

<http://ojs.universitasmegarezky.ac.id/index.php/Exercise>

Exercise : Journal of Physical Education and Sport, 1 (2) 2019, 114 – 123

Research Article

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PASSING BAWAH MELALUI METODE PEMBELAJARAN PASSING BERPASANGAN DALAM PEMBELAJARAN BOLA VOLI PADA SISWA KELAS X IIS2 SMA NEGERI 19 MAKASSAR

MUHAMMAD JANWAR

Pendidikan Jasmani Universitas Megarezky

Email : janwartansilu@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan Teknik Dasar Passing Bawah dalam pembelajaran bola voli di SMA Negeri 19 makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dengan menggunakan siklus I dan siklus II dengan empat tahapan yang dilalui, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Pada siklus I nilai yang di peroleh belum mencapai ketuntasan kemampuan teknik dasar passing bawah dengan frekuensi 15 orang dengan presentase 60% dan kategori tuntas frekuensi 10 orang dengan presentase 40%. Pada siklus II kategori tidak tuntas presentase 4% dengan berada pada kategori tuntas sebanyak 24 orang dengan presentase 96%. Kesimpulan Penelitian ini adalah ada peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Passing Bawah melalui metode pembelajaran passing berpasangan dalam pembelajaran Bola Voli pada Siswa Kelas X IIS2 SMA Negeri 19 makassar pada setiap siklus.

Kata Kunci : Bola Voli; Passing Bawah; dan Metode Passing Berpasangan.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai seseorang atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dalam sistemik melalui berbagai kegiatan untuk memperoleh pertumbuhan, jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat. Olahraga ini cukup mudah dimainkan dan bisa menjadi sarana hiburan, selain itu untuk melatih kesehatan jasmani. Pemahaman tentang passing dalam permainan bola voli juga lebih dianjurkan kepada kaum pelajar karena dalam suatu kondisi belajar dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar yang mana akan terjadi aktifitas pengetahuan dan pengalaman berbagai proses pengolahan mental dan dapat menghasilkan perubahan perilaku seseorang.

Manfaat Passing adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya. Passing paling baik dilakukan dengan menggunakan pergelangan tangan, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Di SMA Negeri 19 Makassar masih ada saja siswa yang belum memahami teknik dasar *passing*, terutama dalam melakukan teknik *passing* bawah

dalam permainan bola voli. Sehingga pada saat melakukan *passing* bawah, bola masih tidak terarah pada sasaran karena tidak tepatnya bola mengenai pergelangan tangan. Sehingga dari ketidakpahaman teknik tersebut siswa SMA Negeri 19 Makassar belum bisa melakukan *passing* bawah yang benar.

Dari 25 siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar terdapat 7 orang siswa yang tuntas yang nilainya di atas KKM (Kriteria ketuntasan minimal) dengan persentase 28%. Sedangkan 18 siswa yang nilainya masih di bawah KKM (Kriteria ketuntasan minimal) dengan persentase 72%. Jadi nilai siswa di SMA Negeri 19 Makassar termasuk kategori kurang.

Salah satu permasalahan yang ada pada pembelajaran bola voli di SMA Negeri 19 Makassar kurangnya bersungguh-sungguh siswa dalam pembelajaran bola voli, hal tersebut menyebabkan hasil belajar tidak maksimal dalam menyerap materi bola voli terutama dalam melakukan *passing* bawah. Permasalahan tersebut semakin mendalam dan berpengaruh secara signifikan terhadap pembelajaran bola voli, karena guru juga belum mencoba menerapkan metode pembelajaran, terutama *passing* berpasangan. Dengan menggunakan metode *passing* berpasangan kemungkinan besar akan menarik minat siswa untuk bersungguh-sungguh belajar karena lebih mudah dipahami dan memiliki daya tarik

tersendiri. Kreatifitas guru dan inovasi para guru penjaskesrek selaku pelaksana khususnya dalam metode *passing* berpasangan sangat berpengaruh besar terhadap tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Kemungkinan besar dengan menggunakan metode *passing* berpasangan yang menarik akan meningkatkan minat belajar siswa. Pembelajaran *passing* berpasangan merupakan suatu bentuk latihan antara individu yang satu dengan individu yang lain secara berhadapan.

Jadi dari permasalahan di atas kemungkinan besar akan dapat di atasi dengan menggunakan metode *passing* berpasangan. Namun peneliti kali ini akan menerapkan “metode *passing* berpasangan untuk meningkatkan kemampuan *passing* dalam permainan bola voli”

Berdasarkan uraian di atas membuat penulis tertarik untuk meneliti mengenai “Upaya Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar *Passing* Bawah Melalui Metode Pembelajaran *Passing* berpasangan dalam pembelajaran Bola Voli kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar”.

Secara umum metode merupakan suatu cara untuk melangsungkan proses belajar mengajar sehingga tujuan dapat tercapai. Metode juga dapat dirumuskan sebagai cara untuk menyampaikan apa yang diharapkan sehingga proses pembelajaran akan berlangsung baik hingga mencapai hasil

yang lebih baik pula. Menurut Hasan (2010:95) menyatakan Metode berpasangan atau partner merupakan strategi mengajar untuk memaksimalkan kemampuan berkomunikasi, berdialog dan bertukar pendapat secara personal. Keunggulan posisi berpasangan yaitu semua siswa diupayakan dapat belajar secara tutorial dan interaktif satu sama lain, karena dalam pasangan mustahil tidak terjadi interaksi atau komunikasi dua arah yang dibanding dengan kelompok.

Teknik latihan metode berpasangan adalah suatu bentuk latihan antara individu yang satu dengan individu yang lain secara berhadapan. Untuk latihan bermain, teknik ini sering digunakan pada siswa yang ingin melatih dan mengembangkan teknik *passing* pada permainan bola voli. Metode berpasangan dapat diartikan sebagai suatu bentuk atau cara membantu siswa agar dapat belajar secara efektif dan efisien, mengenai pada tujuan yang diharapkan dimana satu siswa menjadi pelaku dan satu siswa lainnya menjadi pengamat dan setelah itu bergantian. Melalui metode ini setiap pasangan dapat mengenal karakter dan perbedaan kemampuan setiap pasangannya. Semakin banyak aktivitas yang berbeda pada setiap pasangan akan memantangkan kemampuan siswa bekerja sama dalam berpasangan.

Berdasarkan teori-teori diatas dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan

metode berpasangan akan lebih memudahkan siswa dalam memahami setiap materi yang akan diajarkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK). PTK berfokus pada proses belajar-mengajar yang terjadi di kelas. Dalam PTK, guru memberikan tindakan kepada siswa. Tindakan tersebut merupakan suatu kegiatan yang sengaja dirancang untuk dilakukan oleh siswa dengan tujuan tertentu.

Pada penelitian ini terdapat 2 siklus yang akan dilakukan, dalam setiap siklus terdiri dari 2 pertemuan dimana di setiap pertemuan diberikan materi teknik dasar *passing* bawah secara berpasangan. Setiap siklus terdapat empat tahap yang terdiri dari perencanaan, tindakan / perlakuan, observasi / pengamatan dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang duduk di bangku kelas X IIS2 siswa di SMA Negeri NEGERI 19 MAKASSAR, yang meliputi siswa kelas X IIS2 yang berjumlah 25 siswa SMA Negeri 19 MAKASSAR. Penelitian ini meliputi informasi tentang keadaan siswa dilihat dari aspek kuantitatif yang dimaksud adalah hasil penilaian belajar *passing* bawah. Teknik- teknik *passing* bawah tersebut adalah sebagai berikut :

1) Persiapan

- a) Bentuk landasan dengan lengan
- b) Sikut terkunci

c) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah

d) Kaki dalam posisi meregang selebar bahu

e) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh

2) Pelaksanaan Gerak

a) Terima bola pada landasan di depan badan

b) Kaki sedikit diundurkan

c) Berat badan dialihkan ke depan

d) Pukul bola jauh dari badan

e) Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.

3) Gerakan Lanjutan

a) Jari tangan tetap digenggam

b) Siku tetap terkunci

c) Landasan mengikuti bola ke sasaran

d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran

e) Perhatikan bola bergerak ke sasaran

Data yang terkumpul dari pengamat, di jumlah menjadi satu kemudian di rata-rata. Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif, dianalisis deskriptif. Untuk menentukan ketuntasan dalam belajar, maka dilakukan penskoran dan mencantumkan standar keberhasilan belajar. Siswa berhasil bila mencapai 75% penguasaan materi sehingga

indikator pencapaian penguasaan dalam penelitian ini ditentukan dari pencapaian materi secara klasikal 75%. Jika pencapaian sudah 75% maka sudah tercapai, maka penelitian dihentikan.

HASIL PENELITIAN

1. Siklus I

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus pertama adalah penyajian materi teknik

Tabel 1. deskripsi ketuntasan kemampuan teknik dasar *passing* bawah siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar

kriteria ketuntasan	Kategori	frekuensi	Presentase
<75	tidak tuntas	15	60%
>75	Tuntas	10	40%
	Jumlah	25	100%

Dari data tabel I menunjukkan presentase ketuntasan hasil teknik dasar *passing* bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan siswa pada siklus pertama adalah 40% yang tuntas dari jumlah frekuensi 10 dan 60% tidak tuntas jumlah dengan frekuensi 15.

Jadi teknik dasar *passing* bawah siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar dengan melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan pada siswa mencapai persentase tidak tuntas 60% dan yang tuntas mencapai 40%.

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi selama pelaksanaan siklus I, siswa

dasar *passing* bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk kegiatan yang ke dua pengambilan hasil atau tes *passing* bawah berpasangan dalam pembelajaran bola voli. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus pertama, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

mencapai indikator keberhasilan secara klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan revisi tindakan pada siklus kedua yaitu :

- 1) Dalam proses pembelajaran siswa masih kurang bersungguh-sungguh dan tidak memperhatikan penjelasan guru.
- 2) Siswa masih ragu-ragu dalam melakukan gerakan dalam proses pembelajaran mengakibatkan gerakan yang dilakukan kurang maksimal.

Siklus II

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus kedua adalah penyajian materi teknik dasar

passing bawah melalui metode atau tes secara berpasangan. Berdasarkan pembelajaran *passing* berpasangan hasil penelitian pada siklus pertama, maka sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk persentase ketuntasan belajar siswa dapat kegiatan yang ke dua pengambilan hasil dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. deskripsi ketuntasan kemampuan teknik dasar *passing* bawah siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar

Kriteria ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Presentasi
<75	Tidak tuntas	1	4%
>75	Tuntas	24	96%

Pada tabel 2, menunjukkan persentase ketuntasan kemampuan *passing* bawah siswa pada siklus kedua 96% tuntas dari jumlah frekuensi 24 dan 4% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 1 siswa.

Jadi dapat meningkatkan kemampuan servis bawah pada siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan pada siklus II mencapai persentase ketuntasan mencapai 96%.

Refleksi pada siklus II, guru melaksanakan perbaikan pembelajaran untuk menyelesaikan permasalahan - permasalahan yang ada pada siklus I upaya yang dilakukan pada siswa mengalami

peningkatan, berdasarkan hasil pengamatan sebagai berikut.

- 1) Dalam proses pembelajaran siswa sudah bersungguh-sungguh dan memperhatikan penjelasan guru.
- 2) Siswa sudah tidak ragu-ragu lagi dalam melakukan gerakan dalam proses pembelajaran mengakibatkan gerakan yang dilakukan bisa maksimal.

