

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING  
BAWAH BOLA VOLI MELALUI MEDIA BANTU  
TEMBOK SASARAN PADA SISWA KELAS VIII-E  
SMP NEGERI 3 NGANJUK  
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**Sunarji**

SMP Negeri 3 Nganjuk

e-mail: [sunarjids@gmail.com](mailto:sunarjids@gmail.com)

**Abstrak :**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli melalui media bantu tembok sasaran pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk pada tahun pelajaran 2019-2020. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Teknik pengumpulan data dengan observasi dan penilaian kemampuan passing bawah bola voli. Teknik analisis data yang digunakan adalah secara deskriptif yang didasarkan pada prosentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa model pembelajaran dengan media bantu tembok sasaran sangat baik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar passing bawah bola voli sebelum adanya pembelajaran ini yaitu 10 siswa tuntas belajar (31,25%), pada siklus I meningkat menjadi 17 siswa tuntas belajar (53,13%) dan pada siklus II juga meningkat menjadi 28 siswa tuntas belajar (87,50%).

**Kata Kunci : Peningkatan hasil belajar, passing bawah, alat bantu, tembok sasaran.**

**Pendahuluan**

Dalam perkembangan di dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani dan olahraga, model pembelajaran yang sesuai dengan penyampaian materi ajar sangatlah menentukan pada tingkat keberhasilan proses pembelajaran. Untuk itu guru sebagai pemegang kunci keberhasilan dituntut untuk memperbaiki dan meningkatkan kinerja, memperkaya sumber dan media pembelajaran serta harus mampu untuk mengelola unsur-unsur dan sumber pembelajaran yang ada pada lembaga atau sekolah yang dikelolanya. Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun dalam pelaksanaannya pengajar Pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran Pendidikan jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru, tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik

dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajar pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani.

Sarana dan prasarana yang tersedia di lingkungan sekolah guna mendukung proses Pendidikan jasmani yang bermutu untuk meraih sasaran secara optimal. Media merupakan salah satu bagian yang penting dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Penggunaan media yang tepat dapat memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajaran. Dari hasil penilaian kemampuan atau ketrampilan gerak spesifik passing bawah siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020 lebih banyak yang belum bias melakukan dari pada siswa yang sudah bias melakukan gerak spesifik passing bawah bola voli. Pada pelaksanaan pembelajaran geraks pesifik passing bawah biasanya dilakukan berpasangan dengan berhadap-hadapan. Bagi yang sudah dapat melakukan maka tidak akan berkembang dengan latihan semacam itu karena begitu bola diarahkan kepasangan yang tidak bias maka tidak akan bias mengembalikan lagi dan tidak akan terjadi interaksi. Latihan passing bawah dengan media bantu dinding sasaran akan membiasakan anak bergerak lebih efektif dan lebih efisien karena dapat melakukan latihan tanpa teman. Dan tembok sasaran untuk pelaksanaan latihan sudah tersedia di sekolah.

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang menjadi pokok penelitian adalah sebagai berikut: “Bagaimakankah penggunaan media bantu tembok sasaran dalam pembelajaran Penjasorkes dapat meningkatkan hasil bejar passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2010?” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas penerapan media bantu tembok sasaran untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020.

Menurut Dieter Beutelstahl (2008) bahwa *passing* bawah pemain dalam melakukan *passing* bawah sikap awal kaki dibuka sedikit lebih lebar dari bahu. Lutut ditekuk berat badan bertumpu pada kaki bawah, saat menerima bola pemain

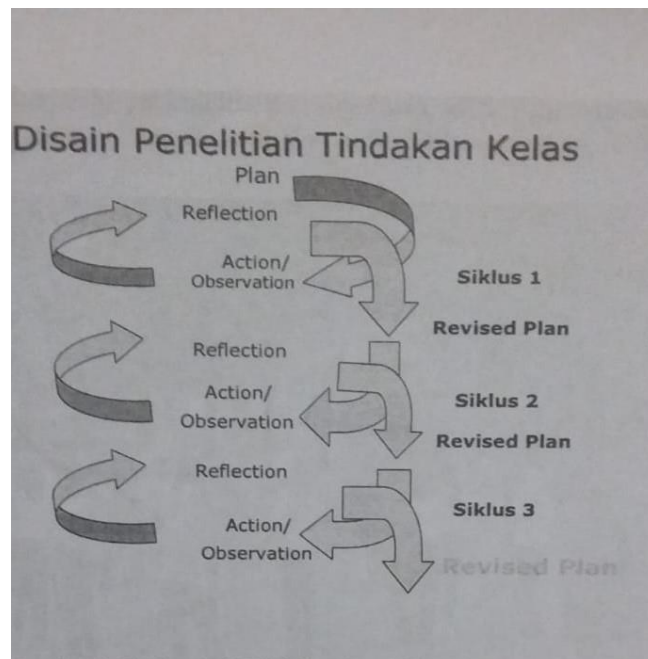
mendekatkan kedua lengan sehingga saling bersebelahan tangan harus lurus saat menerima bola, tahap akhir pemain membiarkan kedua lengannya terus melaju mengikuti ayunan lengan itu sendiri”. Hasil belajar merupakan berbagai kemampuan yang telah dimiliki siswa setelah menerima berbagai bentuk pengalaman belajar. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2003) menyatakan bahwa “Hasil belajar merupakan sesuatu yang diperoleh dari proses belajar dan pembelajaran. Hasil belajar juga dapat diartikan sebagai tingkat perubahan yang lebih baik dibandingkan keadaan sebelum melaksanakan proses belajar mengajar”. Pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologi terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu efektifitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran saat itu. (Arsyad,2005)

### **Metode Penelitian**

Subjek penelitian adalah semua siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk Tahun pelajaran 2019/2020 yang berjumlah 32 siswa yang terdiri dari 14 siswa putra dan 18 siswa putri. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Nganjuk dan waktu penelitian dimulai bulan Agustus 2019 sampai dengan bulan Oktober 2019.

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Agus Kristiyanto (2010) mengungkapkan Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru atau calon guru. Pendidikan Jasmani dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktik-praktik pembelajaran Pendidikan Jasmani tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi untuk setiap siklusnya. Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu metode yang bertujuan melakukan tindakan kearah perbaikan, peningkatan, dan bertujuan melakukan suatu perubahan kearah yang lebih baik dari sebelumnya sebagai upaya pemecahan masalah pembelajaran yang sedang dihadapi di kelas.

Adapun desain PTK dan penjelasan untuk masing-masing tahap dapat di lihat pada gambar di bawah ini:



Gambar: Tahap-Tahap Dalam Penelitian Tindakan Kelas

Prosedur penelitian yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Pada tahap perencanaan (planning), peneliti menyusun perencanaan Penelitian Tindakan Kelas yang terdiri: (1) Melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui Kompetensi Dasar (KD) yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran Penjaskes; (2) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan dalam PTK, yaitu pembelajaran *passing* bawah bola voli. Menyusun instrumen yang digunakan dalam siklus PTK, penilaian *passing* bawah voli; (3) Menyiapkan media/alat bantu yang diperlukan untuk membantu pengajaran; (4) Menyusun alat evaluasi pembelajaran.

Pada tahap pelaksanaan (action), kegiatan yang dilakukan peneliti adalah melaksanakan proses pembelajaran di luar ruangan kelas dengan langkah-langkah kegiatan antara lain: (1) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar *passing* bawah bola voli, melakukan pemanasan; (2) Membentuk kelompok dalam proses pembelajaran; (3) Melakukan latihan teknik dasar *passing* bawah bola voli, yang terdiri dari cara melakukan awalan, pelaksanaan, dan akhir *passing* bawah, cara melakukan rangkaian gerakan *passing* bawah melalui penerapan alat bantu

tembok sasaran yang telah disiapkan, dan sikap yang benar saat melakukan gerakan teknik *passing* bawah; (4) Menarik kesimpulan; (5) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung; dan (6) Melakukan pendinginan.

Pada tahap observasi (*observation*), kegiatan yang dilakukan pada tahap Ini diantaranya adalah: (1) peningkatan keterampilan *passing* bawah; (2) Kemampuan melakukan rangkaian teknik *passing* bawah; dan (3) Melakukan pengamatan atas aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

Pada tahap evaluasi (refleksi), merupakan uraian tentang prosedur analisis Terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak perbaikan yang di laksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

Tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil peningkatan kemampuan *passing* bawah yang dilakukan siswa. Cara tes dan pengukuran dilaksanakan di lapangan bola voli untuk memperoleh data langsung atau data primer. Tes tersebut digunakan untuk mengumpulkan data tes keterampilan *passing* bawah dengan latihan di tembok sasaran.

Satuan pendidikan dapat memilih satu KKM untuk semua mata pelajaran. Setelah KKM setiap mata pelajaran ditentukan, KKM satuan pendidikan dapat ditetapkan dengan memilih KKM yang terendah, rata-rata, atau modus dari seluruh KKM mata pelajaran (Kemdikbud, 2017). Acuan penilaian sesuai KKM yang telah ditetapkan oleh satuan Pendidikan SMP Negeri 3 Nganjuk berdasarkan hasil analisis menentukan satu KKM untuk seluruh mata pelajaran (KKM 70) untuk kelas VIII. Interval nilai dan predikat untuk semua mata pelajaran menggunakan tabel yang sama, ditunjukkan pada table di bawah ini.

Tabel 1. Interval Nilai.

<b>Interval</b>	<b>Predikat</b>	<b>Keterangan</b>
<b>91-100</b>	A	SangatBaik
<b>81-90</b>	B	Baik
<b>70-80</b>	C	Cukup
<b>&lt; 70</b>	D	Kurang

Data hasil belajar siswa ditentukan berdasarkan rumus sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$$

Nilai akhir siswa dikatakan tuntas secara individu apabila mendapatkan nilai  $\geq$  KKM (KKM kelas VIII adalah 70).

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100\%$$

Suatu kelas dinyatakan tuntas apabila minimal 85% dari peserta didik di kelas mencapai skor  $\geq$  70 (sesuai KKM)

### **Pembahasan**

Berdasarkan data awal, deskripsi data yang diambil kondisi keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Prosentase Kondisi Awal Hasil Belajar *Passing* Bawah Siswa Kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk Tahun Pelajaran 2019/2020.

<b>Interval</b>	<b>Predikat</b>	<b>Keterangan</b>	<b>Kriteria</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Prosentase</b>
<b>91-100</b>	A	Sangat Baik	Tuntas	0 siswa	0%
<b>81-90</b>	B	Baik	Tuntas	2 siswa	6,25%
<b>70-80</b>	C	Cukup	Tuntas	8 siswa	25,00%
<b>&lt; 70</b>	D	Kurang	Tidak Tuntas	22 siswa	68,75%
<b>Jumlah</b>				32 siswa	100%

Dari table diatas dapat diketahui bahwa dari 32 siswa dapat diperoleh hasil yang termasuk kriteria tuntas adalah 10 siswa (31,25%) dan kriteria tidak tuntas sebanyak 22 siswa (68,75%). Dengan rincian tuntas dengan nilai sangat baik sebanyak 0 siswa (0%), tuntas dengan nilai baik 2 siswa (6,25%), tuntas dengan nilai cukup sebanyak 8 siswa (25,00%) dan tidak tuntas dengan nilai kurang sebanyak 22 siswa (68,75%). Di dapat hasil ketuntasan klasikal adalah 31,25% dan termasuk kriteria belum tuntas karena belum memenuhi batas minimal 85% siswa tuntas.

Setelah mendapat perlakuan dalam siklus I berupa latihan *passing* bawah melalui media bantu tembok sasaran, didapat data yang diambil kondisi

keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Prosentase Kondisi Siklus I Hasil Belajar Passing Bawah Siswa Kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk Tahun Pelajaran 2019/2020.

Interval	Predikat	Keterangan	Kriteria	Jumlah Siswa	Prosentase
91-100	A	Sangat Baik	Tuntas	0 siswa	0%
81-90	B	Baik	Tuntas	13 siswa	40,63%
70-80	C	Cukup	Tuntas	4 siswa	12,50%
< 70	D	Kurang	Tidak Tuntas	15 siswa	46,87%
<b>Jumlah</b>				32 siswa	100%

Dari table diatas dapat diketahui bahwa dari 32 siswa dapat diperoleh hasil yang termasuk kriteria tuntas adalah 17 siswa (53,13%) dan criteria tidak tuntas sebanyak 15 siswa (46,87%). Dengan rincian tuntas dengan nilai sangat baik sebanyak 0 siswa (0%), tuntas dengan nilai baik 13 siswa (40,63%), tuntas dengan nilai cukup sebanyak 4 siswa (12,50%) dan kriteria tidak tuntas dengan nilai kurang sebanyak 15 siswa (46,87%). Di dapat hasil ketuntasan klasikal adalah 53,13% dan termasuk kriteria belum tuntas karena belum memenuhi batas minimal 85% siswa tuntas. Meskipun masih termasuk belum tuntas secara klasikal tetapi ada peningkatan dalam ketuntasan individual.

Di karenakan belum ada ketentuan secara klasikal, maka dilaksanakan siklus II. Setelah mendapat perlakuan dalam siklus II berupalatihan *passing* bawah melalui media bantu tembok sasaran, didapat data yang diambil kondisi keterampilan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Prosentase Kondisi Siklus II Hasil Belajar Passing Bawah Siswa Kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk Tahun Pelajaran 2019/2020.

Interval	Predikat	Keterangan	Kriteria	Jumlah Siswa	Prosentase
91-100	A	Sangat Baik	Tuntas	2 siswa	6,25%
81-90	B	Baik	Tuntas	17 siswa	53,13%
70-80	C	Cukup	Tuntas	9 siswa	28,13%
< 70	D	Kurang	Tidak Tuntas	4 siswa	12,50%
<b>Jumlah</b>				32 siswa	100%

Dari table diatas dapat diketahui bahwa dari 32 siswa dapat diperoleh hasil yang termasuk kriteria tuntas adalah 28 siswa (87,50%) dan kriteria tidak tuntas sebanyak 4 siswa (12,50%). Dengan rincian tuntas dengan nilai sangat baik sebanyak 2 siswa (6,25%), tuntas dengan nilai baik 17siswa (53,13%), tuntas dengan nilai cukup sebanyak 9 siswa (28,13%) dan criteria tidak tuntas dengan nilai kurang sebanyak 4 siswa (12,50%). Di dapat hasil ketuntasan klasikal adalah 87,50% dan termasuk kriteria tuntas karena telah memenuhi batas minimal 85% siswa tuntas. Terdapat peningkatan yang signifikan dari siklus I ke siklus II.

Hasil penilaian hasil belajar *passing* bawah kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk mulai dari kondisi awal, perlakuan pada siklus I dan siklus II adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Penilaian Hasil Belajar pada Kondisi Awal, Siklus I dan Siklus II.

Kriteria	Kondisi Awal		Siklus I		Siklus II	
	Jumlah Siswa	Prosentase	Jumlah Siswa	Prosentase	Jumlah Siswa	Prosentase
<b>Tuntas</b>	10	31,25%	17	53,13%	28	87,50%
<b>Tidak Tuntas</b>	22	68,75%	15	46,87%	4	12,50%

Dari data di atas didapat hasil terdapat peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020 dari kondisi awal ke siklus I sebanyak 7 siswa (21,88%), dari siklus I ke siklus II sebanyak 11 siswa (34,37%), dan dari kondisi awal ke siklus II sebanyak 18 siswa (56,15%).

### Kesimpulan

Dari hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa penerapan media bantu tembok sasaran dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah siswa kelas VIII-E SMP Negeri 3 Nganjuk tahun pelajaran 2019/2020. Dibuktikan dengan hasil penelitian terjadi peningkatan hasil belajar *passing* bawah dari kondisi awal sebelum dilakukan penerapan latihan *passing* bawah menggunakan media bantu tembok sasaran ke siklus II yang telah menerapkan latihan *passing* bawah menggunakan media bantu tembok sasaran sebesar 56,15% dan menjadikan kriteria tuntas secara klasikal karena lebih dari 85% siswa telah tuntas belajar.



**Daftar Pustaka**

- Agus Kristiyanto, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. UPT Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press).
- Arsyad, Azhar. 2005, *Media Pembelajaran, ed. I, cet. 6*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dieter Beutelstahl, (2008). *Belajar Bermain Bola Volley*, Bandung, CV. Pionir Jaya.
- Dimiyati, & Mudjiono (2003). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Kemdikbud 2017. *Panduan Penilaian oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Pertama*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama.