

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*
BOLAVOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN *BOARDBALL*
PADA SISWA KELAS V SDN SAMBONGREJO 01
KECAMATAN GONDANG KABUPATEN BOJONEGORO
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**GAGARIN CAHYONO
RIZKI BURSTIANDO**

**Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Universitas Nusantara PGRI Kediri
E-mail: *gagarincahyono21@gmail.com*, *rizkiburst@unpkediri.co.id***

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pengalaman peneliti, bahwa dalam kegiatan pembelajaran bola voli siswa sering mengalami sakit pada tangan saat melakukan passing bawah dikarenakan media yang digunakan tidak sesuai karakteristik siswa. Akibatnya suasana pembelajaran monoton. Hal tersebut nampak dari motivasi belajar siswa yang rendah, yang pada akhirnya hasil belajarnya pun juga rendah.

Permasalahan penelitian ini adalah (1) Apakah pendekatan bermain boardball dalam pembelajaran passing bawah bola voli dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas V SD Negeri Sambongrejo 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subyek penelitian siswa kelas V SDN Sambongrejo 1. Penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus, menggunakan instrumen berupa RPP, lembar observasi aktivitas siswa, lembar observasi aktivitas guru, kuesioner motivasi belajar dan tes hasil belajar siswa.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) bahwa hasil belajar passing bawah bola voli melalui pendekatan bermain boardball berdampak positif, hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan yaitu 70, melalui tindakan siklus pembelajaran ini mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan : (1) Tujuan model pembelajaran passing bawah bola voli melalui pendekatan bermain boardball dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Oleh sebab itu guru dalam pembelajaran passing bawah bola voli sebaiknya menggunakan media yang sesuai karakteristik siswa. (2) Menerapkan metode serta media pembelajaran yang sesuai materi. (3) Siswa sebaiknya memotivasi diri dalam belajar, agar mencapai hasil yang maksimal.

Kata kunci : hasil belajar, passing bawah, bola voli, *boardball*.

PENDAHULUAN

Seiring majunya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, setiap negara termasuk Indonesia menghadapi tantangan

untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani warga negara yang maju, di mana manusianya dapat dikatakan sudah sangat berkurang dalam gerak jasmaninya,

sehingga tidak jarang menimbulkan gangguan-gangguan dalam metabolisme tubuh, sistem otot, tulang, jantung dengan pembuluh darahnya dan juga syarafnya.

Pendidikan merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan sebagai proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, mempunyai peranan yang sangat penting yaitu memberi kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang di rencanakan secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan individual secara organik, (Depdiknas, 2003). Tujuan belajar Pendidikan Jasmani seperti dikemukakan oleh Bucher dalam Adang Suherman (1994:4) sebagai perkembangan fisik, perkembangan gerak, perkembangan mental dan perkembangan sosial.

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Menpora, 1984).

Siswa Sekolah Dasar merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan. Oleh karena itu, dalam membelajarkan pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Untuk mencapai hal tersebut, maka materi-materi dalam pendidikan jasmani dari sekolah tingkat paling rendah hingga atas

telah diatur dalam kurikulum pendidikan jasmani.

Program pendidikan jasmani di SD, lebih banyak ditekankan pada proses penguasaan keterampilan gerak sebelum dicapai hasil, maksudnya yang lebih diutamakan adalah proses pengembangan keterampilan. Keterampilan gerak dasar itu didukung oleh pola gerak. Yang dimaksud dengan pola gerak adalah serangkaian gerak terkait yang terorganisasi. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan terwujud apabila pembelajarannya dilakukan menggunakan pendekatan yang sesuai dengan kondisi sekolah yang bersangkutan. Akan tetapi yang menjadi masalah adalah keterbatasan prasarana yaitu sekolah tidak mempunyai lapangan atau halaman yang cukup, sarana tidak menggunakan ukuran standar dan tidak sesuai dengan karakteristik siswa, sehingga akan menjadi kendala terhadap keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan itu sendiri.

Permasalahan-permasalahan di atas akan dapat diselesaikan salah satunya dengan cara mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar dengan memodifikasi pembelajaran dengan media yang tidak seperti biasanya yang relevan, sesuai dengan karakteristik siswa, cocok dengan materi yang diajarkan dan sesuai dengan pendekatan yang digunakan.