Untuk lebih mengetahui perbandingan hasil teknik dasar *passing* bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan pada siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar , pada siklus I dan II dapat di liat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. deskripsi ketuntasan kemampuan teknik dasar *passing* bawah siswa pada siklus I dan II.

No	Nilai	Kategori	Siklus I		Siklus II	
			Frekuensi	Persentase %	Frekuensi	Persentase %

1	< 75	Tidak Tuntas	15	60%	1	4%
2	> 75	Tuntas	10	40%	24	96%
JUMLAH			25	100%	25	100%

Dari tabel terlihat bahwa dari 25 siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar yang menjadi sampel penelitian dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Persentase ketuntasan kemampuan teknik dasar *passing* bawah siswa setelah mengaplikasikan melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan untuk kategori tuntas sebesar 40% pada siklus I, kemudian pada siklus kedua meningkat menjadi 96% untuk materi teknik dasar *passing* bawah.
- b. Persentase ketuntasan kemampuan siswa teknik dasar *passing* bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan untuk kategori tidak tuntas sebesar 60% pada siklus I , kemudian menurun menjadi 4% pada siklus II

Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada dalam kategori tuntas mengalami peningkatan yakni, 40% pada saat siklus I proses ketuntasan terjadi dalam 2 kali pertemuan proses dan pelaksanaan dengan materi yang diberikan, dan pada siklus II mengalami ketuntasan 96% dengan pelaksanaan proses penelitian yang hampir sama dengan siklus pertama. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 94%

dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori baik.

PEMBAHASAN

1. Siklus I

Pada siklus I tindakan dalam proses kemampuan *passing* bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar, Kecamatan Mangala, kota Makassar Tahun Pelajaran 2018/2019 sudah tepat. Pada siklus pertama peneliti menggunakan metode pembelajaran *passing* berpasangan. Dalam proses pembelajarannya siswa merasa senang dan gembira dengan tidak melupakan sasaran yang ingin dicapai, yaitu siswa dapat melakukan proses *passing* bawah, sehingga siswa mampu melakukan teknik dasar *passing* bawah dengan baik dan dapat melewati net. Namun masih ada beberapa siswa yang kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran, sehingga hasil penilaian teknik servis bawah siswa kelas X IIS2 masih ada 15 siswa yang mendapat di bawah nilai 75 dengan kategori kurang. Berdasarkan masukan dari kolaborator maka peneliti melanjutkan pada siklus II.

2. Siklus II

Pada siklus II proses kemampuan teknik dasar passing bawah melalui metode pembelajaran *passing* berpasangan siswa kelas X IIS2 SMA Negeri 19 Makassar, Kecamatan Manggala, Kota Makassar Tahun Pelajaran 2018/2019, sudah lebih baik lagi dan cukup memuaskan. Tindakan yang diberikan pada siklus II. Pada siklus II ini gerakan dan teknik dasar *passing* bawah siswa kelas X IIS2 sudah semakin baik, hal ini dapat dibuktikan pada hasil rata-rata penilaian kemampuan passing bawah siswa kelas X IIS2, yaitu 24 siswa sudah mencapai nilai di atas 75 dengan kategori sedang.

Dari penjelasan kegiatan tiap siklus, yaitu siklus I dan II, menunjukkan bahwa hasil observasi dan kemampuan siswa dalam pembelajaran permainan bola voli, khususnya kemampuan passing bawah selalu ada peningkatan yang baik, serta pemberian motivasi dari guru dalam proses pembelajaran membuat siswa menjadi termotivasi untuk dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Akan tetapi melihat hasil berdasarkan jenis kelamin putri memiliki kemampuan yang masih dalam kategori rendah sedangkan putra dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan yang di miliki oleh siswa peserta putra dan putri berbeda. Sehingga dengan menerapkan metode pembelajaran berpasangan dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah pada permainan bola voli. Hidayat (2007:220).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan dari siklus I dan siklus II. Hasil kemampuan melakukan teknik dasar passing bawah pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 40% jumlah siswa yang tuntas adalah 10 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan presentase kemampuan teknik dasar passing bawah bola voli siswa dalam kategori tuntas sebesar 96% dengan jumlah siswa yang tuntas adalah 24 siswa.

