



Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode *Self Check* Dan *Audio Visual* Pada Murid Sdn 13 Arfai Manokwari

Syamsul Darmawan¹. Muhammad Rusli².

Keywords: Self Check and Visual Audio Method, Volleyball Game, Under-passing Learning Outcomes.

Corenspondensi Author

¹ STKIP Muhammadiyah Manokwari,

Email:

Syamsul051@gmail.com

² STKIP Muhammadiyah Manokwari,

Email:

kotakupabar@gmail.com

Article History

Received: 10-07-2019;

Reviewed: 22-07-2019;

Accepted: 03-08-2019;

Published: 29-09-2019;

Abstract. *Efforts to Increase Outcomes of Learning Outcomes in Volleyball Games Through Self-Checking and Audio-Visual Methods for Students at SDN 13 Arfai Manokwari Regency. This study aims to find out: 1) To study the application of Self Check teaching methods and Audio Visual media, 2) To find out the results of applying the Self Check and Audio Visual teaching methods to fifth grade students of SDN 15 Arfai. This study uses a class action research method which was conducted in two cycles. The research instrument uses tests, observations and observations, data obtained according to the research subjects of students as many as 34 people. Based on the research results obtained from the research that passed below at the volleyball game using the Self-Examination method and the right Audio Visual Media planning, implementation in accordance with research and research procedures, resulting in increased student learning activities and outcomes. Based on the results of the study showed that the technique that passed the fifth grade students at SDN 13 Arfai in cycle 1 was 58.82% while in the second cycle it reached 100%. Thus, an indicator of the ability to pass under skills by 41.18%. Based on the results of this study it can be concluded that through the Self-Examination method and the Audio Visual media for the ability to pass below in class V students of SDN 15 Arfay provided a significant improvement.*

Abstrak. *Upaya Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Self Check dan Audio Visual pada Murid SDN 13 Arfai Kabupaten Manokwari . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) Untuk mengetahui penerapan metode mengajar Self Check dan media Audio Visual, 2) Untuk mengetahui hasil penerapan metode mengajar Self Check dan Audio Visual pada murid kelas V SDN 15 Arfai. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Instrumen penelitian menggunakan tes, pedoman observasi dan pengamatan, Data diperoleh berdasarkan subyek penelitian siswa sebanyak 34 orang. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran passing bawah pada permainan bola voli menggunakan metode Self Check dan media Audio Visual perencanaan yang tepat, pelaksanaan yang sesuai prosedur penelitian serta pengamatan, dihasilkan aktivitas dan hasil belajar murid meningkat dengan sangat baik. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik passing bawah pada murid kelas V di SDN 13 Arfai pada siklus 1 sebesar 58,82% sedangkan pada siklus kedua tercapai 100%. Dengan demikian, indikator keberhasilan kemampuan keterampilan passing bawah sebesar 41.18%.*

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa melalui metode Self Check dan media Audio Visual untuk kemampuan passing bawah pada murid kelas V SDN 15 Arfay terdapat peningkatan yang signifikan.

PENDAHULUAN

Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh kualitas sumber daya manusia, sedangkan kualitas sumber daya manusia tergantung pada kualitas pendidikannya. Menurut Aqib “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa”.¹

Berdasarkan fungsi pendidikan nasional diatas, maka peran guru menjadi kunci keberhasilan dalam misi pendidikan dan pembelajaran disekolah. serta bertanggung jawab mengarahkan dan menciptakan suasana kondusif yang mendorong murid untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Salah satu mata cabang olahraga dalam mata pelajaran penjas yaitu permainan bola voli yang dimainkan dengan lancar dan baik jika murid memiliki kemampuan teknik dasar yang baik, terkhusus passing bawah. Selain itu, teknik dasar passing bawah merupakan teknik yang paling digunakan oleh pemain saat melakukan umpan, menerima bola pertama, dan bertahan dari serangan lawan.

