



Penerapan Permainan Kecil (Percil) Bola Beracun Menggunakan Modifikasi Bola Spons Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Passing Bawah Permainan Bola Voli

Implementation of Small Game (Percil) Poison Ball Using Modified Sponge Ball in Improving Learning Outcomes of Underhand Passing Movement in Volleyball Game

Kartika Putri Widya Prawesthi¹, Dony Andrijianto², Sandiko³

^{1,2}Universitas Negeri Surabaya

³SMPN 26 Surabaya

Email: kartikaputri.wp@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 20-09-2024

Revised : 25-09-2024

Accepted : 27-09-2024

Published : 29-09-2024

Abstract

The aim of this research is to improve the learning outcomes of down passing using sponge ball media through a small poison ball game. This research uses a classroom action research method with 2 cycles. Each cycle consists of planning, implementation, observation and reflection. The research subjects used class VII C at SMPN 26 Surabaya as many as 35 students. The results of the research in cycle I showed that 2 students reached the completion level in the very good category, 7 students completed the good category and 16 students completed the sufficient category, so the total students who completed were 25. A total of 10 students did not complete the poor category. . In cycle II, 6 students completed the very good category, 9 students completed the good category, 12 students completed the fair category, so a total of 27 students were declared complete. A total of 8 students did not complete the poor category. The average student score from Cycle I was 74%, while from Cycle II it was 79%, showing an increase of 5%. The students' learning completion results in Cycle I reached 71.4%, while in Cycle II it reached 77.1%, showing an increase of 5.7%. So it can be concluded that the increase in the average score and learning completeness score of students is influenced by the provision of action in the form of implementing a small poison ball game using sponge ball media during the learning process which can improve the learning outcomes of passing under volleyball.

Keywords : Volleyball, bottom passing, little game, modification

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar passing bawah dengan menggunakan media bola spons melalui permainan kecil bola beracun. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas dengan 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Subyek penelitian menggunakan kelas VII C di SMPN 26 Surabaya sebanyak 35 peserta didik. Hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa 2 peserta didik mencapai tingkat tuntas dengan kategori sangat baik, 7 peserta didik tuntas kategori baik dan 16 peserta didik tuntas dengan kategori cukup, sehingga total peserta didik yang tuntas adalah 25. Sebanyak 10 peserta didik tidak tuntas kategori kurang. Pada siklus II sebanyak 6 peserta didik tuntas dengan kategori sangat baik, 9 peserta didik tuntas kategori baik, 12 peserta didik tuntas kategori cukup, maka total sebanyak 27 peserta didik dinyatakan tuntas. Sebanyak 8 peserta didik tidak tuntas kategori kurang. Nilai rata-rata peserta didik dari Siklus I adalah 74%, sementara dari Siklus II adalah 79%, menunjukkan peningkatan sebesar 5%. Hasil ketuntasan belajar peserta didik pada Siklus I mencapai 71,4%, sedangkan pada Siklus II mencapai 77,1%, menunjukkan peningkatan sebesar 5,7%. Maka dapat disimpulkan bahwa terjadinya peningkatan dari nilai rata - rata dan nilai ketuntasan belajar peserta didik



dipengaruhi adanya pemberian tindakan berupa penerapan permainan kecil bola beracun dengan menggunakan media bola spons pada saat proses pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah permainan bola voli.

Kata kunci : bola voli, passing bawah, permainan kecil, modifikasi

PENDAHULUAN

Permainan bola voli termasuk dalam olahraga bola besar yang perlu menguasai beberapa teknik dasar yaitu smash, servis, blok, passing bawah, dan passing atas. Permainan bola voli juga diajarkan dalam pendidikan dasar hingga sekolah menengah atas pada pelajaran pendidikan jasmani. Passing bawah adalah teknik dasar menggunakan kedua tangan yang sering digunakan dalam permainan bola voli, maka pentingnya untuk dipelajari oleh peserta didik mulai awal (Hudah, M., & Rais, A. N., 2020). Passing bawah sering kali digunakan dalam permainan ketika kondisi bertahan menerima servis dan awal dari melakukan serangan dengan memberikan umpan yang baik sehingga mempermudah rekan untuk mengatur serangan. Penguasaan gerak passing bawah dari posisi kaki, posisi kedua tangan, perkenaan bola dan lambungan bola perlu dilakukan berulang kali untuk dapat menguasai teknik tersebut. Pengulangan dalam berlatih saat pembelajaran akan menimbulkan kejenuhan dari peserta didik yang akan menghambat hasil belajar.

