



JURNAL LOCOMOTOR ILMU KEOLAHRAGAAN

VOLUME VIII NOMOR 9 OKTOBER 2021

p-ISSN: 2443-3993, e-ISSN : 28279026

locomotor.untan.ac.id



**HASIL BELAJAR PASSING BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI
MELALUI MODEL KOOPERATIF LEARNING PADA SISWA KELAS
VII DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PONTIANAK**

Jamhari S.Pd

jamhari@smpn3ptksch.id

ABSTRAK

Pembelajaran tehnik dasar passing bawah merupakan proses pembelajaran yang masuk didalam kurikulum dalam rangka perkembangan motorik peserta didik dalam hal ini permainan bola besar di Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pontianak Hasil belajar passing bawah permainan bola voli melalui model kooperatif learning pada peserta didik kelas VII tergolong belum yang belum faham pada saat melakukan pola gerak teknik dasar passing bola voli serta tidak mampu melakukan pola gerak secara betul dan berkelanjutan pada saat pembelajaran passing bawah bola voli dengan adanya model kooperatif peserta didik lebih efektif dan mampu melakukan secara baik 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 33 peserta didik pada saat melakukan pembelajaran dimana hasil penelitian yang bisa di klasifikasikan terdiri dari siklus I terdapat peserta didik sudah tuntas berjumlah 24 dengan persentasi 72 % terbagi dari lanjutan ke tahap siklus II dan jumlah peserta didik 33 peserta didik tuntas 100% ,

Kata Kunci: Hasil Belajar Passing Bawah, Kooperatif Learning

PENDAHULUAN

Bola voli di Pada Siswa Kelas Vii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pontianak sangat di minati dan di gemari oleh semua peserata didik dalam Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dengan pendidikan diharapkan manusia dapat mengembangkan potensi secara alami dan yang ada di dalam dirinya. Pendidikan dilaksanakan pada jalur formal dan informal serta memiliki jenjang yang dimulai dari tingkat dasar sampai ketingkat pendidikan perguruan tinggi dimana setiap pembelajaran yang berhubungan dengan bergerak sudah di berikan sejak dini.

Peserata didik dalam 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 baik dari apa yang di sampaikan oleh guru ke peserata didik

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. Peserta didik pada saat belajar passing bawah bola masih pada belum tahu gimana tata cara yang lebih tepat pada saat pembelajaran bola voli passing bawah masih mengalami beberapa kesulitan diantaranya belum tahu secara pasti bagaimana teknik yang sebenarnya., model yang di berikan belum sesuai dimana guru belum mampu menyampaikan konsep yang sudah di siapkan dan membuat peserta didik memiliki ketergantungan materi yang tepat dari guru.

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. Peserta didik masih belum menguasai teknik dasar *passing* permainan bola voli di buktikan masih banyak pada saat *passing* bola tidak berjalan dengan baik, dengan baik seperti gerak mengayun tangan, pada saat perkenaan bola. 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 untuk memulihkan sebuah model, 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 menghidupkan 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 Pada Siswa Kelas Vii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pontianak yang diberikan pada siswa melalui Strategi pembelajarannya sangat komplek karena harus disesuaikan dengan perkembangan anak yang selalu berkembang dan tumbuh. Memperhatikan jumlah materi pokok bahasan yang termuat dalam kurikulum yang tertuang dalam silabus pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta sasaran dan tujuan yang hendak dicapai untuk 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 Pada Siswa Kelas Vii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pontianak 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 model kooperatif learning 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 dan wajib di berikan dari guru ke peserta didik.

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)

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, dorongan 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)

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)

Cooperative Learning mengandung pengertian bekerja bersama dalam mencapai tujuan bersama. Pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*) merupakan bentuk pembelajaran dengan cara siswa belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari dua

sampai enam orang dengan struktur kelompok yang bersifat heterogen. Keberhasilan belajar dan kelompok tergantung pada kemampuan dan aktivitas anggota kelompok, baik secara individual maupun secara kelompok. (Rusman, 2011: 202), Lebih lanjut Ethin Solihatin dan Raharjo, (2007: 4-5) menjelaskan bahwa model pembelajaran cooperative learning berangkat dari asumsi mendasar dalam kehidupan masyarakat yaitu “getting better together” atau “raihlah yang lebih baik secara bersama-sama, Keunggulan yang dijelaskan oleh Isjoni (2010: 23-24), dilihat dari berbagai aspek siswa meliputi: “1) Memberi kepada siswa agar mengemukakan dan membahas suatu pandangan, pengalaman yang diperoleh siswa belajar secara bekerjasama dalam merumuskan satu pandangan kelompok; 2) memungkinkan siswa dapat meraih keberhasilan dalam belajar, melatih siswa memiliki keterampilan, baik keterampilan berpikir maupun keterampilan sosial seperti keterampilan mengemukakan pendapat, menerima saran dan masukan dari orang lain, bekerja sama, rasa setiakawan dan mengurangi timbulnya perilaku yang menyimpang dalam kehidupan kelasnya; 3) memungkinkan siswa untuk mengembangkan pengetahuan, kemampuan dan keterampilan secara penuh dalam suasana belajar yang terbuka dan demokratis; 4) memungkinkan siswa memiliki motivasi yang tinggi, peningkatan kemampuan akademik, meningkatkan kemampuan berpikir kritis, membentuk hubungan persahabatan, menimba berbagai informasi, belajar menggunakan sopan santun, meningkatkan motivasi siswa, memperbaiki sikap terhadap sekolah dan belajar, mengurangi tingkah laku yang kurang baik serta membantu menghargai pokok pikiran orang lain”

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:

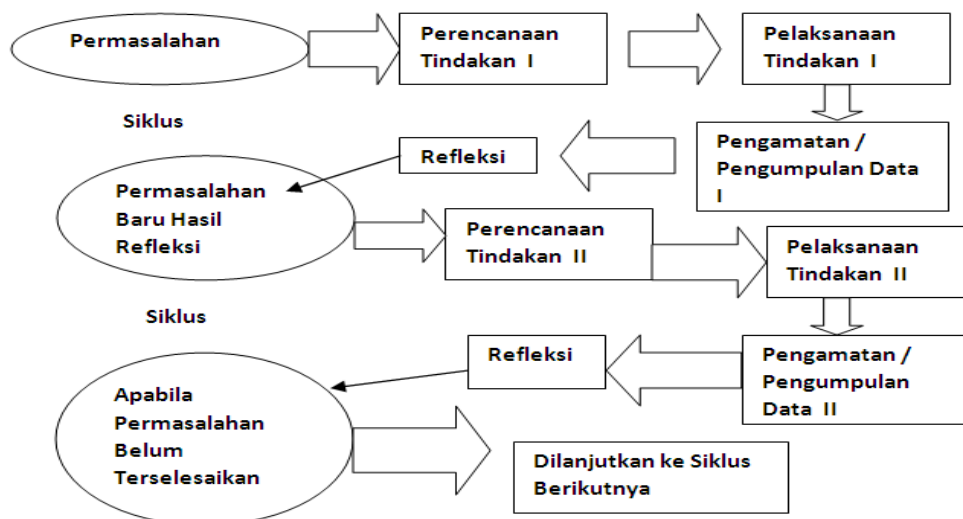
1. PTK merupakan penelitian yang mengikutsertakan secara aktif peran guru dan siswa dalam berbagai tindakan,
2. Kegiatan refleksi (perenungan, pemikiran, dan evaluasi) dilakukan berdasarkan pertimbangan rasional (menggunakan konsep teori) yang mantap dan valid guna melakukan perbaikan tindakan dalam upaya memecahkan masalah yang terjadi,

3. Tindakan perbaikan terhadap situasi dan kondisi pembelajaran dilakukan dengan segera dan dilakukan secara praktis (dapat dilakukan dalam praktik 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 melalui kooperatif learning Pada Siswa Kelas Vii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pontianak

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 sdn 71 pontaiank 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	4	12 %	TUNTAS
B	80-89	10	30 %	TUNTAS
C	75-79	10	30%	TUNTAS
D	<75	9	27 %	TIDAK TUNTAS

Dari jumlah peserta didik yang berjumlah 33 dengan hasil penelitian siklus I terdapat peserta didik sudah tuntas berjumlah 24 dengan persentasi 72 % terbagi dari lanjutan ke tahap siklus II dan jumlah peserta didik 33 peserta didik tuntas 100% ,

Tabel 2. Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II

Predikat	Interval Nilai	Banyaknya Peserta didik	Presentase	Keterangan
A	90-100	6	18 %	TUNTAS
B	80-89	12	36 %	TUNTAS
C	75-79	15	45 %	TUNTAS
D	<75	0	0 %	TIDAK TUNTAS

Pada pengamatan terhadap hasil belajar di siklus II 100 % Lulus pada dasarnya permainan bola voli dengan mudah dan tekun peserta didik sangat antusias dan mampu melkaukan dengan baik

Ahmadi (2007: 20) permainan bola voli merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oeh setiap orang. Sebab, dalam permainan voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli. Salah satu faktor penting yang mendukung dalam permainan bola voli adalah kondisi fisik seorang pemain, Passing adalah upaya pemain bola voli dalam menerima bola dengan menggunakan gaya atau teknik tertentu. Fungsinya untuk menerima atau memainkan bola yang datang dari lawan atau teman beregu yang dipergunakan untuk menyerang dan memegang inisiatif pertandingan. Pelaksanaan passing

secara umum dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu passing bawah dan passing atas, Lestari (2008: 175) menyatakan bahwa passing atas merupakan pukulan passing yang dilakukan pemain dengan menyentuh bola menggunakan kedua tangan siklus I terdapat peserta didik sudah tuntas berjumlah 24 dengan persentase 72 % terbagi dari lanjutan ke tahap siklus II dan jumlah peserta didik 33 peserta didik tuntas 100% , pentingnya sebuah model dalam rangka menyesuaikan proses pembelajaran

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2012. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Ahmadi. (2007). Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2007, Panduan Olahraga Bola Voli. Surakarta: Era Pustaka Utama
- Alma Puji, Lestari. 2008. Analisis Usahatani Stroberi (Studi Kasus: Desa Korpri Kec. Berastagi Kab . Karo). Fakultas Pertanian USU.
- Bahri,Syaipul Djamarah dan Aswan Zain. (2006). Strategi Belajar Mengajar .Jakarta: PT Rineka Cipta.
- 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