Tetapi berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan di SDN 13 Arfai Manokwari menunjukkan bahwa masih rendahnya hasil belajar Penjas. hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah dari faktor guru dan murid. Pada proses pembelajaran, guru kurang menerapkan metode pembelajaran yang

bervariasi, sehingga murid sebagian cenderung bosan dalam menerima dan melaksanakan serta menguasai materi pembelajaran. Dalam Kegiatan belajar mengajar (KBM) juga kurangnya sarana dan prasarana yang digunakan untuk menunjang kegiatan pembelajaran, namun hal tersebut bukanlah kendala bagi seorang guru dalam proses pembelajaran, selama guru mampu mengolah dan berkreasi sesuai dengan sarana dan prasaran yang ada.

Salah satu cara yang dapat digunakan dalam mengatasi masalah kesulitan dalam proses pembelajaran adalah dengan metode *Self check*. Yang dapat dikoreksi dengan bantuan media *Audio Visual*. agar murid tidak melakukan koreksi hanya dengan perasaan. Serta murid dapat melihat kembali gerakannya dan kesalahan yang dilakukan, sehingga kesalahan tersebut dapat segera dibenarkan.

Tujuan Penelitian Tindakan adalah peningkatan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid adalah : (1) Untuk mengetahui penerapan metode mengajar *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 ARFAI MANOKWARI. (2) Untuk mengetahui hasil penerapan metode mengajar *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 ARFAI MANOKWARI.

METODE PENELITIAN

Penelitian diawali dengan pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan dua siklus. Satu siklus terdiri dari dua kali latihan pertemuan dengan 2 jam pembelajaran. Tujuan pembelajaran pada pertemuan pertama adalah observasi / penelitian mengenai komponen. Sedangkan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada pertemuan kedua adalah mendiskusikan hasil observasi/penelitian secara kelompok dengan mengikuti siklus seperti digambarkan berikut ini;

1. Perencanaan

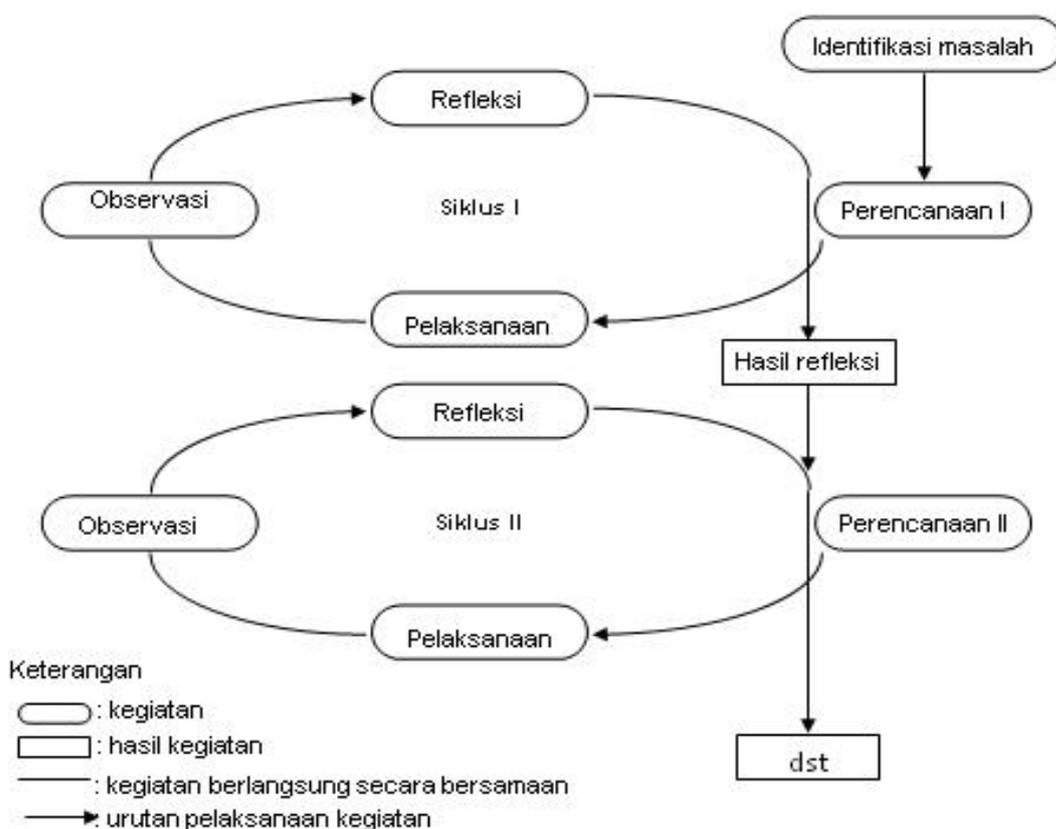
- b. Murid melaksanakan passing bawah secara bergantian dengan pasangannya selama 3 menit sambil
- c. peneliti merekam aktivitas atau gerak

Mempersiapkan RPP termasuk peralatan/perlengkapan serta media pembelajaran. Untuk siklus ke II rancangan dilakukan meliputi pemecahan masalah yang muncul pada siklus I serta tidak mengulangi kesalahan yang sama pada siklus sebelumnya.

2. Tindakan/Pelaksanaan

Menerapkan metode *Self Check* menggunakan media *Audio Visual* rekaman video pada murid yang menjadi objek. Adapun tahapannya adalah:

- a. Membagi murid dalam bentuk berpasangan dengan jumlah dua orang
- Koreksi tersebut dibantu dengan hasil



- murid tersebut.
- d. Pengamat melakukan observasi ketika murid melakukan koreksi atas kesalahan gerak keterampilan yang ia lakukan.

3. Observasi

Peneliti melakukan perbaikan untuk pembelajaran tahap berikutnya. Hasilnya dipakai sebagai bahan perbaikan untuk langkah lebih lanjut dalam upaya mencapai tujuan penelitian analisis ketahap kedua.

- rekaman gerakan murid saat praktik.
- e. Memberikan tes passing bawah tiga puluh detik kepada murid pada setiap akhir pertemuan.

4. Evaluasi/ Resfleksi

Setelah mengobservasi hasil pembelajaran sehingga langkah seperti di atas perlu diulangi disiklus selanjutnya,. Sampai diperoleh langkah yang optimal untuk setiap jenis materi.

Penelitian ini dipilih berdasarkan pada pertimbangan bahwa :

1. Murid tersebut mempelajari olahraga bola voli dalam semester berjalan dan pengetahuan tentang bola voli yang relatif kurang dalam kegiatan pembelajaran
2. Kondisi tingkat kemampuan dan keterampilan kemampuan murid untuk bermain bola voli dengan teknik passing bawah juga menunjukkan tingkatan yang rendah.

Adapun unit analisis adalah murid kelas V semester I SDN 13 ARFAI MANOKWARI dengan jumlah murid sebanyak orang.

Instrumen utama Penelitian ini adalah peneliti itu sendiri, dan guru bidang studi Penjas. Karena data kondisi dari objek penelitian murid adalah guru. Seluruh realitas data dan bagaimana upaya menyikapi dan menganalisisnya. Instrumen penunjang tersebut meliputi:

1. Pedoman observasi
2. Catatan lapangan
3. Dokumentasi
4. Foto/rekaman.

Pada penggunaan instrumen penunjang, persentasenya dalam Penelitian ini relatif kecil dibandingkan dengan instrumen utama. Tetapi, penggunaan instrumen penunjang akan lebih mendukung validitas data yang ditampilkan oleh instrumen utama yaitu peneliti. Instrumen penunjang pada dasarnya relatif membantu memberikan kemampuan murid terhadap proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti.

Alat dan perlengkapan yang digunakan, sebagai bagian dari instrumen diantaranya Bola voli – Lapangan – Alat tulis - Stopwatch- kamera-Laptop.- Sempritan.

Untuk mengukur kemampuan passing bawah, maka peneliti menggunakan tes passing bawah, dengan uraian sebagai berikut:

1. Pelaksanaan:
 - a. Testee berdiri sambil memegang bola voli.
 - b. Testee melakukan passing bawah selama detik. Jika bola tidak normal maka bola dapat ditangkap atau ditahan. Selanjutnya dapat diulangi.
 - c. Kesempatan diberikan sebanyak 2 kali untuk dianalisa.
2. Penilaian: Rubrik Penilaian
 - a. Sikap Permulaan
 - 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

b. Gerakan Awal

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan

dengan baik

c. Gerakan Lanjutan

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Teknik analisa data yang penulis gunakan adalah teknik prosentase. dengan tujuan mendeskripsikan apakah peningkatan hasil belajar passing bawah dalam bermain bola voli melalui metode *Self Check* dan *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 ARFAI MANOKWARI bisa efektif atau tidak.