Upaya untuk menyesuaikan pembelajaran pendidikan jasmani dengan karakteristik, kemampuan, dan perkembangan siswa SD, dapat dilakukan melalui pembelajaran pendidikan jasmani yang dimodifikasi. Modifikasi pendidikan

jasmani dapat dilakukan dengan penekanan pada berbagai aspek seperti materi, alat, ukuran, lapangan, bentuk dan jumlah pemain. Untuk mewujudkan suatu kondisi pembelajaran pendidikan jasmani yang memaksimalkan pengalaman belajar siswa, diperlukan alat-alat pembelajaran dalam jumlah yang memadai, bila sekolah tidak memiliki peralatan, guru pendidikan jasmani bersama siswa dapat membuat peralatan sederhana.

Berkaitan dengan pembelajaran pada usia sekolah dasar permainan bola voli termasuk di dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar, karena merupakan sarana untuk mendidik anak-anak. Nilai-nilai itu antara lain Keberanian, kedisiplinan, tanggung jawab dan kerjasama. Berdasarkan kurikulum permendikbud nomor 67 Tahun 2013 mengenai konsep gerak non lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan gerak tangan hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan bola besar atau permainan tradisional sederhana.

Pembelajaran *passing* bawah Bola voli siswa pada kelas V belum mencapai hasil yang optimal dikarenakan siswa sering mengalami sakit pada tangan saat melakukan *passing* bawah. Media yang tidak sesuai karakteristik siswa menyebabkan minat dan motivasi siswa untuk melakukan kegiatan menjadi kurang. Pemanfaatan media pembelajaran yang dapat dijadikan salah satu sumber belajar yang efektif dan efisien dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan itu sendiri, sehingga dapat meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang lebih

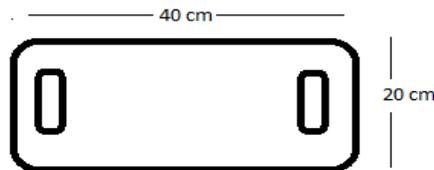
menarik dan *inovatif* serta menumbuhkan minat dan motivasi siswa yang selama ini kurang diperhatikan. Menurut Furqon Hidayatullah (2008:13) pembelajaran yang berkualitas, setidaknya-tidaknya memiliki beberapa indikator, yaitu: Menantang, Menyenangkan, Mendorong eksplorasi, Memberi pengalaman sukses, Mengembangkan kecakapan berfikir. Modifikasi dalam mata pembelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi dan dapat melakukan pola gerak secara benar (Rusli Lutan, 1996).

Pendidik merasa bahwa siswa-siswi kurang tertarik pada permainan Bola voli yang di ajarkan karena terlalu monoton dan membosankan, dengan adanya pendekatan bermain *boardball*, *passing* bawah Bola voli di harapkan dapat meningkatkan hasil belajar dan aktivitas kerjasama siswa. Berdasarkan uraian di atas peneliti akan mengadakan penelitian dengan judul “Upaya meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain *boardball* pada siswa kelas V SD Negeri Sambongrejo 01 Kecamatan Gondang Kabupaten Bojonegoro Tahun Pelajaran 2016/2017”.

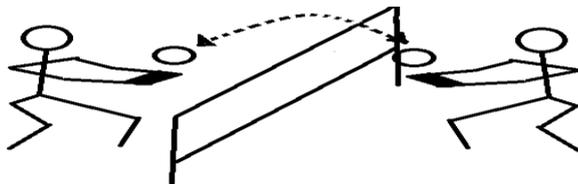
Boardball merupakan bentuk permainan yang dirancang peneliti yaitu permainan menggunakan media papan kayu yang dimodifikasi sebagai alat pemukul bola. Bola yang digunakan yaitu bola karet. Permainan ini dapat dimainkan dengan cara memegang papan menggunakan kedua tangan kemudian memukul atau *passing* bola karet ke atas atau saling

berpasangan melewati net. Pembuatan media ini sangat mudah dan tidak memerlukan banyak biaya. Tujuan pendekatan bermain *boardball* yaitu:

- 1) Meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam melakukan pembelajaran *passing* bawah bola voli.
- 2) Meningkatkan rasa percaya diri siswa untuk melakukan gerakan yang benar.
- 3) Meningkatkan keberanian siswa dalam mencoba teknik gerakan *passing* bawah bola voli yang benar.
- 4) Meningkatkan interaksi siswa.
- 5) Memberikan suasana atau nuansa baru dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli.



