



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola Pada Siswa Kelas VIII A SMPN 42 Surabaya

Efforts To Improve Learning Outcomes Of Volleyball Underwear Passing Skills Through The Game Of Throwing And Catching The Ball In Grade VIII A Students Of Smpn 42 Surabaya

Fakri Nur Hidayat¹, Ocky Triarta J.K², Dony Andrijanto³

^{1,3}Universitas Negeri Surabaya

²SMPN 42 Surabaya Email:

Email: h.fakrinur@gmail.com¹, ockytriarta@gmail.com², donyandrijanto@unesa.ac.id³

Article Info

Article history :

Received : 17-09-2024

Revised : 22-09-2024

Accepted : 24-09-2024

Published: 26-09-2024

Abstract

Underpassing is one of the main basic movements that must be mastered in the game of volleyball and is also an indicator of students' achievement of learning outcomes. Throwing and catching a ball is a playing activity that uses a ball as the main medium. The game of catching the ball helps improve skills in hand reflexes. The game of throwing and catching the ball trains concentration and reflexes when throwing and catching the ball. The aim of this research is to determine the increase in students' learning outcomes in passing skills through the game of throwing and catching the ball. The method used in this research is quantitative descriptive with observation and tests. The sample in this study consisted of 33 participants. Based on the results of observations in cycle I, it can be seen that the skills of passing under volleyball before implementing the game of throwing and catching the ball in class VIII A amounted to 33 students with 24% or 8 students completing it. Meanwhile, 76% or 25 students did not complete it. student. In the results of cycle II, it can be seen that the completion of class VIII A students in volleyball bottom passing skills after implementing the game of throwing and catching the ball was 30% or as many as 10 students, while those who had not yet completed it were 70% or as many as 23 students. The results of cycle I and cycle II in this research show that the implementation of the game of throwing and catching the ball can improve the learning outcomes of down passing skills in volleyball games.

Keywords: *Volleyball, Underpassing, Throwing and catching the ball*

Abstrak

Passing bawah adalah salah satu gerak dasar yang utama dan wajib dikuasai dalam permainan bola voli dan juga sebagai indikator pencapaian hasil belajar peserta didik. Lempar tangkap bola merupakan kegiatan bermain yang menggunakan bola sebagai media utamanya. Permainan tangkap bola membantu meningkatkan ketrampilan dalam reflek gerak tangan. Permainan lempar dan tangkap bola melatih konsentrasi dan gerak reflek pada saat melempar dan menangkap bola. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah siswa melalui permainan lempar tangkap bola. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan observasi dan *test*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 33 partisipan. Berdasarkan hasil observasi pada siklus I dapat dilihat bahwa keterampilan passing bawah bola voli sebelum menerapkan permainan lempar tangkap bola di kelas VIII A yang berjumlah 33 siswa dengan ketuntasan siswa sebesar 24% atau sebanyak 8 siswa. Sedangkan siswa yang



belum tuntas sebesar 76% atau sebanyak 25 siswa. Pada hasil siklus II dapat dilihat bahwa ketuntasan siswa kelas VIII A dalam keterampilan passing bawah bola voli sesudah menerapkan permainan lempar tangkap bola adalah sebesar 30% atau sebanyak 10 siswa, sedangkan yang belum tuntas sebesar 70% atau sebanyak 23 siswa. Hasil dari siklus I dan siklus II dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Kata Kunci : Bola voli, *Passing* bawah, Lempar tangkap bola

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) adalah salah satu pembelajaran yang diberikan di sekolah menengah pertama sebagai pelengkap dari proses pembelajaran yang ada, dengan menggunakan pembelajaran PJOK peserta didik diharapkan memiliki proses belajar dan dapat mengalami perubahan perilaku (Taqwim et al., 2020). Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang (Handayani, 2016). Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup (Hanief et al., 2018). Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh (Sulastri, 2018)

Salah satu materi atau pembelajaran yang dipelajari dalam Pendidikan jasmani dan Kesehatan di SMPN 42 Surabaya adalah permainan bola besar yaitu materi bola voli. Permainan bola voli memiliki beberapa bentuk gerak dasar yang perlu atau wajib dikuasai oleh seorang pemain, gerak tersebut seperti : *passing*, servis, block, dan smash (Sistiasih et al., 2022). Keempat gerak dasar tersebut merupakan modal yang harus dipelajari sebelum bermain bola voli jika ingin berprestasi. Dari keempat gerak dasar di atas *passing* bawah merupakan salah satu gerak dasar yang penting dan fundamental dalam permainan bola voli. Bagi para pemula selain servis, *passing* bawah sangat menentukan jalannya permainan pada bola voli. Menurut Hudah & Rais, (2020) teknik dasar dari permainan bola voli yang paling utama dan sering digunakan yaitu *passing* bawah, oleh karena itu untuk pembelajaran bola voli di sekolah, *passing* bawah adalah gerak dasar paling utama yang harus dipelajari dan dikuasai dengan baik oleh peserta didik. Pada pengamatan awal pembelajaran permainan bola voli di kelas VIII A SMPN 42 Surabaya peneliti menemukan banyaknya siswa yang masih kesulitan melakukan gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan alasan kurang bisa menempatkan posisi perkenaan bola pada tangan dan takut, hal tersebut tentunya menjadi sebuah pernyataan bahwa keterampilan melakukan gerak dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli sangat rendah.

Lempar tangkap bola merupakan kegiatan bermain yang menggunakan bola sebagai media utamanya. Permainan tangkap bola membantu meningkatkan ketrampilan dalam reflek gerak tangan. Menurut Novianti & Arti, (2020) Permainan lempar dan tangkap bola melatih konsentrasi dan gerak



reflek pada saat melempar dan menangkap bola. Pada penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli melalui permainan lempar tangkap bola. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti dengan guru PJOK di SMPN 42 Surabaya, pada siklus I menemukan fakta bahwasannya di kelas VIII A keterampilan passing bawah bola voli tergolong rendah karena memperoleh presentase ketuntasan nilai sebesar 24%. Dengan tabel hasil siklus I sebagai berikut:

Hasil observasi siklus I

Hasil	Frekuensi	Presentase
Tuntas	8	24%
Tidak Tuntas	25	76%

Berdasarkan permasalahan dari siklus I tersebut peneliti tertarik untuk mencari solusi aktivitas pembelajaran agar keterampilan passing bawah bola voli pada siswa meningkat dengan pesat. Oleh sebab itu peneliti melakukan penelitian tindakan kelas yang berjudul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing bawah bola voli melalui permainan lempar tangkap bola pada siswa kelas VIII A di SMPN 42 Surabaya”

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang memiliki sifat kolaboratif antara guru bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN 42 Surabaya dan penelita dalam upaya meningkatkan keterampilan passing voli melalui permainan lempar tangkap bola. Dalam penelitian tindakan terdiri dari empat komponen pokok yang juga menunjukkan langkah yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi, empat langkah yang saling berkaitan itu dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas sering disebut istilah satu siklus (Rochim, 2023). Pelaksanaan PTK dilaksanakan melalui beberapa siklus untuk melihat peningkatan keterampilan passing bawah bola voli dalam mengikuti mata pelajaran PJOK melalui permainan lempar tangka bola.

Subyek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A di SMPN 42 Surabaya tahun ajaran 2024-2025 dengan jumlah siswa 33 yang terdiri dari 17 laki-laki dan 16 Perempuan

Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data di lapangan dalam penelitian ini berjenis observasi yang digunakan observasi partisipatif yang mana peneliti ikut serta dalam kegiatan yang dilakukan oleh observer. Metode observasi digunakan untuk memperoleh data aktivitas siswa selama proses pembelajaran (Arikunto et al., 2015). Metode test dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh hasil atau kemajuan belajar siswa, yang ditunjukkan dengan keterampilan siswa dalam permainan melempar, menangkap bola voli dari bawah untuk



meningkatkan hasil passing bawah bola voli. Adapun instrumen tes ini berisi sikap posisi kaki, posisi tangan, posisi badan, ayunan lengan, perkenaan bola.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan lembar pengamatan berbentuk tabel pemantauan yang dipakai untuk menilai belajar siswa dalam melaksanakan teknik pada lembar pengamatan. Skala penilaian didasarkan pada bagian teknis dituntaskan siswa dalam pembelajaran di lembar pengamatan. Pada aktivitas uji praktek serta pemantauan memakai metode analisis deskriptif untuk mengenali ketuntasan belajar peserta didik, dan hasil pada umumnya dipaparkan dalam wujud presentase serta angka. Metode deskriptif yaitu prosedur pemecahan masalah yang dikerjakan dengan menggambarkan atau melukiskan situasi subjek atau objek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lainnya) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya (Yane & Pratami, 2016)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan dapat diperoleh bawah perkembangan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMPN 42 Surabaya dapat meningkat melalui penerapan metode lempar tangkap bola. Peningkatan keterampilan passing bawah bola voli siswa dapat dilihat dari hasil observasi sebelum diterapkannya permainan pada siklus I adalah dengan perolehan nilai siswa rata-rata sebesar 49 dengan frekuensi ketuntasan sebanyak 8 siswa, sedangkan pada siklus II nilai siswa rata-rata sebesar 69 dengan frekuensi ketuntasan sebanyak 10 siswa, maka hasil yang di diperoleh meningkat sebesar 20 dan frekuensi ketuntasan bertambah 2 siswa.

Deskripsi hasil tindakan

Penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan melalui dua siklus ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada peningkatan keterampilan passing bawah bola voli melalui permainan lempar tangkap bola pada siswa kelas VIII A SMPN 42 Surabaya. Hasil penilaian observasi pada siklus II melalui metode penerapan lempar tangkap bola siswa kelas VIII A SMPN 42 Surabaya mengalami peningkatan tetapi belum maksimal. Hal tersebut dikarenakan masih tahap awal penerapan metode lempar tangkap bola pada passing bawah bola voli.

Untuk melihat kondisi peningkatan hasil passing bawah bola voli pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Hasil Observasi siklus 1

Hasil	Frekuensi	Presentase
Tuntas	8	24%
Tidak Tuntas	25	76%



Berdasarkan tabel siklus I di atas dapat dilihat bahwa keterampilan passing bawah bola voli sebelum menerapkan permainan lempar tangkap bola di kelas VIII A yang berjumlah 33 siswa dengan ketuntasan siswa sebesar 24% atau sebanyak 8 siswa. Sedangkan siswa yang belum tuntas sebesar 76% atau sebanyak 25 siswa. Dalam hasil tersebut belum mencapai target peneliti karena indikator keberhasilan dengan rata-rata nilai sebesar 60 maka akan dilanjutkan siklus II.

Tabel 2. Gerak dasar siklus II

Hasil	Frekuensi	Presentase
Tuntas	10	30%
Tidak Tuntas	23	70%

Berdasarkan tabel siklus II diatas dapat dilihat bahwa ketuntasan siswa kelas VIII A dalam keterampilan passing bawah bola voli sesudah menerapkan permainan lempar tangkap bola adalah sebesar 30% atau sebanyak 10 siswa. Untuk mengetahui lebih jelas peningkatan keterampilan passing bawah bola voli pada siklus I dan siklus II dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel 1. Rekapitulasi kondisi peningkatan passing bawah siswa siklus I dan siklus II.

No	Nama	Siklus I	Siklus II	Keterangan
1	Achmad Hafidz Albuchori	55	85	Meningkat
2	Agred Naufal Kasyifurrahman	75	95	Meningkat
3	Aisyah Imania	50	65	Meningkat
4	Al Caesar Hermawan Isabila	55	75	Meningkat
5	Aldiano Okhan Muriyanto	55	65	Meningkat
6	Alvira Dwi Oktaviona	50	65	Meningkat
7	Amilia Mufida	50	70	Meningkat
8	Andhara Syakinah Jelita	60	70	Meningkat
9	Andhika Ferdianto	50	70	Meningkat
10	Aprilia Ulfatunabila	25	60	Meningkat
11	Avinza Nur Fadillah	50	65	Meningkat
12	Axell Ramadhan	45	55	Meningkat
13	Azzam El Fiky	75	80	Meningkat
14	Cheris Davia Zahra	25	60	Meningkat
15	Dimas Raditya Putra	40	55	Meningkat
16	Jennyfer Putri Ayu	25	50	Meningkat
17	Laila Ambarwati	25	60	Meningkat
18	M. Chobir Alaika Nasrullah	75	80	Meningkat
19	Meisyah Anaya Rizkya	35	55	Meningkat
20	Meisyah Aulia Arfira	25	60	Meningkat
21	Moch. Rizki	30	70	Meningkat
22	Mohamad Vivaldo	75	85	Meningkat
23	Mohammad Rio Daffa Ramandika	75	90	Meningkat
24	Moh. Rizqon Anwar	75	80	Meningkat
25	Muhamad ilham Syahputra	50	60	Meningkat



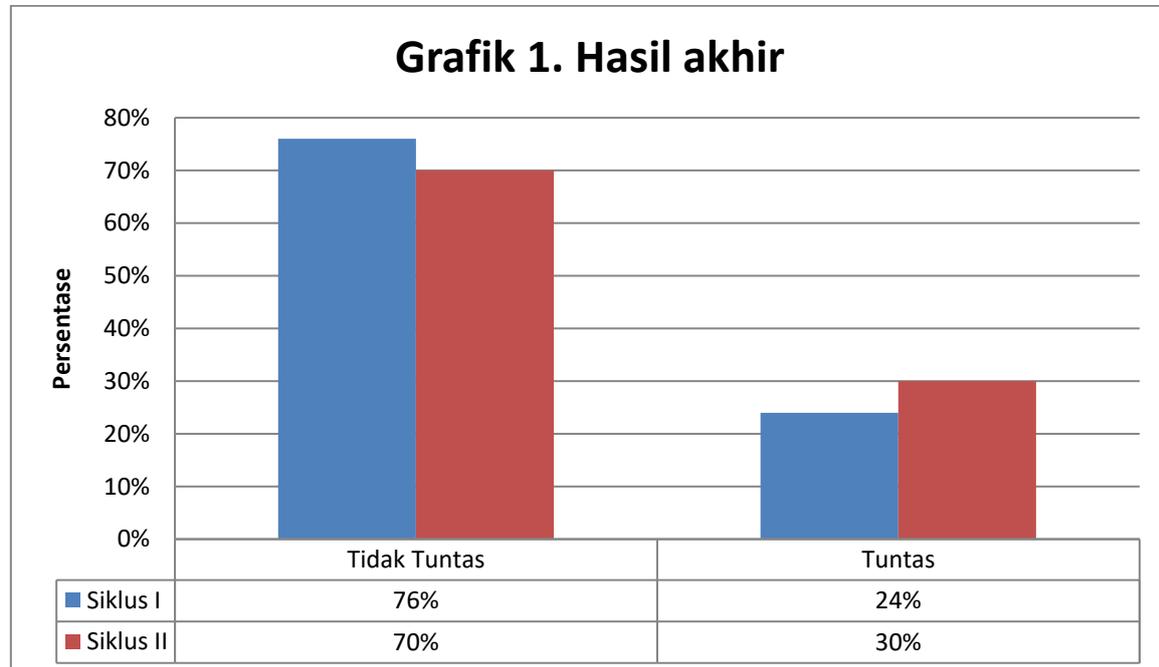
26	Muhammad Fajar Putra Herfian	50	65	Meningkat
27	Nasya Aulia	40	65	Meningkat
28	Nazriel Silvanno Pratama	75	85	Meningkat
29	Rehan Novaldy Suprpto	35	70	Meningkat
30	Safira Alisya Rachmawati	35	60	Meningkat
31	Sesilia Kharisma Putri	25	50	Meningkat
32	Zahwa Nylul Hikmah Nur	95	95	Meningkat
33	Zaskia Riska Renata	25	50	Meningkat
	Jumlah	1630	2265	
	Rata-rata	49	69	

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat adanya peningkatan kemampuan passing bawah bola voli melalui penerapan metode permainan lempar tangkap bola. Lebih jelasnya bisa dilihat dari tabel berikut :

Tabel 4. Rata-rata presentase dan nilai siswa

Keterangan	Siklus I	Siklus II
Rata-rata Nilai	49	69
Presentase Kriteria Tuntas	24%	30%

Untuk lebih jelas tentang hasil passing bawah bola voli dengan penerapan metode permainan lempar tangkap bola dari data siklus I hingga siklus II dapat dilihat pada gambar diagram berikut ini :



Dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan passing bawah bola voli. Hasil yang dicapai pada siklus II menjadi dasar peneliti dan guru pamong untuk menghentikan penelitian ini hanya pada siklus II karena sudah sesuai dengan hipotesis dan sudah mencapai indikator keberhasilan yang sudah ditentukan.