Peran pendidik dalam menyusun strategi pembelajaran sesuai kebutuhan peserta didik untuk dapat dipahami dengan mudah (Asnaldi, A. 2020). Selanjutnya Wahyudi, A., N., Purnama, N., E., & Prayoga, A., S. (2021) mengatakan bahwa modifikasi pembelajaran dengan kreativitas pendidik dengan penyampaian semenarik mungkin untuk menarik minat dan memberikan peserta didik kepuasan dalam belajar. Pembelajaran passing bawah yang menjadi kendala saat pembelajaran yaitu peserta didik merasa jenuh dengan pembelajaran yang monoton, penggunaan bola voli asli dirasa berat dan sakit sehingga kedua tangan akan berwarna merah serta minat belajar akan menurun. Suyuti & Hakim (2018) juga menjelaskan bahwa dengan dengan modifikasi alat belajar dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik di berbagai aspek, seperti pengetahuan, sikap, dan keterampilan

Modifikasi pembelajaran yang diterapkan sebisa mungkin untuk membuat peserta didik aktif dalam mengikuti proses belajar sebagai upaya peningkatan hasil belajar (Rubiana, 2017). Tujuan dari penerapan modifikasi dalam pembelajaran yaitu untuk meningkatkan sebuah hasil belajar dan minat peserta didik sehingga mendapatkan pengalaman belajar yang maksimal (Saputra, A., D., Hartati. & Asyik, Z. 2023). Menurut Iskandar, M. I. (2018) mengatakan jika modifikasi dalam proses belajar peserta didik berorientasi pada peningkatan rasa senang dan puas serta aktif dalam kontribusi kegiatan belajar mengajar dengan praktik gerak yang dilakukan secara sesuai. Pentingnya modifikasi media untuk menarik minat peserta didik dalam belajar dengan keunikan dalam kegiatan pembelajaran yang tidak biasa dan akan membuat proses belajar tidak monoton. Menarik kontribusi dan keaktifan peserta didik melalui pendekatan permainan dan pemilihan media belajar yang sesuai.

Permainan kecil tidak memerlukan aturan yang paten sehingga mudah untuk dimodifikasi sesuai kebutuhan seperti aturan main, media, ukuran lapangan dan waktu permainan (Aprian, D. 2016). Setelah memahami kebutuhan peserta didik maka penentuan dari modifikasi permainan kecil disesuaikan dengan materi yang akan diajarkan. Pembelajaran melalui permainan yang kecil dapat menarik keaktifan dan memberikan rasa senang pada peserta didik. Permainan



sederhan adalah permainan yang tercipta dari kegiatan anak kecil, kegiatan masyarakat, begitu juga dengan olahraga tradisional (Wijayanti, V. 2024). Permainan tradisional yang dibuat dengan kebiasaan bermain di masyarakat memiliki keunikan yaitu peraturan yang tidak mengikat, aturan bermain mudah dan tidak seperti pada permainan yang dipertandingan pada kejuaraan (Wardika, I.,N. 2019).

Passing bawah menggunakan kedua tangan untuk memainkan bola dengan satu sentuhan, perkenaan bola pada kedua lengan antara pergelangan dan sikut, dan merupakan teknik dasar untuk menerima bola servis atau smash (Pasaribu, A. M. N. 2016). Teknik dasar passing bawah memiliki gerak dasar seperti posisi kedua tangan, posisi kaki, perkenaan bola dan lambungan bola. Passing bawah sebagai gerak dasar dalam menyusun serangan dan bertahan dalam permainan bola voli. Pentingnya penguasaan gerak passing bawah, maka pembelajaran dilakukan dengan pemilihan media semenarik mungkin karena proses belajar disekolah berbeda dengan latihan yang dilakukan di suatu klub. Pembelajaran di sekolah berfokus pada gerak dasar dan untuk di klub bola voli berorientasi pada hasil passing bawah dan prestasi. Peserta didik dapat diketahui tidak secara menyeluruh dapat menguasai keterampilan passing bawah dan minat yang tidak sama akan pembelajaran passing bawah permainan bola voli.