Gambar 1 Alat Bantu Pemukul (papan kayu pemukul)



Gambar 2 Siswa melakukan *passing* bawah dengan papan kayu

Siswa melakukan gerak *passing* bawah dengan bantuan alat yang diharapkan dapat mempermudah siswa dalam melakukan *passing* bawah dalam pembelajaran bola voli. Siswa berpasangan dan berkelompok sehingga pembelajaran akan lebih menyenangkan dan berpengaruh pula pada hasil belajar Penjasorkes.

METODE PENELITIAN

Penelitian Tindakan Kelas terdiri dari dua siklus. Penelitian Tindakan Kelas ini ditunjukkan untuk meningkatkan hasil belajar siswa materi pokok *passing* bawah, setiap siklus mencakup empat tahapan yaitu perencanaan (*planning*) tindakan (*action*) pengamatan (*observasi*) dan refleksi (*reflection*)

1. Rancangan Siklus 1

a. Tahap Perencanaan (*planning*)

- 1) Mengidentifikasi masalah, mendiagnosis masalah, dan mengembangkan pemecahan masalah.
- 2) Merancang rencana pembelajaran sesuai indikator pada siklus 1 melakukan *passing* bawah bola voli dengan permainan *boardball*.
- 3) Merancang media peraga berupa papan kayu, bola karet, sebagai permainan *boardball*.
- 4) Menyusun lembar pengamatan proses pembelajaran siswa.

b. Tahap Pelaksanaan (*action*)

Langkah-langkah kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan dari perencanaan yang telah dibuat dengan melaksanakan proses pembelajaran antara lain:

- 1) Menyiapkan rencana pembelajaran
- 2) Menyiapkan media berupa papan kayu yang dimodifikasi bola karet dan sejumlah siswa.

- 3) Menyiapkan lembar pengamatan aktivitas belajar siswa, kemudian memberikan kepada guru mitra (pengamat) untuk mengamati proses pembelajaran.
- 4) Melakukan pengelolaan kelas meliputi :
 - a) Kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran.
 - b) Mengadakan presensi dari semua siswa yang hadir.
 - c) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar passing bawah bola voli melalui pendekatan bermain *boardball*.
 - d) Melakukan pemanasan.
 - e) Melakukan latihan teknik dasar passing bawah bola voli melalui pendekatan bermain *boardball*.
 - f) Penelitian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung.
 - g) Melakukan pendinginan.
 - h) Menarik kesimpulan.
- c. Pengamatan Tindakan (*observing*)

Pengamatan dilakukan untuk mengamati proses pembelajaran dibuat dengan bergradasi 1, 2, 3, dan 4. dengan ketentuan:

 1. - Tidak Baik
 2. - Kurang Baik
 3. - Cukup Baik

4. - Baik

- d. Tahap Evaluasi (*reflection*)

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus berikutnya.

2. Rancangan Siklus II

Pada siklus II perencanaan tindakan dikaitkan dengan hasil yang telah dicapai pada tindakan siklus 1 sebagai upaya perbaikan dari siklus tersebut dengan materi pembelajaran sesuai dengan silabus mata pelajaran pendidikan jasmani. Demikian juga termasuk perwujudan tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan tindakan, dan refleksi juga mengacu pada siklus sebelumnya.

HASIL PENELITIAN

1. Pembahasan Siklus 1

Berdasarkan hasil observasi siklus 1 kemampuan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SDN Sambongrejo 1 didapat hasil sesuai dengan gambar berikut

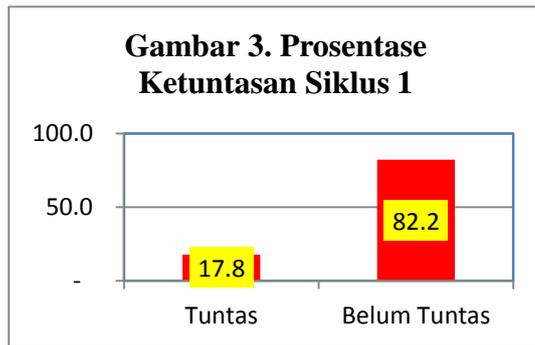
Prosentase Ketuntasan Siswa Pada Siklus I

$$\text{Siswa yang tuntas} = \frac{5}{28} \times 100 \% =$$

17.8 %

$$\text{Siswa yang belum tuntas} = \frac{23}{28} \times 100$$

% = 82,1 %



Dari gambar diatas belum begitu memuaskan karena ketuntasan belajar masih banyak yang belum tuntas, karena banyak faktor :

- a. Seperti siswa yang masih belum begitu menguasai passing bawah bola voli
- b. Ada sebagian yang bisa tapi semangat nya untuk lebih menguasai bola voli belum ada
- c. Siswa memperoleh pelajaran bola voli menggunakan boardball hanya pada saat penelitian penjaskesrek di sekolah
- d. Disaat pelaksanaan pembelajaran siswa saat melakukan passing bawah banyak bola yang mental kemana-mana
- e. Masih banyak siswa siswa yang belum fokus ke pelajaran
- f. Minat siswa masih belum semangat dalam melaksanakan pelajaran
- g. Pelajaran agak sedikit monoton
- h. Sebagian faktor itulah yang membuat ketuntasan hasil belajar siswa melalui hasil penelitian siklus 1 belum begitu banyak. Siklus 1 ketuntasan mencapai 17,5%.

2. Pembahasan Siklus II

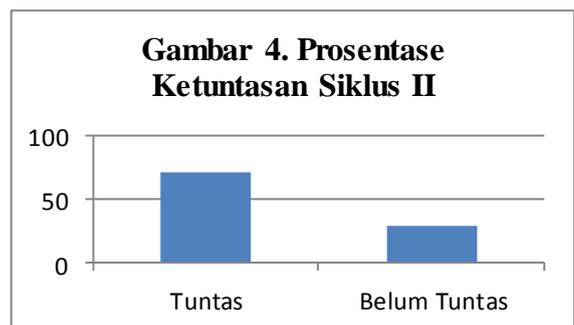
Berdasarkan hasil observasi siklus II kemampuan *passing* bawah bola voli siswa kelas V SDN

Sambongrejo 1 didapat hasil sesuai dengan gambar berikut:

Prosentase Ketuntasan Siswa Pada Siklus II

Siswa yang tuntas = $\frac{20}{28} \times 100 \% = 71,5 \%$

Siswa yang belum tuntas = $\frac{8}{28} \times 100 \% = 28,5 \%$



Pada tahap siklus II ini faktor-faktor yang terjadi di siklus I bisa diselesaikan dengan :

- a. Guru sebaiknya lebih memperbanyak porsi latihan siswa siswi pada passing bawah bola voli dan lebih difokuskan
- b. Guru sebaiknya memberi motivasi yang semaksimal mungkin untuk meningkatkan motivasi siswa agar lebih giat berlatih bola voli supaya siswa benar-benar menguasai passing bawah bola voli,
- c. Guru memberikan Pekerjaan Rumah atau tugas di luar sekolah untuk mempelajari passing bawah bolavoli menganjurkan untuk ikut pelatihan bolavol dan ekstrakurikuler di sekolah.
- d. Disaat pelajaran siswa harus fokus ke bola dan sikap tubuh saat passing bawah dan ada teman di sekitar yang bertugas berjaga jaga saat mengambil

- bola saat mental kemana-mana supaya siswa yang melakukan passing bawah tersebut bisa fokus untuk menguasai passing bawah bola voli,
- e. Guru sebaiknya memberikan motivasi dan unsur permainan di dalam pembelajaran jadi pelajarannya susananya menjadi tidak tegang dan tidak monoton tapi tetap dengan kedisiplinan siswa siswi untuk mengikuti pelajaran dengan tertib,
 - f. Agar pelajaran tidak monoton guru sebaiknya memberikan pendekatan bermain yang berbeda yang siswa siswi belum pernah mendapatkan nya saat pelajaran, supaya suasana saat pelajaran tidak terlalu monoton, contohnya pendekatan bermain boardball dan modifikasi permainan lainnya, yang bertujuan untuk membuat siswa lebih semangat termotivasi dan minat dalam mengikuti pelajaran bolavoli semakin tinggi.

Sedangkan untuk hasil observasi siklus II ada peningkatan di lihat dari ketuntasan hasil belajar mencapai 71,5% hal ini menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan hasil belajar berdasarkan analisis data di tempat saat pelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain *boardball* :

- a. Aktivitas siswa selama proses pembelajaran siswa bersemangat, mengikuti pelajaran dan melakukan *passing* bawah tanpa rasa takut
- b. Siswa mendengarkan penjelasan dari guru dengan sungguh-sungguh
- c. Siswa disiplin saat pelaksanaan pelajaran

- d. Siswa antusias saat pelajaran karena adanya pendekatan bermain menggunakan boardball
- e. Siswa merasa tidak monoton saat pelajaran
- f. Siswa fokus saat pelajaran walau masih ada beberapa yang bercanda
- g. Saat melakukan *passing* bawah bola voli menggunakan boardball siswa senang dan antusias
- h. Siswa merasa tidak monoton karena ada alat boardball saat pelajaran, walau ada sebagian yang belum bisa menguasai
- i. Motivasi menambah saat pelajaran

Dari hasil pengisian angket tanggapan siswa terhadap model pembelajaran melalui pendekatan bermain *boardball* berdasarkan analisis angket siswa menunjukkan 59,29% jawaban siswa sangat setuju dan menyatakan bahwa siswa tertarik dan antusias mengikuti pembelajaran melalui pendekatan bermain *boardball*. Jadi dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan *boardball* dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

KESIMPULAN

Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan bermain *boardball* dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan yaitu 70 mengalami peningkatan yaitu pada siklus 1 ke siklus II sebesar 60,5% yaitu dari 17,5% (siklus 1) menjadi 71,5% (siklus II).

Pembelajaran passing bawah bola voli melalui pendekatan boardball mempunyai dampak positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran tersebut sehingga mereka menjadi suka dan termotivasi untuk belajar. Ini ditunjukkan dengan 59,29 % pada angket motivasi siswa sangat setuju dengan pembelajaran menggunakan media dan pendekatan bermain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan pendekatan bermain dan media papan kayu dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli dapat meningkatkan hasil belajar dan motivasi siswa.

SARAN

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya, agar proses belajar mengajar lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut :

1. Dalam pembelajaran penjasorkes khususnya *passing* bawah bola voli, sebaiknya guru menggunakan media yang sesuai karakteristik dan menarik bagi siswa, siswa menjadi aktif, merasa senang, dan bersemangat dalam belajar. Salah satu media yang dapat diimplementasikan yaitu papan kayu dan bola karet.
2. Guru diharapkan dapat dan menerapkan metode serta media pembelajaran yang sesuai dengan materi pelajaran, sehingga keefektifan kegiatan belajar mengajar dapat tercapai dan suasana pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.

3. Siswa sebaiknya memotivasi diri dalam belajar, khususnya dari faktor intrinsik agar mencapai hasil yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman 1994: 4. *Tujuan belajar pendidikan jasmani* (Online), tersedia <http://research.tujuanbelajarpendidikanjasmani.com>. Di unduh 5 januari 2016.
- Depdiknas, 2003. *Tujuan Pendidikan jasmani*, (Online), tersedia: <http://www.google.co.id> Tujuan pendidikan jasmani. Diunduh 10 januari 2016.
- Furqon Hidayatullah. 2008. *Media Dan Alat Pembelajaran Penjas*. (online). [http://file.upi.edu/.../\(PP\)_MEDIA_DAN_ALAT_PEMBELAJARAN_PENJ.com](http://file.upi.edu/.../(PP)_MEDIA_DAN_ALAT_PEMBELAJARAN_PENJ.com) Diunduh 7 januari 2016.
- Kurikulum Permendikbud. 2013. *Konsep gerak nonlokomotor*. (Online) <http://search.google.com/fileview?file=1BjvU...> di unduh 5 januari 2016.
- Menpora. 1984. *Pola Dasar Pembangunan Olahraga*. (Online) tersedia: <http://www.goggle.co.id> pola dasar pembangunan olahraga. Diunduh 10 januari 2016.
- Rusli Lutan. (1996). *Hakikat dan Karakteristik Penjaskes, Depdikbud*. Dikutp dari Buku *Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. (Online). Tersedia 2008.http://File.upi.edu/.../Pembelajaran_Pendidikan_

Jasmani_di_Sekola
Dasar.comdiunduh 5 juli
2016