B. SARAN

Adapun saran-saran Peneliti sebagai berikut : 1) Manfaat bagi Guru, Memberikan Guru dan Siswa pemahaman atau wawasan yang luas mengenai Bola Voli Passing bawah melalui metode pembelajaran bola voli pada siswa kelas X IIS2 SMAN 19 Makassar. 2) Bagi Sekolah, Memberikan pengetahuan umum tentang bagaimana cara mengaplikasikan atau mempraktekkan cara bermain Bola Voli *Passing* bawah melalui metode pembelajaran Passing berpasangan bola voli pada siswa kelas X IIS2 SMAN 19 Makassar. 3) Kepada Peneliti untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli disarankan menggunakan metode pembelajaran passing berpasangan bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

Arma Abdoelah dan Agus Manadji. 1994. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*.

- Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Awaluddin, A. (2016). PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN PASSING BERPASANGAN DAN METODE LATIHAN PASSING TIDAK BERPASANGAN TERHADAP KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLAVOLI DITINJAU DARI KEKUATAN LENGAN SISWA SMP KARTIKA XX_2 WIRABUANA MAKASSAR. *Jurnal Penjaskesrek STKIP Mega Rezky Makassar*, 1(2), 1-14.
- Awaluddin, A. (2017). MENINGKATKAN KEMAMPUAN SMASH BOLAVOLI SISWA SMA NEGERI 1 BANTAENG. *Jurnal Penjaskesrek STKIP Mega Rezky Makassar*, 3(1), 53-58.
- Awaluddin, A., & Nurhidayatullah, N. (2018). PENINGKATAN TEKNIK PASSING BAWAH BOLAVOLI MELALUI PEMANFAATAN MEDIA PEMBELAJARAN PROJECTED MOTION MEDIA PADA SISWA SMK KESEHATAN MEGA REZKY MAKASSAR. *Jurnal Penjaskesrek STKIP Mega Rezky Makassar*, 4(2), 158-170.
- Asep Kurnia Nenggala. 2007. Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan. Cetakan I. Bandung : Grafindo Media Pratama.
- Beutelstahl, Dieter. 2007. Belajar Bermain Bola Volley.diterjemahkan oleh Tana Supena. Bandung: Pionir Jaya
- Depdiknas. 2008. Materi Pelatihan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Jakarta: Depdiknas.
- Diah Harianti. 2007. Naskah Akademik Kebijakan Kurikulum Penjasorkes. Jakarta: Depdiknas
- Durrwachter, Gerhard. 1986. BOLA VOLLEY(Belajar dan Berlatih *Sambil Bermaian*) diterjemahkan oleh Agus Setiadi. Jakarta : Gramedia
- Edi Nugroho 2013. *Upaya Peningkatan Minat Passing Bawah Bola Voli Mini melalui Bermain Pada Siswa Klas IV SD N I Redin Kecamatan*
- Hidayat 2007. *Active Learning*. Jakarta : YAPPENDIS
- Hasan 2010. *Metode Pembelajaran Passing Bepasangan*. Jakarta:Bumi Aksara
- Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Perpustakaan Nasional Catalog dalam Terbitan*.
- Suharno.1985. *Dasar-dasar Permainan Bola Voli*.Yogyakarta. FPOK IKIP
- Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 1*.Jakarta : Kementerian Pendidikan Nasional.
- Viera, Barbara L. 2000. *BOLA VOLI(Tingkat Pemula)* diterjemahkan oleh Monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada.