

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses pendidikan khususnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang bermutu yaitu diselenggarakan dengan mematuhi kaidah-kaidah pedagogi memberikan sumbangan yang sangat berharga bagi perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

Perkembangan peserta didik bukan hanya aspek keterampilan dan kebugaran jasmani, namun juga aspek lain yang sangat penting dari sosok manusia seutuhnya, yakni perkembangan pengetahuan dan penalaran, perkembangan intelegensia emosional dan sifat-sifat lainnya yang membuat karakter seorang menjadi tangguh dalam menjalani kehidupan bermasyarakat. Proses belajar khususnya pendidikan jasmani kesempatan untuk memperoleh pendidikan dengan memberikan yang bermutu merupakan pemberian kunci masa depan yang lebih baik kepada setiap orang.

Proses pendidikan secara umum dan khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani hanya akan bermutu jika dilaksanakan oleh guru atau tenaga pendidik yang bermutu dan pencapaian mutu pendidikan dan atau pengajarannya memerlukan dukungan dari sumber-sumber belajar yang lebih memadai dari keadaan sebelumnya.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani secara mendasar adalah bahwa pendidikan jasmani merupakan usaha sadar pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan. Tujuan pendidikan jasmani merupakan usaha dalam proses pendidikan melalui pembelajaran untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskuler, intelektual dan sosial.

Materi yang ada dan diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani yang meliputi: pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (*outdoor*) disajikan untuk membantu peserta didik agar memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif.¹

Dalam komponen permainan yang meliputi permainan bola besar dan bola kecil ada beberapa materi yang harus diajarkan diantaranya untuk materi bola kecil seperti bulutangkis, tenis meja, sepak takraw. Sedangkan untuk bola besar meliputi bola basket, bola voli mini, sepak bola, dan futsal.

¹ Samsudin, *Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Jakarta: FIK UNJ, 2012), h. 31

Dalam permainan bola besar khususnya materi bola voli mini yang diajarkan di SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat diantaranya permainan bola voli mini. Permainan bola voli mini merupakan bagian dari materi bola besar yang salah satu materinya yang terdapat dalam kurikulum wajib diajarkan dan diberikan di SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat, permainan bola voli mini merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah dimainkan oleh setiap peserta didik. Dikarenakan dalam bermain permainan bola voli mini dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli mini.

Dalam pembelajaran bola voli mini diperlukan unsur-unsur gerakan-gerakan yang kompleks seperti berlari, melompat, memukul dan menangkap serta koordinasi beberapa gerak dasar. Hal ini jelas sebelum melakukan permainan bola voli mini khususnya teknik dasar *passing* bawah peserta didik terlebih dahulu diberikan penguasaan cara melakukan keterampilan gerak dasar sesuai dengan bentuk gerak permainan bola voli mini itu sendiri. Untuk mendapatkan keterampilan *passing* bawah bola voli mini tidak terlepas dari bagaimana guru bisa menerapkan pengembangan metode pembelajaran bola voli mini yang tepat.

Passing bawah adalah salah satu gerak dasar bola voli mini yang pertama dikenalkan kepada siswa karena hal ini akan menjadikan siswa

menyenangi bola voli mini, hal lain juga karena teknik ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan bola voli mini.

Pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah-sekolah khususnya SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat, dirasa masih belum optimal karena terbatasnya sarana yang tersedia di sekolah dan metode yang dipergunakan oleh guru. Untuk itu diperlukan upaya-upaya perbaikan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani seperti, guru yang menguasai materi pelajaran, pemilihan metode merupakan hal yang utama, serta penggunaan metode yang memenuhi kebutuhan di lapangan.

Dalam pembelajaran bola voli mini khususnya di sekolah dasar akan lebih cocok menggunakan metode bermain, karena dunia anak-anak sekolah dasar adalah dunia bermain. Sementara itu di sekolah masih menggunakan bola voli standar yang digunakan untuk orang dewasa yang menjadikan proses belajar tidak efektif karena anak merasa sakit pada saat melakukan passing bawah, selain itu siswa juga merasa takut karena bolanya keras dan berat, oleh sebab itu siswa mengalami kesulitan dalam melakukan passing bawah.

Sehubungan dengan masalah tersebut peneliti bermaksud menggunakan metode bermain lempar tangkap dalam pembelajaran bola voli mini dalam rangka pembelajaran passing bawah.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang metode bermain untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa Kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Faktor yang menentukan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.
2. Metode guru pendidikan jasmani dalam meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini.
3. Hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli mini yang sudah berlangsung pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.
4. Penerapan metode bermain lempar tangkap dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada penerapan metode bermain

lempar tangkap untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat?

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut.

1. Bagi siswa, penelitian ini merupakan penerapan metode bermain voli mini dalam rangka peningkatan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.
2. Bagi guru, penelitian ini merupakan kreativitas guru dalam memilih metode pembelajaran bola voli mini untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

BAB II

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kerangka Teori

1. Hakikat Hasil Belajar

Proses belajar dipengaruhi oleh dua pandangan. Pertama, pandangan yang didasari asumsi bahwa peserta didik adalah manusia pasif yang hanya melakukan respon terhadap stimulus. Peserta didik akan belajar apabila dilakukan pembelajaran oleh pendidik secara sengaja, teratur, dan berkelanjutan. Tanpa upaya pembelajaran yang disengaja dan berkelanjutan maka peserta didik tidak mungkin melakukan kegiatan belajar. Kedua, pandangan yang mendasarkan pada asumsi bahwa peserta didik adalah manusia aktif yang selalu berusaha untuk berpikir dan bertindak di dalam dan terhadap dunia kehidupan. Belajar akan terjadi apabila peserta didik berinteraksi dengan lingkungannya, baik lingkungan sosial maupun lingkungan alam.

Proses belajar merupakan sebuah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup, sejak dia masih bayi hingga ke liang lahat nanti.² Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya.

² Samsudin, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, (Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNJ, 2010), h. 14

Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut baik perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif) dan keterampilan (psikomotor) maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif). Perubahan perilaku kognitif itu pada dasarnya terjadi pada aspek pikiran atau intelek yang meliputi pengetahuan, pemahaman, kemampuan aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Perubahan perilaku psikomotor yang dituju adalah perubahan yang terjadi pada gerak dan kondisi fisik siswa.

Dalam perubahan perilaku afektif berhubungan dengan perkembangan emosi dan sosial siswa yang meliputi sikap, apresiasi nilai, dan kepribadian. Secara lebih rinci perubahan perilaku itu meliputi reflex, gerak dasar, kondisi fisik, kemampuan pengamatan, keterampilan gerak, dan kemampuan berkomunikasi. Dalam Belajar dan Pembelajaran Penjas Gagne yang dikutip oleh Samsudin mengemukakan bahwa belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif menetap yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan/direncanakan.³

Implementasi belajar adalah sebuah proses yang kompleks yang di dalamnya terkandung beberapa aspek. Aspek-aspek tersebut adalah (1) bertambahnya jumlah pengetahuan, (2) adanya kemampuan mengingat dan mereproduksi, (3) ada penerapan pengetahuan, (4) menyimpulkan

³*Ibid*, h. 15

makna, (5) menafsirkan dan mengaitkannya dengan realitas, dan (6) adanya perubahan sebagai pribadi.⁴

Proses belajar adalah suatu usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.⁵ Proses belajar akan berjalan dengan baik apabila disertai dengan tujuan yang jelas.

Dalam proses belajar, tujuan belajar yaitu agar terjadinya perubahan tingkah laku sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya yang ditunjukkan dalam berbagai aspek seperti perubahan pengetahuan, pemahaman, persepsi, motivasi atau gabungan dari aspek-aspek tersebut, sehingga perubahan tersebut bermakna dan bermanfaat bagi dirinya sendiri dan masyarakat sekitarnya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah semua aktivitas mental atau psikis yang dilakukan oleh seseorang sehingga menimbulkan perubahan tingkah laku yang berbeda antara sesudah belajar dan belum belajar.

Mengajar yaitu memindahkan ilmu dari guru ke siswa yang dilakukan secara sengaja dengan berbagai proses yang dilakukannya. Tujuan belajar yang utama ialah bahwa apa yang dipelajari itu berguna dikemudian hari,

⁴ *Ibid*, h. 15

⁵ Slameto, *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2003), h. 2

yakni membantu kita untuk dapat terus belajar dengan cara yang lebih mudah. Hal ini dikenal sebagai transfer belajar.⁶ Dalam proses belajar mengajar guru memegang peranan yang sangat penting. Peran guru untuk siswa usia pendidikan menengah pertama tidak mungkin dapat digantikan oleh perangkat lain, seperti televisi, radio, komputer dan lain sebagainya. Begitu juga halnya dengan siswa sebuah organisme yang sedang berkembang memerlukan bimbingan dan bantuan orang dewasa. Jadi proses pembelajaran guru dengan siswa adalah faktor utama dalam menentukan hasil belajar.

Hasil belajar merupakan tujuan akhir dilaksanakannya kegiatan pembelajaran di sekolah. Hasil belajar dapat ditingkatkan melalui usaha sadar yang dilakukan secara sistematis mengarah kepada perubahan yang positif yang kemudian disebut dengan proses belajar. Akhir dari proses belajar adalah perolehan suatu hasil belajar siswa. Hasil belajar siswa di kelas terkumpul dalam himpunan hasil belajar kelas.

Semua hasil belajar tersebut merupakan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar. Dari sisi guru, tindak mengajar diakhiri dengan proses evaluasi hasil belajar. Sedangkan dari sisi siswa, hasil belajar merupakan berakhirnya penggal dan puncak proses belajar.⁷

⁶ Nasution, *Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar dan Mengajar*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, cet. Ke-12, 2008), h. 3

⁷ Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2006), h.3

Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajar.⁸ Sehubungan dengan pendapat itu, maka Wahidmurni, dkk. menjelaskan bahwa seorang dapat dikatakan telah berhasil dalam belajar jika ia mampu menunjukkan adanya perubahan dalam dirinya.⁹ Perubahan-perubahan tersebut di antaranya dari segi kemampuan berpikirnya, keterampilannya, atau sikapnya terhadap suatu objek. Jika dikaji lebih mendalam, maka hasil belajar dapat tertuang dalam taksonomi Bloom, yakni dikelompokkan dalam tiga ranah yaitu ranah kognitif atau kemampuan berpikir, ranah afektif atau sikap, dan ranah psikomotor atau keterampilan.

Untuk mengetahui hasil belajar seseorang dapat dilakukan dengan melakukan tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran memerlukan alat sebagai pengumpul data yang disebut dengan instrumen penilaian hasil belajar. Menurut Wahidmurni, dkk. instrumen dibagi menjadi dua bagian besar, yakni tes dan non tes.¹⁰

Hasil belajar yang diperoleh dapat diukur melalui kemajuan yang diperoleh siswa setelah belajar dengan sungguh-sungguh.¹¹ Hasil belajar tampak terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang

⁸ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: PT Ramaja Rosdakarya, 2010), h. 22.

⁹ Wahidmurni, dkk., *Evaluasi Pembelajaran: Kompetensi dan Praktik*, (Yogyakarta: Nuha Letera, 2010), h. 18

¹⁰ *Ibid*, hlm. 28

¹¹ Hamalik, *Proses Belajar Mengajar*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), h. 155

dapat diamati dan diukur melalui perubahan sikap dan keterampilan. Perubahan tersebut dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya.

Berdasarkan konsepsi di atas, pengertian hasil belajar dapat disimpulkan sebagai perubahan perilaku secara positif serta kemampuan yang dimiliki siswa dari suatu interaksi tindak belajar dan mengajar yang berupa hasil belajar intelektual, strategi kognitif, sikap dan nilai, inovasi verbal, dan hasil belajar motorik. Perubahan tersebut dapat diartikan terjadinya peningkatan dan pengembangan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya.

2. Hakikat Passing Bawah Bola Voli Mini

2.a. Permainan Bola Voli Mini

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga berbentuk melambungkan bola diudara bolak-balik diatas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola didalam lapangan lawan untuk mencari kemenangan.¹²

Permainan bola voli dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa, baik laki-laki maupun perempuan pasti akan mengenal baik permainan bola voli ini. Di sekolah dasar permainan bola voli sudah

¹² Muhajir, *Pendidikan Jasmani SMP Kelas VIII*, (Yudhistira Ghalia Indonesia: 2007) h. 113

diadaptasi menjadi bola voli mini karena menyesuaikan dengan keadaan dan kemampuan anak sekolah dasar agar lebih paham dan mudah dalam proses pembelajaran. Bola voli mini adalah variasi dari permainan bola voli standar yang mengembangkan peraturan-peraturan agar menarik dan lebih mudah dipahami serta ditujukan untuk siswa sekolah dasar.¹³

Permainan bola voli mini ditujukan untuk mengenalkan atau memasyarakatkan bola voli kepada anak-anak atau siswa sekolah dasar (usia 9-13 tahun). Untuk peraturan, alat, dan fasilitasnya disederhanakan agar anak dapat memainkannya dengan mudah dan gembira. Permainan bola voli mini mempunyai tujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa sekolah dasar untuk memainkan bola voli mini secara kompetisi yang disesuaikan dengan keadaan dan kemampuan fisik siswa. Selain dari itu sangat bermanfaat untuk melatih gerakan dasar bola voli secara dini kepada siswa, mengingat teknik dasar ini sangat penting untuk terlaksananya permainan bola voli sebenarnya.

Pembinaan dan pembibitan permainan bola voli mini dilaksanakan sejak usia 7-13 tahun atau usia sekolah dasar dengan peraturan yang sesuai dengan usia siswa sekolah dasar. Siswa tidak lagi merasa takut dan mengalami pengalaman kegagalan secara terus menerus karena bola yang

¹³“Bola Voli Mini” diakses dari <http://pend-jas.blogspot.com/>, pada tanggal 27 Desember 2014 Pukul 06.34

digunakan, tinggi net dan ukuran yang tidak sesuai dengan usianya, maka dengan adanya permainan bola voli mini siswa sekolah dasar dapat melaksanakan pembelajaran dengan hasil yang optimal dan dapat berprestasi sesuai dengan tingkat usianya. Yang harus diperhatikan dalam bermain permainan bola voli mini adalah mengenai gerak dasar.

Gerak dasar adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal.¹⁴ Gerak dasar bola voli harus dipelajari terlebih dahulu guna pengembangan mutu prestasi pembinaan bola voli mini. Penguasaan gerak dasar bola voli mini merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu dalam permainan disamping unsur-unsur kondisi fisik dan mental. Gerak dasar tersebut harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu oleh peserta didik, sehingga dapat mengembangkan mutu permainan.

Keterampilan teknik saja belum dapat mengembangkan permainan untuk penguasaan teknik yang benar perlu diterapkan suatu teknik. Taktik dalam permainan bola voli adalah suatu siasat yang diperlukan dalam bola voli untuk mencari kemenangan secara sportif, jadi untuk dapat mengembangkan dan memenangkan suatu diperlukan teknik dan taktik

¹⁴“Gerak dasar Bola Voli” diakses dari <http://pend-jas.blogspot.com/>, pada tanggal 27 Desember 2014 Pukul 07.00

yang benar. Gerak dasar permainan bola voli selalu berkembang sesuai dengan perkembangan pengetahuan dan teknologi dan ilmu-ilmu yang lain.

Adapun teknik-teknik dalam permainan bola voli mini antara lain:

- a. *Serve atau service* (sajian)
- b. *Passing*
- c. *Spike (smash)*
- d. *Block* (bendungan)¹⁵

Berdasarkan uraian di atas, jelas gerak dasar bola voli perlu diajarkan dan dikuasai dikarenakan agar permainan bola voli yang sebenarnya maupun bola voli mini dapat berjalan dengan baik.

Adapun peraturan, alat dan fasilitas permainan bola voli mini yaitu :

1. Lapangan lebih kecil (12 x 6 m)
2. Tinggi net lebih pendek (Putra 2,10 m dan Putri 2,00 m)
3. Bola lebih kecil (Nomor 4 dengan berat 230-250 gram)
4. Jumlah pemain lebih sedikit (4 pemain inti, 1 pemain cadangan)
5. Tidak perlu adanya garis serang
6. Pertandingan cukup dua kali kemenangan
7. Pergantian pemain bebas asalkan berseling satu rally¹⁶

Data perlengkapan permainan bola voli mini, jika dibuat tabel sebagai berikut:

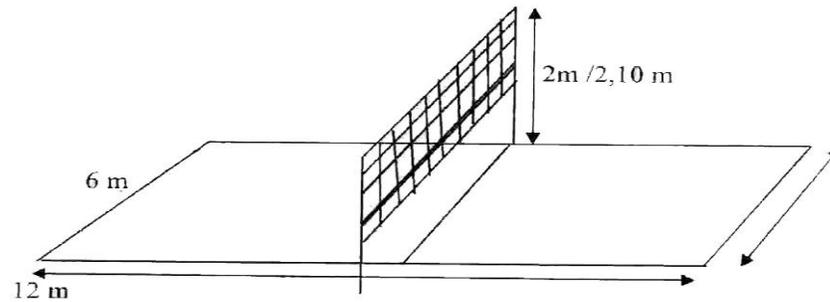
Tabel 2.1. Ukuran dan Perlengkapan Bola Voli Mini

No	Karakteristik	Ukuran
1	Panjang dan lebar lapangan	12 meter x 6 meter
2	Tinggi net putra	2,10 meter
3	Tinggi net putri	2,00 meter
4	Bola	Nomor 4
5	Berat bola	230-250 gram

Sumber: PP. PBVSI Buku Penataran Perwasitan Tahun 2012

¹⁵ *Op Cit.*, h.106

¹⁶ PP PBVSI, *Peraturan Permainan Bola Voli*, (PP PBVSI: Jakarta 2001), h. 54



Gambar 2.1. Lapangan Bola Voli Mini
Sumber: PP. PBVSI Buku Penataran Perwasitan Tahun 2012

Permainan bola voli mini berperan dalam meningkatkan jumlah pemain aktif. Atlet muda akan lebih mudah mempelajari keterampilan bola voli. Permainan bola voli mini memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan berbagai kemampuan, fisik, mental dan sosial sebagai dasar dalam pengembangan prestasi bola voli sebenarnya.

Berdasarkan uraian di atas, sudah jelas bahwa gerak dasar bola voli perlu diajarkan dan dikuasai agar permainan bola voli yang sebenarnya maupun bola voli mini dapat berjalan dengan baik.

2.b. Passing Bawah Bola Voli Mini

Seorang pemain harus menguasai teknik *passing*. *Passing* dalam permainan bola voli mini adalah mengoper bola kepada teman seregunya dengan teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.¹⁷ *Passing* ada 2 jenis yaitu *passing* bawah dan atas. *Passing* bawah adalah suatu teknik yang berguna untuk menerima bola bawah dan untuk mengumpan.¹⁸

¹⁷ Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (Jakarta : Yudistira, 2007), h. 6

¹⁸ Eso Suwarso dan Sumarya, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, (Jakarta: PT Arya Duta, 2010), h. 72

Kemampuan *passing* bawah merupakan hal mendasar yang harus dikuasai seorang pemain, karena *passing* bawah merupakan dasar dalam permainan bola voli mini. *Passing* bawah merupakan salah satu teknik untuk menerima servis yang sulit, hanya dengan cara ini akan bisa berkesempatan mengarahkan bola ke pengumpan. *Passing* bawah yang paling baik selama permainan berlangsung adalah dengan cara penerimaan *passing* bawah dengan berbagai kesulitan akan tetapi *passing* bawah tersebut menjadi baik.

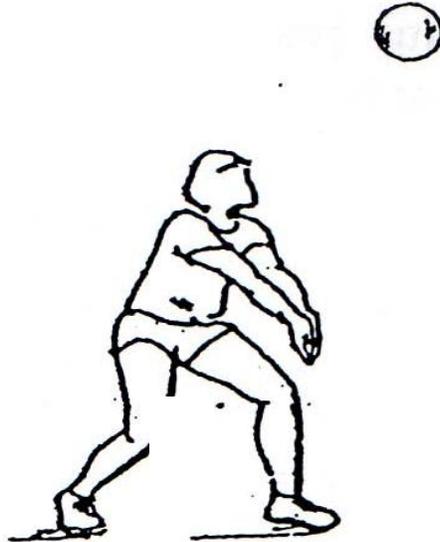
Proses pembentukan *passing* bawah ialah melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

a. Persiapan

1. Bergerak kearah bola dan atur posisi tubuh;
2. Genggam jemari tangan;
3. Kaki dalam posisi merenggang dengan santai, bahu terbuka lebar;
4. Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah;
5. Bentuk landasan dengan lengan;
6. Ibu jari sejajar;
7. Siku dikunci;
8. Lengan sejajar dengan paha;
9. Punggung lurus;
10. Mata mengikuti bola.¹⁹

¹⁹Barbara L. Viera dan Bonnie Jill Ferguson, *Bola voli mini Tingkat Pemula*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2004), h. 20

Adapun persiapan *passing* bawah, seperti digambarkan sebagai berikut



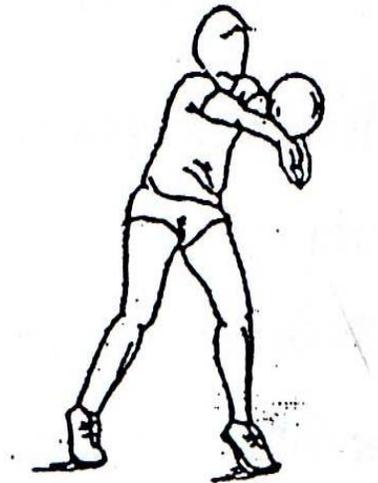
Gambar 2.2. Gerakan *passing* bawah bola voli mini
Sumber : Samsudin, Teori dan Praktek Bola voli mini, UNJ, 2011, h.88

b. Pelaksanaan

1. Menerima bola di depan badan;
2. Mengulurkan kaki;
3. Tidak mengayunkan lengan;
4. Berat badan dialihkan ke depan;
5. Pukulan bola jauh dari badan;
6. Gerakan landasan ke sasaran;
7. Pinggul bergerak kedepan;
8. Perhatikan bola saat menyentuh lengan.²⁰

²⁰ *Ibid*, h. 20

Adapun pelaksanaan, seperti digambarkan sebagai berikut.



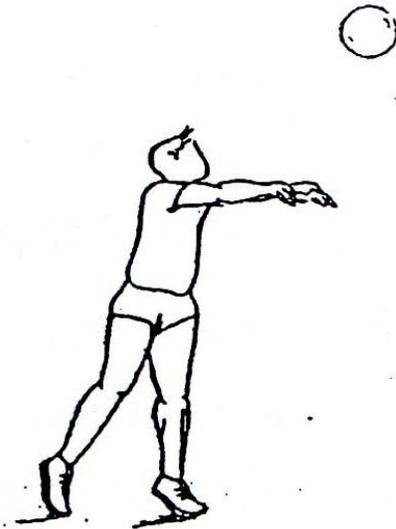
Gambar 2.3. Gerakan *passing* bawah bola voli mini
Sumber : Samsudin, Teori dan Praktek Bola voli mini, UNJ,
2011, h.88

c. Gerakan Lanjutan

1. Jari tangan tetap digenggam;
2. Siku tetap terkunci;
3. Landasan mengikuti bola kesasaran;
4. Lengan harus sejajar di bawah bahu;
5. Pindahkan berat badan kearah sasaran;
6. Perhatikan bola bergerak ke sasaran.²¹

Adapun gerakan lanjutan, seperti digambarkan sebagai berikut.

²¹ *Ibid*, h. 20



Gambar 2.4. Gerakan *passing* bawah bola voli mini
Sumber : Samsudin, Teori dan Praktek Bola voli mini, UNJ, 2011, h.88

Pada dasarnya *passing* bawah merupakan langkah awal yang dikuasai oleh seorang pemain dalam permainan bola voli mini. Untuk itu seorang harus memperhatikan langkah-langkah atau cara-cara yang telah ditetapkan agar melakukan *passing* bawah tidak terjadi kesalahan. Dengan demikian akan menghasilkan *passing* bawah yang baik dan memudahkan untuk melakukan serangan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *passing* bawah adalah merupakan suatu teknik memainkan bola yang dilakukan oleh seorang pemain dengan tujuan mengarahkan bola kepada teman atau merupakan teknik dalam permainan yang dilakukan dengan dua tangan yang disatukan dengan cara diayun.

3. Hakikat Metode Bermain

Bermain dapat diartikan sebagai suatu kegiatan melakukan gerakan-gerakan berjalan, melompat, memanjat, berlari, merangkak, berayun dan lain sebagainya. Dalam proses kegiatan belajar mengajar guru melakukan pembelajaran dengan melakukan kegiatan-kegiatan tersebut. Jadi metode bermain adalah suatu metode pembelajaran dengan cara melakukan gerakan-gerakan fisik/jasmani anak dalam rangka mengembangkan otot-otot. Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak secara berulang-ulang demi kesenangan tanpa adanya tujuan dan sasaran yang hendak dicapai.

Nilai-nilai bermain yang terkandung dalam pendidikan didalam bermain dan rekreasi hampir sama. Kegiatan anak-anak biasanya dianggap bermain, sedangkan kegiatan orang dewasa dikategorikan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang. Ada pakar pendidikan yang menyatakan bermain adalah kegiatan yang membantu anak berkembang menjadi manusia. Ada pula yang mengatakan bahwa bermain adalah kegiatan yang membantu anak berkembang menjadi manusia .ada pula yang mengatakan bahwa bermain adalah bahasa alami seseorang anak. Pakar yang lain menyatakan bahwa dalam bermain anak-anak dapat memperlihatkan kemampuannya, minat dan sikapnya, kedewasaannya dan responnya terhadap semua itu. Ada pendapat yang lain lagi yang

menyatakan bahwa bermain merupakan bumbu-bumbu yang sangat vital dalam pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, mental, maupun social anak.²²

Pada dasarnya sifat manusia yang hakiki itu suka bermain. Sifat ini merupakan suatu segi dari manusia sebagai makhluk sosial, karena keterlibatan dalam permainan ini menuntut kesediaan mematuhi dan menjalankan peraturan dan sanksi pada hakekatnya berasal dari budaya masyarakat.²³ Selanjutnya Cowel dan Honzelt juga menjelaskan mengenai fungsi bermain dalam pendidikan sebagai berikut:

Untuk membawa anak kepada cita-cita pendidikan, maka perlu adanya usaha peningkatan keadaan jasmani, social, mental, dan moral anak yang optimal. Agar memperoleh peningkatan tersebut, anak dapat dibantu dengan permainan, Karena anak dapat menampilkan dan memperbaiki keterampilan jasmani, rasa social, percaya diri, peningkatan moral dan spiritual lewat fairplay dan sportsmanship atau bermain dengan jujur, sopan, dan berjiwa Olahragawan sejati.²⁴

Pada garis besarnya metode permainan ini meliputi jenis – jenis berikut :

1. Permainan meniru gerakan atau pokok bahasan meniru perilaku hewan, manusia atau mesin yang bergerak.
2. Permainan peran. Memerankan perilaku atau gerakan-gerakan suatu profesi, jabatan, atau pekerjaan tertentu.

²² Sri Nuraini, Hartman Nugraha. *Teori dan Praktek permainan kecil* (Jakarta: Lembaga pengembangan pendidikan UNJ), h.4.

²³ J.Matakupan, *Strategi belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan*, (Jakarta : Dinas P dan P), h.15.

²⁴ Toto Subroto, *Teori Bermain*, (Bandung: PRODI PJKR FPOK UPI) hh. 13,14

3. Permainan fantasi. Gerakan atau pokok bahasan yang diambil dari dunia dongeng atau imajinasi yang lain.
4. Permainan dramatisasi. Memainkan suatu lakon berdasarkan kerangka kerja drama.

Keuntungan dan kerugian

a) Keuntungan yang dapat diperoleh dari metode ini antara lain ialah :

1. Memberikan kesempatan mengembangkan segi-segi sosial yang sesuai dengan adat kebiasaan masyarakatnya.
2. Suasana yang cenderung bebas dan informal memberikan kemungkinan kebebasan dalam membuat keputusan.

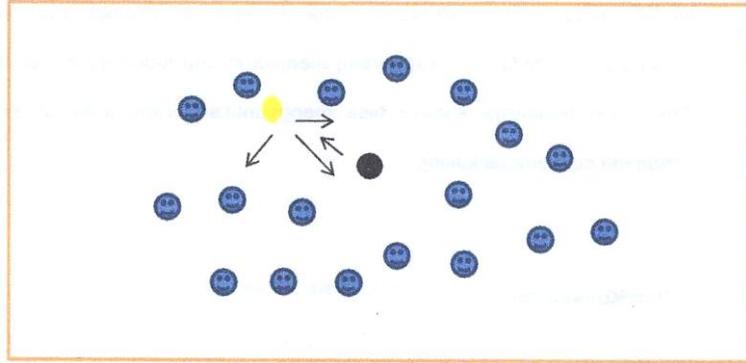
b) Kelemahan dari metode ini ialah :

1. Terlalu banyak waktu sehingga kurang efisien dalam membina keterampilan teknik gerakan
2. Karena bebas dan informal sering terjadi kehilangan sasaran dan lebih menekankan pada segi hura-hura ketimbang peningkatan keterampilan geraknya.²⁵

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa metode bermain adalah metode mengajar yang menggunakan metode bermain sebagai metode dalam mengajar.

²⁵ *Ibid.* h.16

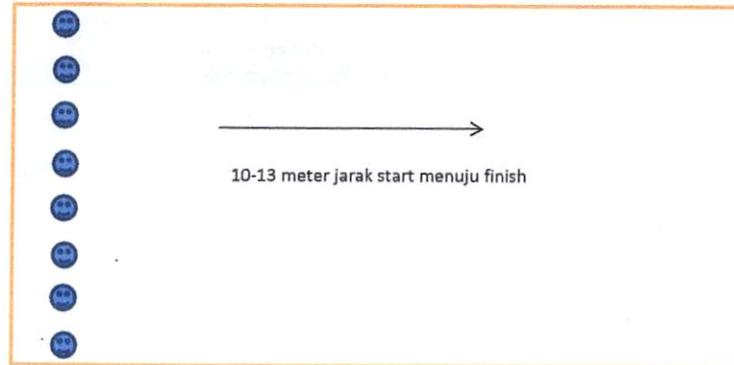
1. Bermain Kucing Tangkap



Gambar 2.5. Bermain kucing tangkap
Sumber: Dokumen peneliti

- Sifat: Perorangan
- Tujuan : Melatih kecepatan, kelincahan dan passing bawah bola voli.
- Alat dan bahan : Bola voli
- Waktu bermain: 10-15 menit
- Cara bermain: Buatlah kelompok besar dari kelompok besar itu pilihlah satu temannya menjadi kucing untuk menjadi pengejar bola, sebisa mungkin bola diberikan dengan cara diumpankan ke teman di seluruh area lapangan nya menggunakan nilai-nilai passing bawah bola voli, bukan dengan cara di passing dengan teknik aslinya tapi diumpankan menggunakan kaidah passing bawah bola voli, orang yang menjadi kucing tugasnya merebut bola dari teman temannya supaya bisa menggantikan orang tersebut menjadi pengganti dia sebagai kucing.

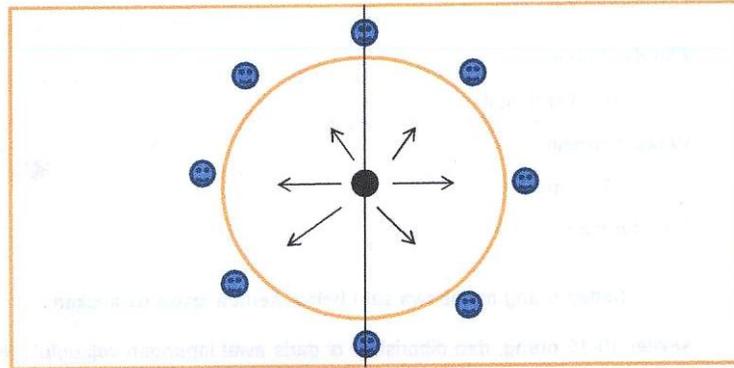
2. Bermain Pluit Konsentrasi



Gambar 2.6 Bermain Pluit konsentrasi
Sumber: Dokumen peneliti

- Sifat : Perorangan
- Tujuan: Melatih konsentrasi, melatih kesabaran, Melatih nilai passing bawah bola voli.
- Alat dan bahan: Bola karet, pluit
- Waktu bermain : 10-15 menit
- Cara bermain : Setiap orang membawa satu balon, semua siswa dibariskan satu baris sekitar 10-15 orang. dan dibariskan di garis awal lapangan voli untuk service dan juggling menuju garis servis di area garis service lawan, aba-aba menggunakan pluit, ketika satu kali bunyi pluit balon di juggling dengan cara berjalan, ketika dua kali bunyi pluit secara berturut turut bola di juggling secepat mungkin menuju garis service area la wan, dan seterusnya sampai ketika balon belum sampai sudah jatuh berarti orang yang menjuggling bola tersebut dinyatakan kalah dan keluar dart area permainan.

3. Bermain Lingkaran Sebut Nama

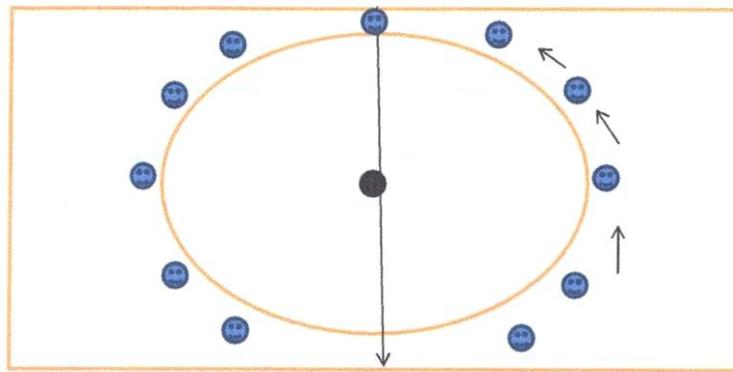


Gambar 2.7. Bermain lingkaran sebut nama
Sumber: Dokumen peneliti

- Sifat: Perorangan
- Tujuan: Melatih kecepatan, pengetahuan macam-macam benda, akurasi, dan passing bawah bola voli
- Alat dan bahan : Bola voli, silengan pintar.
- Waktu bermain: 10-15 menit
- Cara Bermain: Buatlah satu kelompok, dan buat lingkaran salah satu atau dari satu kelompok merundingkan sebuah pertanyaan atau jenis pertanyaan yang jawabannya banyak, seperti merek mobil, motor dan lainnya, caranya bola diumpangkan dengan menyebutkan satu merek mobil, bola diberikan dengan cara di umpan kepada orang yang random tapi menggunakan nilai-nilai passing bawah bola voli, misalkan avanza lalu bola dilemparkankan, orang yang menerima xenia, lalu dilemparkan lagi dan seterusnya, sampai tidak ada yang bisa menjawab lagi, dan

berganti pertanyaan, orang yang tidak bisa menjawab menjadi orang yang berada di titik tengah permainan untuk menggantikan orang yang sebelumnya memberikan umpan ke pada area teman yang menjadi lingkaran.

4. Lingkaran Berlari



Gambar 2.8. Lingkaran berlari
Sumber: Dokumen peneliti

- Sifat: Perorangan
- Tujuan: Melatih kecepatan , kecepatan berhitung , dan passing bawah bola voli
- Alat dan bahan : Bola voli, lengan pintar.
- Waktu bermain: 10-13 menit
- Cara bermain: Buatlah satu kelompok besar beranggotakan 10-15, dan seperti permainan lingkaran lainnya ada satu yang berada dititik tengah, sebelum bermain buat setiap orang berhitung dan orang tersebut mempunyai nama dalam hitungan tersebut misalkan A hitungan ke 8 B

hitungan 10, dan seterusnya setelah itu orang yang berada di tengah lingkaran memberikan pertanyaan matematika yang hasilnya tidak lebih dari jumlah anggota gunanya adalah ketika hasilnya 8 misalkan $2+2+4+4=8$ semua orang atau anggota wajib menjawab, ketika A merasa jawabannya menyebutkan angka dia, A, A langsung bilang "itu nomor saya" lalu bola dilemparkan dan diumpankan dengan menggunakan kaidah passing bawah oleh si A kepada titik orang di tengah, dan A berlari mengitari luar lingkaran dan menuju posisi sebelumnya, sampai seterusnya sampai ada orang yang mempunyai nama nomor tidak bisa menjawab, ketika itu terjadi orang tersebut harus menggantikan orang yang berada di titik tengah.

B. Kerangka Berpikir

Penerimaan passing bawah bola voli mini sangat penting dalam operan bola pertama karena mempengaruhi arah serangan, karena passing bawah bola voli mini salah satu teknik dasar dalam cabang olahraga.

Metode bermain bisa membuat siswa tidak bosan dan membuat siswa menjadi senang, memberikan kesempatan mengembangkan segi-segi sosial yang sesuai dengan adat kebiasaan masyarakatnya. suasana yang cenderung bebas dan informal memberikan kemungkinan kebebasan dalam membuat keputusan akan tetapi gerakan passing bawahnya tidak

terlalu dipusatkan, inti dari bermain itu membuat siswa senang, jadi metode bermain bisa dilaksanakan dalam pembelajaran passing bawah bola voli karena akan membuat siswa ikut serta dalam melakukan teknik dasar passing bawah bola voli mini karena lebih mengenyampingkan teknik yang baik dan benar sesuai dengan yang di ajarkan akan tetapi metode bermain membuat siswa menjadi senang dan tidak bosan.

Dengan metode bermain guru bisa membentuk gerakan passing bawah dengan bermain bola. Karena permainan akan membentuk sikap awal passing bawah, kemudian pembentukan sikap perkenaan bola dan sikap akhir dalam melaksanakan passing bawah bola voli mini.

Berdasarkan uraian di atas diduga metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

C. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kerangka teori dan kerangka berpikir maka hipotesis tindakan ini adalah dengan menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pembelajaran *passing* bawah bola voli mini menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di lapangan sekolah SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat

2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 18-31 Juli 2019 semester ganjil selama tiga minggu, dilaksanakan 2 (dua) kali pertemuan dengan 2 siklus.

C. Subjek Penelitian

Subjek yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat yaitu siswa yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani, yang berjumlah 40 siswa, yang terdiri dari 19 orang siswa laki-laki dan 21 orang siswa perempuan.

D. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas atau *classroom action research* dengan teknik observasi dan pengamatan dengan menggunakan rancangan siklus yang dibuat berdasarkan empat langkah utama siklus. Teknik observasi dan pengamatan dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan. Adapun yang menjadi variable bebas dalam penelitian ini adalah metode bermain, sedangkan variable terikatnya adalah hasil belajar *passing* bawah bola voli mini.

Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan guru di kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerja sehingga hasil belajar siswa meningkat.²⁶ Guru dianggap paling tepat melakukan penelitian tindakan kelas, karena (1) guru mempunyai otonomi menilai kinerja, (2) temuan penelitian biasa/formal sulit diterapkan untuk memperbaiki pelajaran, (3) guru merupakan orang paling akrab dengan kelasnya, (4) interaksi guru dan siswa berlangsung secara unik, dan (5) keterlibatan guru dalam berbagai kegiatan inovatif bersifat pengembangan mempersyaratkan guru mampu melakukan penelitian.

²⁶Zaenal Aqib, dkk, *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru. SMP, SMA, SMK*, (Bandung: CV. Yrma Widya. 2008) h.3

E. Prinsip dan Ciri Penelitian Tindakan Kelas

1. Prinsip-prinsip Penelitian Tindakan Kelas

Berbagai unsur penting di bawah merupakan prinsip penelitian tindakan kelas. Uraianya mencakup pada kritik refleksi (merupakan evaluasi program dan ini menjadi prinsip perubahan dan perbaikan yang harus dilakukan), kritik deaetik (merupakan pemahaman hubungan antar fenomena yang diteliti), kolaborator (merupakan kerja sama antar anggota yang berbeda sebagai kontribusi pemahaman situasi), gangguan beresiko (berupa gangguan yang akan terjadi dan berhubungan dengan kesanggupan peneliti untuk tetap tunduk pada aturan yang digunakan sebagai landasan kerja riset aksi tersebut dilaksanakan), struktur jamak (dalam penelitian jenis ini peneliti merupakan peneliti tunggal, namun yang bersangkutan harus tunduk pada 4 prinsip yang telah dijabarkan pada penelitian yang digariskan di atas sesuai program aksi berdasarkan struktur rancangan program).

2. Ciri-ciri Penelitian Tindakan Kelas

Ciri-ciri penelitian tindakan kelas adalah: 1) Refleksi diri, maksudnya dalam penelitian tindakan dipandang sebagai suatu cara untuk memberi ciri bagi seperangkat berbagai macam kegiatan yang direncanakan untuk meningkatkan mutu pendidikan, pada pokoknya ia merupakan suatu cara yang dituangkan ke dalam suatu program

refleksi diri, 2) Penelitian tindakan mencoba untuk mengidentifikasi kriteria dari kegiatan-kegiatan untuk melakukan perbaikan dalam program refleksi diri, 3) Penelitian tindakan kelas bersifat partisipatif dan kolaboratoris karena melibatkan orang lain sebagai bagian dari suatu penelitian.

F. Langkah-langkah Umum Penelitian

Penelitian ini menggunakan siklus, setiap siklus terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut:

1. Perencanaan

- a. Peneliti dan kolaborator melihat kondisi awal dari kemampuan siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi *passing* bawah bola voli mini
- b. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan hasil dari kemampuan awal siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi *passing* bawah bola voli mini
- c. Peneliti dan kolaborator menyiapkan materi *passing* bawah bola voli mini yang akan diberikan kepada siswa
- d. Peneliti dan kolaborator merencanakan pelaksanaan tindakan yang akan diberikan kepada siswa

2. Tindakan

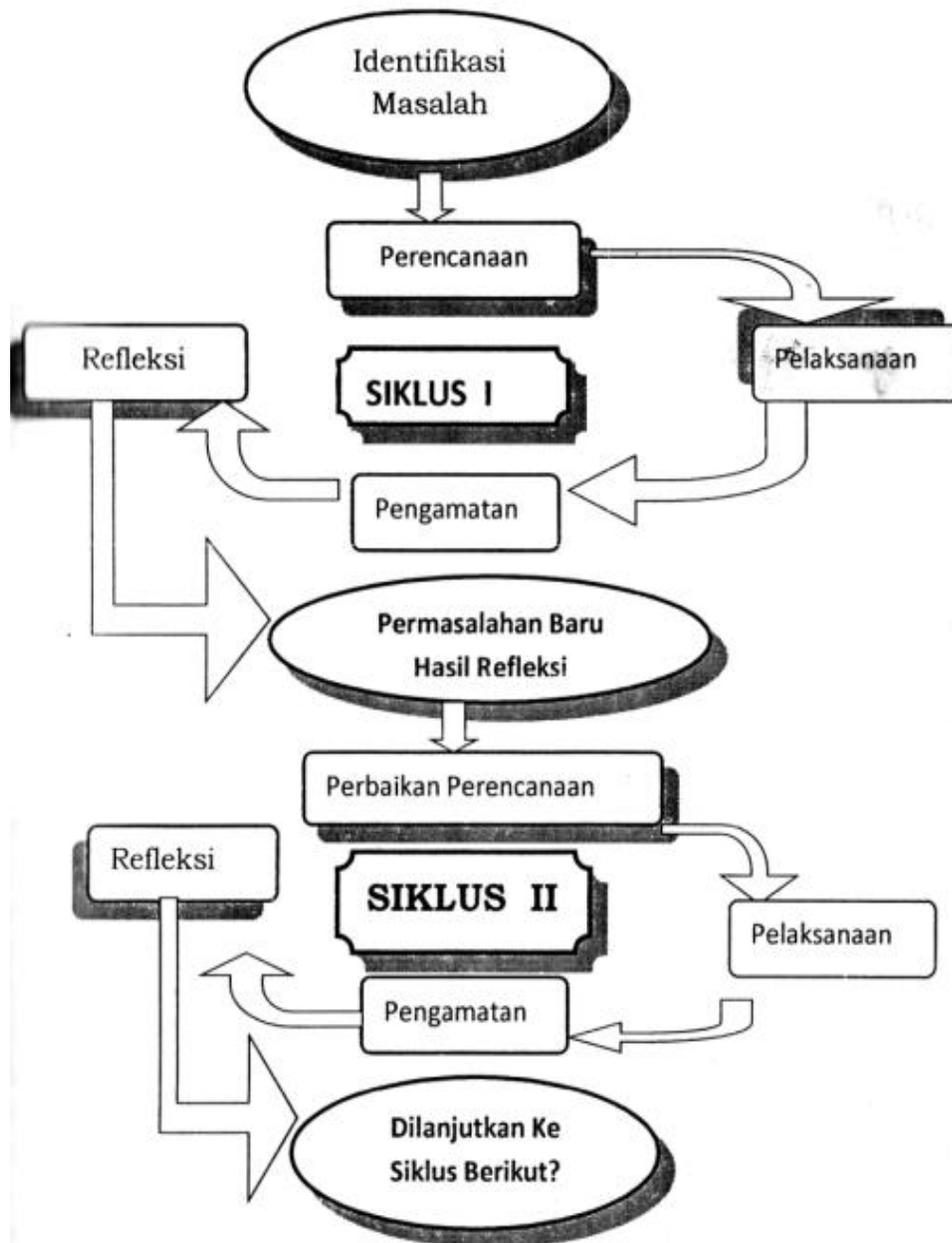
- a. Peneliti dan Kolaborator mengidentifikasi materi *passing* bawah bola voli mini yang akan diberikan kepada siswa
- b. Peneliti memberikan masukan materi *passing* bawah bola voli mini kepada siswa dengan menggunakan metode bermain.

3. Observasi

- a. Peneliti dan kolaborator mengamati proses pelaksanaan proses pembelajaran *passing* bawah bola voli mini menggunakan metode bermain pada siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat
- b. Peneliti dan kolaborator melakukan pengamatan dan penilaian terhadap kemampuan siswa

4. Refleksi

Refleksi terhadap tindakan merupakan tahapan untuk memproses data yang didapat pada saat dilakukan pengamatan. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan pelaksanaan proses pembelajaran teknik *passing* bawah bola voli mini menggunakan metode bermain pada siswa dengan kolaborator dan hasil tindakan yang telah diberikan didiskusikan kembali dengan kolaborator.

SIKLUS PELAKSANAAN PTK

Gambar 3.1. Siklus Penelitian Tindakan Kelas
Sumber : Iskandar, Penelitian Tindakan Kelas, Gaung Persada (GP) Press, 2009, h. 49

G. Perencanaan Tindakan Siklus

1. Perencanaan Tindakan Siklus I

Penetapan siklus besar dirancang sebagai penetapan program penetapan pembelajaran yang berhubungan dengan bentuk peningkatan kemampuan pendidikan jasmani menggunakan metode bermain. Perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang dirancang untuk dibelajarkan kepada siswa. Materi pengajarannya ditetapkan *passing* bawah bola voli mini sesuai sasaran pencapaian.

2. Perencanaan Tindakan Siklus II

Materi perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani dirancang harus sesuai dengan jenis yang dipilih yaitu *passing* bawah bola voli mini agar dapat dikuasai oleh siswa.

Penyesuaian kemampuan siswa terhadap kemampuan penguasaan gerak *passing* bawah bola voli mini dipertimbangkan berdasarkan teknik-teknik gerak tangan, kaki, posisi badan, dan koordinasi gerak yang dikonsultasikan dengan kolaborator. Penetapan kenaikan kemampuan *passing* bawah bola voli mini tersebut yang dipilih diharapkan memperbaiki pembentukan gerakan dalam proses belajar mengajar.

H. Data dan Sumber Data

1. Data dari penelitian ini berupa:
 - a. Tes awal dan akhir
 - b. Catatan Lapangan
 - c. Hasil belajar melalui tes siklus
 - d. Dokumentasi

2. Sumber Data:

Sumber data dalam penelitian ini adalah subjek dari mana data diperoleh. Sumber data dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri, guru, kolaborator, dan siswa kelas V SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat

I. Teknik Pengambilan Data Penelitian

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik pengamatan dan observasi untuk data kualitatif, serta hasil penelitian berupa evaluasi formatif yang dilakukan oleh guru, peneliti, dan kolaborator sebagai data kuantitatif.

J. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah proses dari *passing* bawah bola voli mini, yaitu setiap siswa melakukan gerakan *passing* bawah bola voli mini di tempat selama 1 menit. Kemudian dinilai berdasarkan norma yang sudah dibuat oleh peneliti.

Kisi-kisi instrumen penelitian *passing* bawah bola voli mini.

Tabel 3.1. Format Penilaian

No	Unsur gerak	Indikator	Uraian sikap sempurna	Penilaian			
				4	3	2	1
a.	Sikap Awal	a. Sikap Pandangan	Pandangan mata ke arah datangnya bola				
		b. Sikap Badan	Badan dicondongkan ke depan dan titik berat terletak diantara dua kaki				
		c. Sikap Lengan	Kedua telapak tangan ditumpuk menghadap ke atas dengan lengan lurus ke bawah secara relaks				
		d. Sikap Tungkai	Kedua tungkai ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan dibuka selebar bahu				
b.	Pelaksanaan Gerak	a. Sikap Pandangan	Pandangan mata ke arah perginya bola				
		b. Sikap Badan	Badan dicondongkan ke depan dan titik berat terletak diantara dua kaki				

No	Unsur gerak	Indikator	Uraian sikap sempurna	Penilaian			
				4	3	2	1
		c. Gerakan Lengan	Kedua lengan diayun ke arah atas hingga setinggi bahu, sehingga arah gerak bola membentuk lintasan para bola				
		d. Gerakan Tungkai	Salah satu kaki dilangkahkan ke depan, kemudian kedua tungkai diluruskan hingga lepasnya bola				
c.	Sikap Akhir	a. Sikap Pandangan	Pandangan mata ke arah datangnya bola				
		b. Sikap Badan	Badan dicondongkan ke depan dan titik berat terletak diantara dua kaki				
		c. Sikap Lengan	Kedua telapak tangan ditumpuk menghadap ke atas dengan lengan lurus ke bawah secara relaks				

No	Unsur gerak	Indikator	Uraian sikap sempurna	Penilaian			
				4	3	2	1
		d. Sikap Tungkai	Kedua tungkai ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan dibuka selebar bahu				

Kriteria Penilaian Tes *Passing* Bawah (proses)

1. Sikap Awal

- Nilai 4 jika
- a. pandangan mata ke arah datangnya bola
 - b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletak di antara dua kaki
 - c. kedua telapak tangan ditumpuk terbuka menghadap ke atas dengan lengan diluruskan ke bawah secara relaks
 - d. kedua tungkai ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

2. Pelaksanaan Gerak

- Nilai 4 jika
- a. pandangan mata ke arah perginya bola

- b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletak di antara dua kaki
- c. kedua lengan diayun ke arah atas hingga setinggi bahu, sehingga arah gerak bola membentuk lintasan para bola
- d. salah satu kaki di langkahkan ke depan, kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jingkat bersamaan dengan perkenaan hingga lepasnya bola.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

3. Sikap Akhir

- Nilai 4 jika
- a. pandangan mata ke arah datangnya bola
 - b. badan dicondongkan ke depan dan titik beratnya terletak di antara dua kaki
 - c. kedua telapak tangan ditumpuk terbuka menghadap ke atas dengan lengan diluruskan ke bawah secara relaks
 - d. kedua tungkai ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu.

Nilai 3 jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Nilai 2 jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 1 jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Nilai 0 jika tidak satupun yang dilakukan secara benar

Jumlah Skor Maksimal adalah 12 yang terdiri dari 12 aspek pada instrumen penilaian. Nilai kriteria ketuntasan minimal 76 dan prosentase ketuntasan 80%.

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

$$\text{Prosentase Ketuntasan Belajar} = \frac{\text{Jumlah siswa yang tuntas}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \times 100\%$$

K. Keabsahan Data Penelitian

Untuk mengecek keabsahan data penelitian, dilakukan oleh peneliti bersama kolaborator dan teman sejawat yaitu guru pendidikan jasmani SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

L. Teknik Analisis Data

Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data penelitian yaitu siswa dan tim pengajar pendidikan jasmani, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan yang dilakukan kolaborator.

BAB IV
PELAKSANAAN PENELITIAN TINDAKAN
DAN ANALISA DATA

A. Proses Pelaksanaan Penelitian Tindakan

1. Deskripsi Kondisi Awal

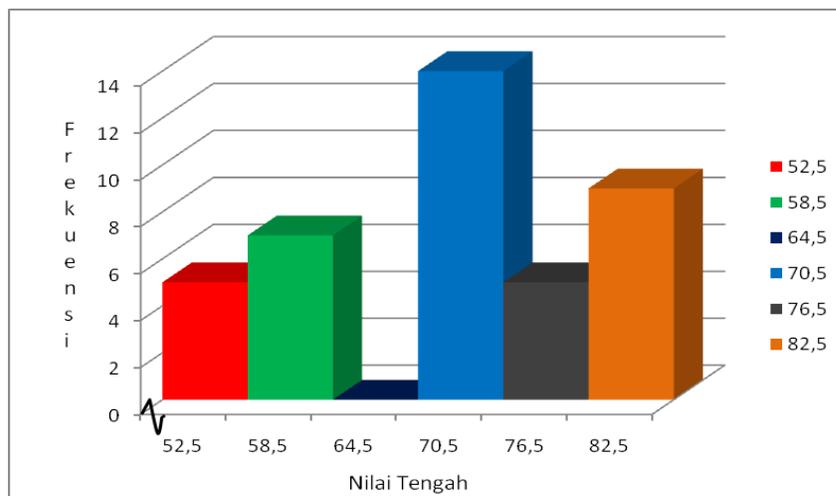
Dalam proses pengamatan kemampuan awal siswa, pada tanggal 18 Juli 2019 peneliti melakukan pelaksanaan kegiatan observasi awal dan tes awal pada siswa SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat untuk mengetahui kondisi awal terhadap pembelajaran pendidikan jasmani khususnya untuk materi passing bawah permainan bola voli mini.

Tabel 4.1. Distribusi frekuensi hasil tes awal.

No	Nilai	Nilai Tengah	Frekuensi	Limit bawah	Limit atas	Prosentase
1	50-55	52,5	5	49,5	55,5	12,5%
2	56-61	58,5	7	55,5	61,5	17,5%
3	62-67	64,5	14	61,5	67,5	35%
4	68-73	70,5	0	67,5	73,5	0%
5	74-79	76,5	5	73,5	79,5	12,5%
6	80-85	82,5	9	79,5	85,5	22,5%
Jumlah			40			100%

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 62-67 dengan prosentase 35%,

sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 68-73 dengan prosentase 0% dengan ketentuan siswa yang belum mampu melakukan gerakan passing bawah permainan bola voli mini sebanyak 31 siswa (77,5%) atau belum mencapai nilai KKM sekolah yaitu 76.



Gambar 4.1 Histogram hasil tes awal passing bawah bola voli mini

Adapun hasil tes awal sebagai berikut: Nilai tertinggi 83,33, nilai terendah 50, nilai rata-rata 67,91.

2. Pelaksanaan Siklus 1

Berdasarkan pengamatan kemampuan awal, kemudian disusun perencanaan program berupa tindakan, observasi dan refleksi yang sudah diterapkan kepada siswa hingga menghasilkan penyusunan pembelajaran yang diharapkan dan dapat memperoleh perkembangan hasil belajar dalam pembelajaran passing bawah permainan bola voli mini yang diharapkan.

Pada proses akhir, tindakan dan refleksi yang digunakan untuk mengetahui letak kesalahan penerapan program perencanaan dan kekurangan yang muncul dianalisis untuk mengetahui hubungan penerapan metode, pemberian materi, dan pemanfaatan metode dalam pembelajaran. Selanjutnya apabila berbagai kesalahan dan penerapan program teridentifikasi dan diketahui dalam penerapan pembelajaran passing bawah permainan bola voli mini, maka hasil identifikasi tersebut digunakan sebagai bahan untuk menyusun perencanaan tahap berikutnya.

Proses analisis tahapan dalam siklus penelitian ini, terletak pada proses penyusunan konsep dasar penelitian tindakan yang dilakukan. Dengan demikian setiap tahapan siklus yang digunakan menjadi acuan untuk menuntun tahapan siklus berikutnya secara terstruktur. Oleh sebab itu, bentuk pengambilan keputusan yang berhubungan dengan penetapan kondisi awal, perencanaan program, tindakan, observasi, dan refleksi dapat digunakan sebagai bekal dalam penyusunan perencanaan pada siklus berikutnya, maka segala kesalahan yang dianggap tidak sesuai dapat dihilangkan sehingga menghasilkan kesimpulan tindakan yang saling mendukung dan membantu penyusunan program pada siklus berikutnya.

Secara komprehensif tahapan penelitian ini dilakukan berdasarkan pada tahapan siklus. Siklus yang telah dirancang dapat dianalisis ke dalam dua bagian yang terdiri dari siklus satu dan siklus dua.

Kemampuan awal bertujuan untuk mengetahui secara awal tingkat penguasaan teknik dasar keterampilan yang dapat dicapai siswa terutama untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat penguasaan siswa dalam melakukan pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini yang diajarkan dengan metode bermain.

a. Perencanaan Tindakan

Tujuan yang diharapkan: (1) siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah bola voli mini tanpa bola (2) siswa menguasai pembelajaran *passing* bawah bola voli mini secara benar (3) siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah bola voli mini.

b. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti dan kolaborator memulai dengan meningkatkan kemampuan pembelajaran *passing* bawah bola voli mini dengan memberi pengertian dalam mencapai hasil optimal dengan lebih banyak pengulangan dan perbaikan dengan diskusi sesama siswa. Peneliti mengadakan pembelajaran *passing* bawah pada siklus pertama ini dengan 1 (satu) kali pertemuan, dimana terus melakukan diskusi dengan kolaborator tentang kemajuan siswa dan mencatat semua perilaku siswa di lapangan.

Pada tahap ini peneliti menjelaskan tahapan pembelajaran yang harus dipelajari siswa, mulai dari. (1). Sikap Awal,(2) Pelaksanaan,(3) Sikap Akhir.

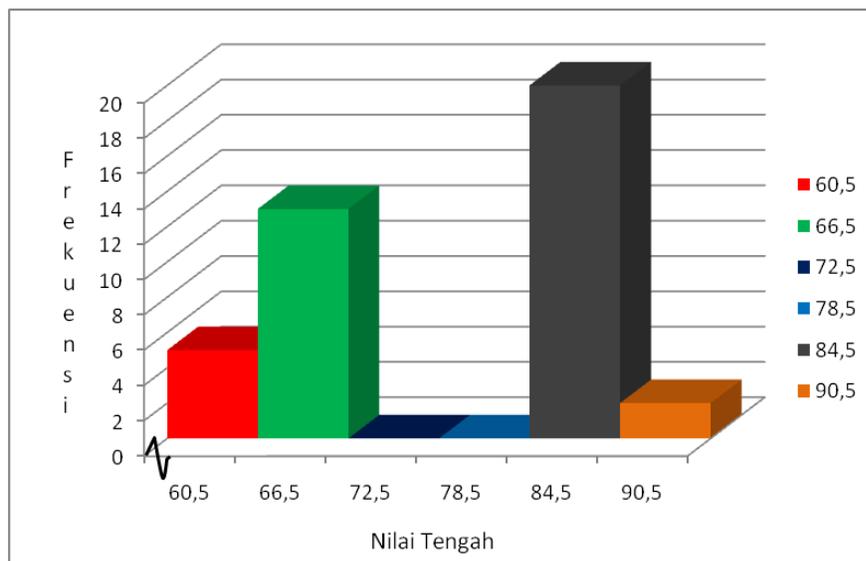
Tahapan yang dilakukan pada pertemuan ini adalah siswa melakukan *passing* bawah dengan metode bermain, dari persiapan, perkenaan, dan sikap akhir dengan hasil dapat melakukan *passing* bawah dengan baik. Dalam pertemuan ini dilakukan tes, hal ini dilakukan untuk mengetahui perubahan yang terjadi dari awal sampai akhir pertemuan. Apakah terdapat peningkatan pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini sebelum dan sesudah diberikan materi *passing* bawah.

Tabel 4.2. Distribusi frekuensi hasil siklus 1.

No	Nilai	Nilai Tengah	Frekuensi	Limit bawah	Limit atas	Prosentase
1	58-63	60,5	5	57,5	63,5	12,5%
2	64-69	66,5	13	63,5	69,5	32,5%
3	70-75	72,5	0	69,5	75,5	0%
4	76-81	78,5	0	75,5	81,5	0%
5	82-87	84,5	20	81,5	87,5	50%
6	88-93	90,5	2	87,5	93,5	5%
Jumlah			40			100%

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa frekuensi terbesar pada interval 82-87 dengan prosentase 50%, sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 70-75, 76-81 dengan prosentase 0% dengan nilai tertinggi 91,67 dan nilai terendah 58,33 dengan rata-rata nilai 75,20 dengan ketentuan, siswa yang belum mampu melakukan gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini sebanyak 18 siswa (45%) atau belum mencapai nilai KKM sekolah yaitu 76.

Sedangkan jumlah siswa yang sudah mencapai nilai ketuntasan sebanyak 22 siswa (55%). Dengan demikian ditinjau dari tes awal telah terjadi peningkatan dari tes awal 22,5% menjadi 55% pada tindakan siklus 1. Untuk keterangan lebih jelas digambarkan dalam histogram.



Gambar 4.2 Histogram hasil siklus I passing bawah bola voli mini.

Berdasarkan aspek penilaian pada siklus 1 sudah ada peningkatan namun belum mencapai ketuntasan kelas yaitu minimal 80% dari jumlah siswa, sehingga peneliti melanjutkan ke siklus berikutnya.

c. Hasil Observasi

Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran dengan 1 (satu) pertemuan memberikan hasil sebagai berikut :

- 1) Masih banyak siswa yang belum paham akan gerakan *passing* bawah
- 2) Masih banyak siswa yang belum dapat menjelaskan cara *passing* bawah permainan bola voli mini dengan benar.

d. Analisis dan Refleksi

Tujuan dan pembinaan yang telah dilakukan seperti yang dijelaskan pada siklus ini agar siswa yang mengikuti pembelajaran *passing* bawah secara baik dan benar serta mengerti benar konsep pembelajaran *passing* bawah. Untuk itu peneliti dan kolabor terus menggunakan metode bermain yang sesuai dan tepat sebagai metode yang dapat meningkatkan kemampuan siswa.

Hasil diskusi dengan kolabolator, maka penelitian ini dilanjutkan pada siklus kedua. Untuk memperbaikinya maka peneliti memperhatikan beberapa hal seperti sikap kaki, gerakan tangan, jarak *passing* dan tinggi net, karena hasil yang diharapkan belum maksimal, hasil dari siklus pertama adalah 22 siswa (55%) yang mampu mencapai nilai KKM. Konsep pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini lebih dikembangkan pada kemampuan individu melalui metode bermain.

3. Pelaksanaan Siklus Kedua

a. Perencanaan Tindakan

Tujuan yang diharapkan pada siklus kedua dengan melihat dari siklus pertama, 1) siswa menguasai pembelajaran *passing* bawah secara benar, 2)

siswa dapat melakukan *passing* bawah dengan gerakan lengan yang baik dan benar, 3) siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah dengan kemantapan konsep gerak yang benar, 4) siswa dapat memahami konsep dasar pembelajaran *passing* bawah, 5) siswa dapat menilai kemampuan dirinya dalam pembelajaran *passing* bawah.

b. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti dan kolaborator memulai pengajaran pembelajaran *passing* bawah pada siklus kedua ini, yang merupakan siklus terakhir dari pembelajaran *passing* bawah, dengan lebih memperhatikan penguasaan *passing* dan lebih mengarah pada sikap kaki, gerakan tangan. Siswa dituntut belajar mandiri untuk melakukan *passing* bawah permainan bola voli mini dengan persepsi yang diajarkan dalam pembelajaran.

Pada tes awal siswa sudah melakukan gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini dan sebanyak 9 siswa (22,5%) sudah melakukan gerakan dengan baik. Kondisi siswa setelah siklus pertama terdapat perkembangan *passing* bawah permainan bola voli mini sebanyak 22 siswa (55%) siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini.

Setelah dilakukan pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini siswa melakukan pengambilan nilai yang merupakan tes akhir. Kondisi siswa pada saat melakukan tes akhir 40 (100%) siswa telah

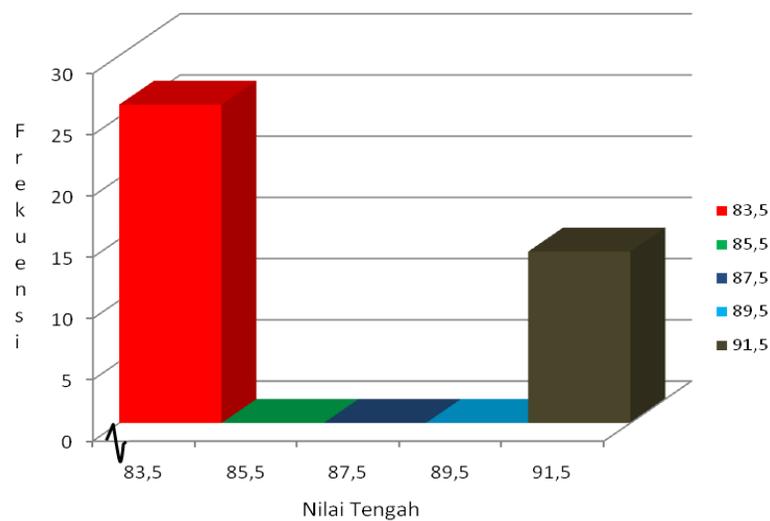
memahami konsep *passing* bawah permainan bola voli mini dengan nilai tertinggi 91,67 dan terendah 83,33 dengan rata-rata 86,24.

Tabel 4.3. Distribusi frekuensi hasil siklus 2

No	Nilai	Nilai Tengah	Frekuensi	Limit Bawah	Limit Atas	Prosentase
1	83-84	83,5	26	82,5	84,5	65%
2	85-86	85,5	0	84,5	86,5	0%
3	87-88	87,5	0	86,5	88,5	0%
4	89-90	89,5	0	88,5	90,5	0%
5	91-92	91,5	14	90,5	92,5	35%
Jumlah			40			100%

Pada tabel di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 83-84 dengan prosentase 65%, frekuensi terkecil terdapat pada interval 85-86, 87-88, dan 89-90 dengan prosentase 0% dengan ketentuan 40 siswa (100%) mampu melakukan gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini.

Dengan demikian ditinjau dari hasil penilaian siklus 1 telah terjadi peningkatan dari 55% menjadi 100% pada tindakan siklus 2. Berdasarkan aspek penilaian pada siklus 2, maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli mini. Untuk lebih menjelaskan keterangan di atas dibuatkan histogram sebagai berikut:

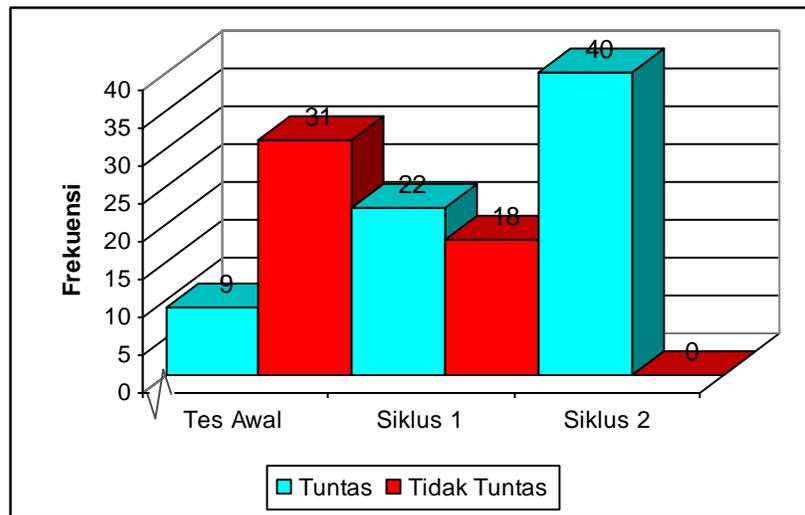


Gambar 4.3. Histogram hasil siklus II passing bawah bola voli mini

Tabel 4.4. Pembahasan hasil penilaian *passing* bawah.

N O	Kategori	Nilai KKM	Tes awal		Siklus 1		Siklus 2	
			F	%	F	%	F	%
1	Tuntas	>76	9	22,5%	22	55%	40	100%
2	Belum Tuntas	<76	31	77,5%	18	45%	0	0
	Jumlah		40	100%	40	100%	40	100%

Dilihat dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pada tes awal siswa yang lulus sebanyak 9 siswa (22,5%) dan yang tidak lulus sebanyak 31 siswa (77,5%), pada siklus 1 terjadi peningkatan cukup baik yaitu 22 siswa (55%) telah lulus dan 18 siswa (45%) tidak lulus, pada siklus 2 terlihat peningkatan bahwa seluruh siswa atau 40 siswa (100%) telah lulus belajar *passing* bawah permainan bola voli mini. Lebih jelasnya dapat dilihat dari histogram dibawah ini.



Gambar 4.4. Diagram batang hasil penilaian *passing* bawah

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli mini dilihat dari siklus 1 dengan siklus 2

c. Hasil observasi

Hasil observasi yang diperoleh selama berlangsungnya tindakan dua adalah sebagai berikut : 1) siswa dapat menguasai konsep pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini dengan baik dan benar, 2) siswa dapat melakukan tahapan *passing* bawah bola voli dengan benar. 3) seluruh siswa dapat menjelaskan dan mempraktikan cara gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini dengan benar.

d. Analisis dan refleksi

Tujuan pembelajaran tahap ini adalah siswa mulai merasakan metode bermain yang diterapkan sebagai upaya meningkatkan kemampuan *passing*

bawah permainan bola voli mini. Siswa mulai dapat memahami konsep pembelajaran *passing* bawah bola voli mini. Peneliti dan kolaborator berhasil menemukan cara terbaik untuk kegiatan belajar mengajar dalam pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini.

Kondisi siswa pada saat melakukan pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini pada tes akhir setelah 2 siklus atau dua pertemuan sebanyak 40 atau 100% berdasarkan nilai KKM telah memahami konsep dan dapat melakukan gerakan *passing* bawah permainan bola voli mini dengan baik dan benar, sehingga tidak dilaksanakan siklus berikutnya.

B. Pengamat Kolaborator

Kemajuan siswa yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani materi *passing* bawah permainan bola voli mini, peneliti dan kolaborator telah menemukan jawaban yang menjadi bahan penelitian. Bagaimana metode bermain mampu meningkatkan kemampuan dan hasil belajar.

Hasil ujian tes akhir menunjukkan siswa sudah memiliki konsep tentang pembelajaran *passing* bawah permainan bola voli mini dan juga membangkitkan rasa percaya dirinya, serta mampu belajar secara mandiri, memiliki motivasi tinggi untuk maju, menjadi keterampilan belajar dengan saling membantu dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan gerak, serta mampu menilai tingkat kemajuannya sendiri. Perlu diketahui bahwa standar

ketuntasan belajar yang ditetapkan sekolah untuk mata pelajaran pendidikan jasmani kriteria ketuntasan minimalnya (KKM) adalah 76.

Jadi apabila menurut data yang ada maka untuk pembelajaran dengan materi *passing* bawah permainan bola voli mini adalah 100% siswa telah memenuhi standar KKM. Menurut peneliti dan kolaborator, penelitian berhenti sampai disini dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahannya sudah terjawab melalui penelitian kaji tindak.

Setelah selesai pengajaran pada siklus kedua ini, para kolaborator mengutarakan hasil pengamatan mereka kepada peneliti, kemudian peneliti dan kolaborator mengadakan diskusi untuk membicarakan program aksi selanjutnya, agar hasil yang telah dicapai dapat dipertahankan dan dapat ditingkatkan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, metode bermain lempar tangkap dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli mini SDN 05 Pagi Kalideres Jakarta Barat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, maka penulis dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran harus mampu memilih metode yang sesuai dengan pembelajaran yang akan disampaikan.
2. Memberikan gambaran kreativitas dan inovasi guru pembelajaran *passing* bawah dalam psikomotorik, kognitif dan afektif.
3. Diharapkan dapat digunakan sebagai pijakan bagi sekolah untuk melengkapi sarana dan prasarana olahraga serta media pembelajaran pendukung.