PENINGKATAN HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI TIPE *STUDENT TIM ACHIEVENMENT DIVISION* V SD NEGERI 18 PONTIANAK BARAT

ERNITA SIMANUNGKALIT S.Pd

Ernitasimanungkalit310@gmail.com

ABSTRAK

Pembelajaran passing bawah di Kelas V di sdn 18 pontianak barat pada saat pembelajaran siswa masih pada kaku dan belum efektif maka tujuan dari penelitian ini untuk meningkatakan passing bawah melalui berbasis student tim achievenmen division Metode dan bentuk penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini mengunakan penelitian tindakan kelas olahraga dari subyek 31 siswa pada saat melakukan pembelajaran dimana hasil penelitian yang bisa di klasifikasikan terdiri dari siklus I persentase ketuntasan peserta didik yaitu sebanyak 16 orang peserta didik atau 59% dari 27 orang. Sedangkan untuk persentase tidak tuntas terdapat 10, yaitu 41% orang peserta didik dari 27 orang, siklus II persentase ketuntasan peserta didik hanya 25orang dengan persentasi 92% peserta didik dari 27 orang. Sedangkan untuk persentase tidak tuntas terdapat 2 siswa dengan 8 % dari 27 siswa

Kata Kunci: Hasil Belajar Passing Bawah bola voly, Student Tim Achievenmen Division

PENDAHULUAN

Teknik dasar Permainan Bola Voli terbagi menjadi 4 yaitu Servis, Passing, Smash dan Block, dimana semua teknik ni harus dikuasai oleh semua pemain bola voli. Menurut M.Yunus (1992: 68), teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien

dan efektif sesuai peraturan-peraturan yang berlaku dalam permainan bola voli untuk mencapai hasil yang optimal, Sedangkan menurut Suhadi (2004: 7) " teknik dasar permainan bola voli meliputi servis, passing atau umpan, pukulan serangan(smash) dan blocking". Jadi, teknik tersebut harus diajarkan dan dikenalkan kepada siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Dalam teknik dasar permainan bola voli antara lain service, passing, smash dan

Passing adalah upaya seseorang pemain yang menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman satu regu untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22).

Passing bawah ini merupakan teknik dalam permainan bola voli yang mempunyai banyak fungsi dan kegunaan nya. Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23), passing bawah adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari passing bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, ntuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba.

Menurut Herry Koesyanto (2003: 26), dalam melakukan passing bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. Passing bawah satu tangan biasanya dipergunakan apabila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Adapun caranya sebagai berikut: a). dengan satu tangan (1) Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam (2) Punggung tangan dengan jari-jari terbuka (3) Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam

.

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.

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. 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 menggahadapi masalah tersebut diatas penulis bermaksud memanfaatkan media pembelajaran bola karet untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli Berdasarkan permasalah 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 pemelajaran. 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 berbgai 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 peryataan 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

Syarifuddin (2000: 56) tentang pendidikan jasmani "Pensisikan jasmani adalah pendidikan yang memiliki tujuan untuk membantu perkembangan organik, perkembangan neuromuskule*Serve* 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.

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 : Sikap awal *passing* bawah
Sumber: Wagino dan Juari, Penjasorkes Untuk SD/MI Kelas IV
(Depok: Arya Putu 2011)

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 memamng berasal dari barat yang dikenal dengan istilah CAR. Ada tiga hal terpenting dalam PTK yakni:

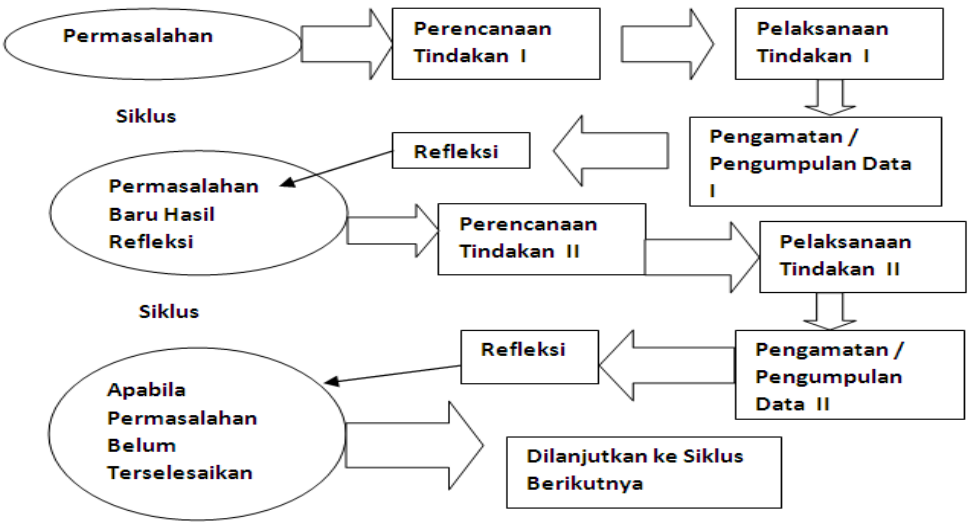
1. PTK merupakan penelitian yang mengikutsertakan secara aktif peran guru dan siswa dalam berbagai tindakan,
2. Kegiatan refleksi (perenungan, pemikiran, dan evaluasi) dilakukan berdasarkan pertimbangan rasional (menggunakan konsep teori) yang mantap dan valid guna melakukan perbaikan tindakan dalam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

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 rrefleksi". 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 Menurut Slavin (2010: h: 143) "STAD merupakan salah satu metode pembelajaran kooperatif yang paling sederhana, dan merupakan model yang paling baik untuk permulaan bagi para guru yang baru menggunakan pendekatan kooperatif". Dengan adanya model ini guru akan lebih kreatif dan analisis Kemudian Miftahul Huda (2014: h: 201) "*Student Teams Achievement Division* (STAD) merupakan salah satu strategi pembelajaran kooperatif yang di dalamnya beberapa kelompok kecil siswa dengan level kemampuan akademik yang berbeda-beda saling bekerja sama untuk menyelesaikan tujuan pembelajaran".jika jumlah peserta didik lebih dari 30 maka langkah terbaik guru mengunakan hal seperti membagi klompok kecil dan inisiatif dalm proses pembelajaran Sedangkan Isjoni (2016: h: 51) tipe STAD "merupakan salah satu tipe kooperatif yang menekankan pada adanya aktivitas dan interaksi diantara siswa untuk saling memotivasi dan saling membantu dalam menguasai materi pelajaran guna mencapai prestasi yang maksimal". *Student Teams Achievement Division* (STAD) juga merupakan tipe yang dalam pelaksanaannya tidak begitu mudah dan tidak juga begitu sulit tergantung bagaimana sesorang dapat memahami tipe tersebut.

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 passing bola voli di sdn 18 pontianak barat 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	6	22 %	TUNTAS
C	75-79	10	37 %	TUNTAS
D	<75	11	40 %	TIDAK TUNTAS

siklus I persentase ketuntasan peserta didik yaitu sebanyak 16 orang peserta didik atau 59% dari 27 orang. Sedangkan untuk persentase tidak tuntas terdapat 11, yaitu 41% orang peserta didik dari 27 orangmaka 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	4	14%	TUNTAS
B	80-89	10	37 %	TUNTAS
C	75-79	11	40 %	TUNTAS
D	<75	2	7 %	TIDAK TUNTAS

siklus II persentase ketuntasan peserta didik hanya 25orang dengan persentasi 92% peserta didik dari 27 orang. Sedangkan untuk persentase tidak tuntas terdapat 2 siswa dengan 8 % dari 27 siswa

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.

Huda Miftahul. (2014). Model-model Pengajaran dan Pembelajaran. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

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

Slavin, R. E. (2005). cooperative learning teori, riset dan praktik. Bandung: Nusa Media.

Slavin, R. E. (2010). Cooperative Learning Teori, Riset dan Praktik. Bandung: Nusa Media.

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