	3%	TIDAK TUNTAS

Pada pengamatan terhadap hasil belajar di siklus II terdapat 1 orang peserta didik yang belum mencapai nilai ketuntasan karena mendapat nilai di bawah 75 dan 35 orang peserta didik lainnya dinyatakan tuntas dengan rentang nilai 90-100 ada 6 siswa dengan persentasi 20 %, dan terdapat nilai 80-89 ada 12 siswa dengan persentasi 40% dan masih ada 1 siswa yang belum tuntas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2012. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Arief S. Sadiman . 2010. *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan Dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Azhar Arsyad,MA,. (2003). **Media Pembelajaran**. Jakarta:PT Raja Grafindo Persada.
- Bahri,Syaipul Djamarah dan Aswan Zain. (2006). Strategi Belajar Mengajar .Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Rudi Susilana. 2007. *Media Pembelajaran*. Bandung: CV. Wicana Prima
- M.Meriyanto. (1995). Permainan Dasar II Bola Voli. Jakarta: Depdikbud.
- Nawawi, Hadari. (1990). Metode Penelitian Bidang Sosial. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- PP PBVSI. (1995). Jenis – Jenis Permainan Bola Voli. Jakarta: PP PBVSI.

Sudjana, Nana dan Ahmad Rivai. (2000). Teknologi Pengajaran. Bandung : Sinar Baru Algensindo..

Syarifuddin. (2000). Kunci Sukses Pengembangan Program Pendidikan Jasmani. Jakarta: Ardadizy Jaya

Wagino 2011 pendidikan jasmani jakarta, Kementerian Pendidikan Nasional
CV Bina Pustaka