Pembahasan

Penilaian dari hasil observasi pada siklus II penerapan metode permainan lempar tangkap bola untuk meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas VIII A SMPN 42 Surabaya sudah mengalami peningkatan yang baik. Penerapan metode permainan lempar tangkap bola mampu merubah ke arah yang lebih baik dan berkembang khususnya dalam gerak dasar passing bawah bola voli. Hal ini dikarenakan guru berhasil membuat siswa lebih berpartisipasi dan semangat karena metode ini berbentuk permainan. Sehingga siswa lebih tertantang untuk semangat belajar. Dibandingkan dengan siklus I siklus II ini guru bersikap lebih komunikatif dan responsif terhadap peserta didik dalam permainan dan pembelajaran tersebut. Hal ini menunjukkan metode permainan lempar tangkap bola membawa peningkatan pada hasil passing bawah bola voli dengan demikian hal tersebut merupakan solusi yang efektif dan baik dalam pembelajaran bola voli tersebut. Penggunaan alat bantu dalam pembelajaran gerak dasar passing bawah mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam gerak dasar passing bawah (Septi Sistiasih & Reza Pradana, 2022). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu pada penelitian ini fokus pada gerak dasar passing bawah dengan metode permainan lempar tagkap bola sedangkan penelitian terdahulu fokus pada gerak dasar passing atas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada siklus I dan siklus II, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan penerapan metode permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli, dan juga meningkatkan kemampuan gerak koordinasi, kelincahan, kekompakan, kerjasama tim. Pembelajaran materi bola voli dengan penerapan metode permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII A SMPN 42 Surabaya tahun ajaran 2024-2025.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan selama dua siklus ini terdapat beberapa kesimpulan :

1. Pada siklus I sebelum diterapkannya metode permainan lempar tangkap bola hasil keterampilan passing bawah siswa dari 33 siswa terdapat 8 siswa yang mencapai ketuntasan(T) dan 25 siswa tidak tuntas (TT) dengan rata-rata nilai siswa sebesar 49 dengan persentase ketuntasan 24%.
2. Terdapat peningkatan keterampilan passing bawah bola voli pada siklus II dibuktikan dengan jumlah ketuntasan dari 33 siswa sebanyak 10 siswa mencapai ketuntasan(T) dengan rata-rata nilai meningkat sebesar 69 dengan persentase ketuntasan(T) 30%.
3. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran passing bawah dengan metode permainan lempar tangkap bola pada siklus I ke siklus II mengalami peningkatan, hal tersebut dapat menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan passing bawah bola voli kelas VIII A SMPN 42 Surabaya setelah dilakukannya tindakan passing bawah dengan metode lempar tangkap bola.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam proses penelitian tindakan kelas ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik, Terima kasih



disampaikan kepada keluarga besar SMPN 42 Surabaya, rekan sejawat, para dosen Prodi PJOK, Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas*. Pt. Bumi Aksara Jl. Sawo Raya No.18.
- Handayani, A. S. (2016). Meningkatkan Kemampuan Service Dalam Permainan Bola Volly Dengan Make A Match Pada Siswa Kelas Vii-H Smp Negeri 1 Wonoasri. *Premiere Educandum : Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 4(02), 170–182. <https://doi.org/10.25273/Pe.V4i02.316>
- Hanief, Y. N., Mashuri, H., & Agiasta Subekti, T. A. (2018). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli Melalui Permainan 3 On 3 Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(76), 161–166.
- Hudah, M., & Rais, A. N. (2020). Implementasi Materi Passing Bola Voli Dengan Media Bola Plastik Dan Bola Voli Asli Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Vii Smp Negeri 17 Kota Tegal. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 100–107.
- Novianti, I., & Arti, E. S. (2020). Pengaruh Permainan Lempar Dan Tangkap Bola Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Tk Kartini Rambipuji Jember. *Jecie (Journal Of Early Childhood And Inclusive Education)*, 3(2), 66–74. <https://doi.org/10.31537/Jecie.V3i2.487>
- Rochim, M. F. (2023). *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Peserta Didik Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill Dengan Bantuan Alat Modifikasi Bola Gantung*. 11, 8–22.
- Septi Sistiasih, V., & Reza Pradana, S. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580. <https://doi.org/10.29408/Porkes.V5i2.7079>
- Sistiasih, V. S., Digdaya N, S., Dewi, P. A., & Rumpoko, S. S. (2022). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Mahasiswa Pendidikan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 22(2), 1411–8319.
- Sulastri, S. (2018). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Siswa Dalam Melakukan Passing Bawah Dengan Modifikasi Pembelajaran Permainan Bola Voli Dengan Menggunakan Bola Gantung Untuk Meningkatkan Kemampuan Siswa Kelas Iv Sdn 2 Ketandan Kecamatan Klaten Utara Tahun Pelajaran*. 122–127.
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 5(3), 395. <https://doi.org/10.17977/jptpp.V5i3.13303>
- Yane, S., & Pratami, A. (2016). *Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Learning Together*. 5(1), 46–57.