Modifikasi media dengan menggunakan bola spons akan memberika keunikan tersendiri dalam proses belajar yang akan meningkatkan minat peserta didik. pernyataan tersebut diperkuat oleh (Risno, Safari, I., & Saptani, E. 2024) bahwa menggunakan media bola plastik spons dapat meningkatkan antusiasme, ketertarikan dan semangat peserta didik ketika proses pembelajaran. Menurut Hasnah, Sayuti, A., & Hakim, H. (2018) media Bola yang akan digunakan dalam proses pembelajaran ialah bola modifikasi terbuat dari karet yang lentur, ringan, harganya relatif murah dan mudah didapatkan. Penggunaan modifikasi media akan memberika alternatif solusi dalam meningkatkan minat belajar dan keaktifan peserta didik. Biaya pembuatan media yang murah, modifikasi bola plastik berguna menjadi penunjang sehingga jumlah bola dan peserta didik akan seimbang untuk meningkatkan kontribusi secara menyeluruh (Sodikin, F. A., & Yono, T. 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research) yang dilakukan melalui 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari empat komponen: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menerapkan alternatif solusi dengan menggunakan media bola spons melalui permainan kecilbola beracun atas masalah yang dihadapi peserta didik dari penggunaan bola yang berat dan terasa sakit serta kegiatan belajar yang monoton. Subyek penelitian yang digunakan adalah kelas VII C di SMP Negeri 26 Surabaya sebanyak 35 peserta didik. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 18 – 25 Juli 2024 dengan 2 kali pertemuan saat pelaksanaan Praktik PengalamanLapang (PPL). Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik melalui modifikasi pembelajaran yang bertujuan mengasah keterampilan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli.

Perangkat pembelajaran yang digunakan yaitu modul ajar dan lembar penilaian peserta didik sebagai pedoman dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Pengambilan data mengacu pada lembar penilaian peserta didik, selanjutnya pengolahan data yang di dapatakan di analisis untuk mendapatkan kesimpulan dan hasil penelitian. Permainan kecil tidak memerlukan aturan yang



paten sehingga mudah untuk dipakai dan dimodifikasi sesuai kebutuhan seperti aturan main, media, ukuran lapangan dan waktu permainan (Aprian, D. 2016). Menurut Ikhtiar, M. F., Prakoso, B. B., & Marto (2024) peraturan dari permainan bola beracun sebagai berikut :

1. Membagi peserta didik menjadi 2 kelompok sebagai tim penjaga dan penyerang
2. Tim penjaga berada di tengah lapangan untuk menghindari bola dan tim penyerang diluar atau garis lapangan untuk melempar bola
3. Permainan dimulai dengan tim penyerang melempar bola kearah tim penjaga menggunakan gerak dasar passing bawah dengan memperhatikan posisi kaki, posisi tangan, dan ayunan tangan
4. Tim penjaga yang terkena bola akan bergabung dengan tim penyerang diluar lapangan
5. Permainan berakhir ketika semua tim penjaga terkena lemparan bola dan bergabung menjadi tim penyerang

Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif, yang merupakan metode untuk menafsirkan data sesuai dengan kebenaran informasi yang diperoleh. Menurut Andayani, Y.,

S. (2020) Teknik analisis deskriptif kualitatif merupakan cara yang digunakan untuk dalam menggambarkan kebenaran berdasarkan data yang diperoleh, dengan tujuan untuk mengetahui hasil belajar dan menentukan respons peserta didik terhadap proses kegiatan pembelajaran. Lembar penilaian peserta didik digunakan untuk mengumpulkan data selama proses pembelajaran dengan mengevaluasi beberapa kriteria yaitu posisi kaki, posisi tangan, perkenaan pada bola, dan lambungan bola. Penilaian dilakukan dengan menggunakan skala 1-5 untuk setiap kriteria keterampilan gerak dasar passing bawah. Nilai akhir setiap individu dihitung dengan membagi jumlah nilai yang diperoleh dengan nilai maksimal dan dikalikan 100, sehingga menghasilkan nilai akhir dan mencari nilai rata - rata dalam satu kelas. Tahap selanjutnya yaitu nilai akhir yang dinyatakan tuntas mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 75 dari setiap peserta didik akan diakumulasikan menjadi nilai rata - rata satu kelas dalam setiap siklus. Penelitian ini menggunakan rumus dalam mencari nilai ketuntasan belajar sebagai berikut :

$$\frac{\text{Peserta didik yang tuntas}}{\text{Jumlah peserta didik}} \times 100$$

(Pardianto, A. A. & Saputra, Y. 2020)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari modifikasi media bola spons melalui permainan kecil bola beracun dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan gerak dasar passing bawah dengan subjek penelitian sebanyak 35 peserta didik. media bola spons yang ringan membuat peserta didik lebih mudah dalam melakukan praktik gerak dan tidak terasa sakit. Bola spons yang murah dan terjangkau dapat menjadi sarana yang menyeimbangkan jumlah bola dengan peserta didik sehingga tidak banyak peserta didik yang menganggur. Ketuntasan nilai belajar ketika mencapai nilai 75, berikut hasil ketuntasan belajar siklus I :



Tabel 1.1 Ketuntasan hasil belajar Siklus I

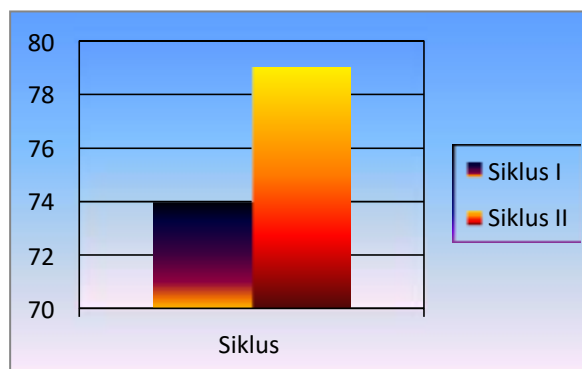
Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak
90-100	Sangat Baik	Tuntas	2
80-89	Baik	Tuntas	7
75-79	Cukup	Tuntas	16
60-74	Kurang	Tidak Tuntas	10
0-59	Sangat Kurang	Tidak Tuntas	0
Jumlah			35

Hasil penelitian dari siklus I, sebagaimana tercantum dalam tabel di atas, menunjukkan bahwa 2 peserta didik mencapai tingkat tuntas dengan kategori sangat baik, 7 peserta didik tuntas kategori baik, dan 16 peserta didik tuntas dengan kategori cukup, sehingga total peserta didik yang tuntas adalah 25. Sebanyak 10 peserta didik tidak tuntas kategori kurang, maka perbaikan pada siklus berikutnya bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik secara menyeluruh.

Tabel 1.2 Ketuntasan hasil belajar Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak
90-100	Sangat Baik	Tuntas	6
80-89	Baik	Tuntas	9
75-79	Cukup	Tuntas	12
60-74	Kurang	Tidak Tuntas	8
0-59	Sangat Kurang	Tidak Tuntas	0
Jumlah			35

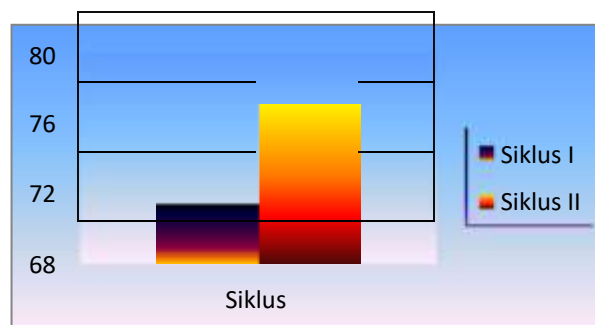
Berdasarkan hasil penelitian dari Siklus II, sebagaimana tertera dalam tabel di atas, terdapat 27 peserta didik yang tuntas. Rinciannya adalah: 6 peserta didik tuntas dengan kategori sangat baik, 9 peserta didik tuntas dengan kategori baik, dan 12 peserta didik tuntas dengan kategori cukup. Jumlah peserta didik yang tidak tuntas adalah 8 dengan kategori kurang. Jika dibandingkan dengan Siklus I, terlihat adanya peningkatan hasil belajar pada kelas VII C.



Gambar 1.1 Prosentase Nilai Rata – Rata



Modifikasi pembelajaran melalui permainan kecil untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar passing bawah pada kelas VII C yang melibatkan 35 peserta didik menunjukkan hasil penelitian setelah tindakan diberikan. Nilai rata-rata peserta didik dari Siklus I adalah 74%, sementara dari Siklus II adalah 79%, menunjukkan peningkatan sebesar 5%.



Gambar 1.2 Ketuntasan Hasil Belajar

Berdasarkan data ketuntasan hasil belajar, diketahui bahwa dari 35 peserta didik, sebanyak 25 tuntas pada Siklus I dan 27 tuntas pada Siklus II. Ketuntasan belajar pada Siklus I mencapai 71,4%, sedangkan pada Siklus II mencapai 77,1%, menunjukkan peningkatan sebesar 5,7%. Data tersebut menunjukkan bahwa modifikasi media bola spons melalui permainan kecil bola beracun dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar passing bawah terlihat efektif. Proses pembelajaran menjadi menyenangkan dengan pendekatan bermain materi ajar passing bawah dan media bola spons yang ringan serta tidak membuat kedua tangan sakit menjadikan peserta didik percaya diri dalam melakukan gerakan.

Penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh dari modifikasi media bola spons melalui permainan kecil bola beracun dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik. Masalah yang dihadapi peserta didik ketika pembelajaran passing bawah biasanya menggunakan bola voli asli yang dirasa berat dan sakit oleh sebagian peserta didik, proses pembelajaran yang monoton membuat jenuh akan pengulangan gerakan passing bawah, tidak semua peserta didik menguasai dan minat dalam pembelajaran passing bawah permainan bola voli. Disamping itu, kendala lainnya adalah bola voli yang cukup mahal membuat sekolah tidak terlalu banyak dalam menyediakan media bola, maka dari itu akan menyebabkan peserta didik kurang aktif dan banyak menganggur menunggu giliran dalam melakukan praktik karena terkendala bola yang tidak seimbang dengan jumlah peserta didik.

Menurut Aprian, D. (2016) menggunakan pendekatan bermain bermanfaat dalam membuat suasana kegiatan pembelajaran menjadi menyenangkan dan menarik. Memanfaatkan media bola spons yang murah dan terjangkau untuk mengatasi ketidak seimbangan antara bola dengan peserta didik sehingga pembelajaran menjadi maksimal. Menggunakan pendekatan bermain sebagai strategi pembelajaran dalam menarik minat dan memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan. Bola spons yang ringan dan tidak membuat tangan sakit sangat sesuai dengan kebutuhan belajar peserta didik.

Kegiatan pembelajaran yang menyenangkan membuat peserta didik menikmati proses belajar dan melupakan rasa lelah yang dirasakan melalui pendekatan bermain. Pendekatan bermain membuat peserta didik merasa senang dan kontribusi menyeluruh sehingga hasil belajar dapat



tercapai dengan maksimal. Penerapan pendekatan bermain sebagai penarik minat peserta didik untuk mengikuti pembelajaran olahraga sehingga dapat meningkatkan hasil belajar dan memahami materi dengan baik (Sarwandi, 2022). Ketuntasan hasil belajar dari 35 peserta didik, sebanyak 25 tuntas pada Siklus I dan 27 tuntas pada Siklus II. Ketuntasan belajar pada Siklus I mencapai 71,4%, sedangkan pada Siklus II mencapai 77,1%, menunjukkan peningkatan sebesar 5,7%. Data tersebut menunjukkan bahwa modifikasi media bola spons melalui permainan kecil bola beracun dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar passing bawah terlihat efektif.

KESIMPULAN

Penggunaan media bola spons dan penerapan permainan kecil bola beracun dapat meningkatkan minat dan keaktifan peserta didik. Pemilihan media pembelajaran perlu disesuaikan dengan karakteristik peserta didik yang berbeda. Menggunakan pendekatan bermain peserta didik dapat pengalaman belajar yang menyenangkan dan tidak mudah lelah. Bola spons yang ringan dan tidak sakit dapat mengatasi kurang percaya diri dari peserta didik untuk melakukan gerakan passing bawah. Media bola spons yang murah dan terjangkau harganya daripada bola voli asli dapat menyeimbangkan antara bola dengan peserta didik sehingga meningkatkan keaktifan dan kontribusi. Dari data penelitian yang diperoleh dari siklus I dan siklus II terjadinya peningkatan ketuntasan belajar serta meningkatnya nilai rata-rata peserta didik dalam satu kelas, maka dari itu dapat disimpulkan penggunaan media bola spons melalui permainan kecil bola beracun sangat sesuai dalam meningkatkan minat dan hasil belajar peserta didik. Pemilihan media pembelajaran juga sangat diperlukan dalam memenuhi kebutuhan peserta didik agar memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprian, D. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bola Basket Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Kecil Pada Siswa Kelas V Di Sdn Ciracas 10 Pagi. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.
- Arikunto, S., dkk, (2015). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta. PT Bumi Aksara
- Asnaldi, A. (2020). Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Menggunakan Alat Bantu. *Journal of Physical and Outdoor Education*. 2(1), 23-35
- Hasnah, Sayuti, A., & Hakim, H. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Pada Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Murid SD Negeri
- Hudah, M., & Rais, A. N. (2020). Implementasi Materi Passing Bola Voli Dengan Media Bola Plastik Dan Bola Voli Asli Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Viii Smp Negeri 17 Kota Tegal. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6 (1), 100-107
- Ikhtiar, M. F., Prakoso, B. B., & Marto (2024). Modification of Basketball Learning Through the Poison Ball Game in an Effort to Improve Learning Results of Basic Chest Pass Movements. *Sport-mu : Jurnal Pendidikan Olahraga*. 5(1), 1-11
- Iskandar, M. I. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Melalui Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 1 Tegal dowo, Gemolong, Sragentahun ajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 17(1), 26-36



- Kumala. *SPORTIVE : Journal of Physical Education, Sport and Recreation*. 2(1), 41-47
- Pardianto, A., A. & Saputra, Y. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Media Kardus Pada Siswa kelas V Sd Negeri Kademangan 1 Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Sport-Mu Pendidikan Olahraga*, 1(1), 10-21.
- Pasaribu, A. M. N. (2016). Pengaruh Gaya Mengajar Dan Motivasi Belajar Passing bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa SMP Kelas VIII Tahun 2013/2014. *Jurnal SPORTIF*. 2(2), 85-97
- Risno, Safari, I., & Saptani, E. (2024). Penerapan Modifikasi Alat Dan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *Gelanggang Olahraga : Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 7(2), 482-493
- Rubiana, I., (2017). Pengaruh Pembelajaran *Shooting (Free Throw)* Dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil *Shooting (Free Throw)* Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 248-257
- Saputra, A., D., Hartati. & Asyik, Z. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Free Throw Melalui Pendekatan Media Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Permainan Bola Basket Penelitian Tindakan Pada Siswa Kelas Vii 6 Smp Negeri 16 Palembang. *Gymnasia: Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, 2(1), 133-142.
- Sarwandi. (2022). Penerapan Permainan Kecil Pada Pembelajaran Bola Basket Siswa Kelas XI Otkp SMKN 2 Tebo. *Dharmas Education Journal*, 3(1), 112-120
- Sodikin, F. A., & Yono, T. (2020). Modifikasi Bola Plastik Sebagai Media Pembelajaran Bola Voli. *SPARTA : Jurnal Ilmu Pendidikan Jasmani Olahraga, Kesehatan, dan Rekreasi*. 2(2), 26-31
- Wahyudi, A. N., Purnama, N. E., & Prayoga, A. S. (2021). Pengaruh modifikasi bola plastik terhadap keterampilan passing bawah bola voli. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 243-252
- Wardika, I., N. (2019). Penerapan Permainan Tradisional untuk mengatasi kejenuhan Belajar PJOK. *Journal Of Educational Action Research*, 3(3), 231-237.
- Wijayanti, V. (2024). Pengembangan Model Pembelajaran PJOK Berbasis Permainan Sederhana Untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lokomotor Dan Kerjasama Peserta Didik Kelas Bawah Sekolah Dasar. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Universitas Negeri Yogyakarta.