Data yang terkumpul dalam penelitian ini bersifat kualitatif, yaitu :

1. Temuan refleksi awal
2. Dokumen hasil belajar (hasil penilaian proses dan penilaian hasil yang berupa apersepsi murid terhadap materi)
3. Data tersebut kemudian dianalisis dengan teknik prosentase. Teknik prosentase tersebut adalah sebagai berikut :

F

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

N

Keterangan :

P = Prosentase

F = Tingkat keberhasilan murid

N = Jumlah murid

Kegiatan penganalisaan data dan penyimpulan hasil Penelitian ini ditentukan dengan standar prosentase keberhasilan penelitian afektif, kognitif dan psikomotorik yang dinilai dari produk kegiatan yang

menunjukkan peningkatan peran aktif dalam kegiatan pengembangan diri olahraga bola voli pada siklus pertama dan kedua serta pengamatan selama kegiatan pembelajaran sepanjang siklus

berlangsung adalah sekurang-kurangnya mendapatkan nilai 70 dengan persentase pencapaian rata-rata 80%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Tindakan Kegiatan Penelitian

Setelah melalui serangkaian tahapan proses penelitian, didapatkan data yang dapat dianalisis untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 Arfai Manokwari Tahun ajaran 2019/2020.

Pada tujuan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam upaya peningkatan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 Arfai Manokwari Tahun ajaran 2019/2020 ini adalah untuk mendapatkan gambaran yang *real* tentang usaha yang dilakukan oleh guru yang selaku peneliti untuk peningkatan hasil belajar dalam materi passing bawah pada permainan bola voli melalui metode *Self Check* menggunakan media *Audio Visual* secara optimal di kelas V SDN 13 Arfai Manokwari Tahun ajaran 2019/2020. Sedangkan secara khusus, kegiatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) upaya peningkatan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 Arfai Manokwari Tahun ajaran 2019/2020 ini memiliki tujuan sebagai berikut :

- a) Meningkatkan hasil belajar passing bawah murid dalam permainan bola voli.
- b) Meningkatkan kemampuan, keterampilan, dan pengetahuan murid yang mengarah pada peningkatan hasil belajar dalam permainan bola voli pada pendidikan di sekolah dasar.
- c) Meningkatkan profesional guru dalam membimbing dan meningkatkan hasil belajar murid pada permainan bola voli dengan menggunakan metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 Arfai Manokwari.

Secara lebih dalam, tahapan-tahapan pembelajaran dalam tiap-tiap siklus pembelajaran dalam kegiatan penelitian tindakan kelas (PTK) upaya peningkatan hasil

belajar passing bawah dalam permainan bola voli melalui metode *Self Check* dan media *Audio Visual* pada murid kelas V SDN 13 Arfai Manokwari Tahun ajaran 2019/2020, akan diuraikan dalam wacana singkat dibawah ini.

1. Deskripsi Tindakan Siklus Pertama

Pada siklus pertama, pembelajaran pertama, pada tahapan awal guru memberikan tes kondisi awal untuk mengetahui kemampuan murid dalam melakukan passing bawah dengan waktu tiga puluh detik. Setelah mengetahui kondisi awal sangat rendah maka guru langsung mengarahkan murid untuk melihat *Audio Visual* yang berisi materi passing bawah, selesai melihat *Audio Visual* murid kembali melakukan tes passing bawah selama tiga puluh detik. Kemudian terakhir dilanjutkan pada refleksi pada tahapan ini guru hendaknya memberikan motivasi dan dorongan agar murid mampu berperan secara aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tertarik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah dalam permainan bola voli .

Pada pembelajaran kedua, setelah guru mengetahui hasil dari tes pembelajaran pertama belum mencapai target maka guru kembali memperlihatkan video materi passing bawah. Penyampaian materi tersebut dilakukan menggunakan media *Audio Visual* yang didalamnya berisi materi tentang passing bawah, contoh video dan gambar passing bawah sendiri diambil dari video yang diambil di internet (youtube) tentang passing bawah yang disampaikan dan diuraikan dengan rinci, jelas, dan menarik sehingga murid menemukan kemudahan-kemudahan dalam proses kemampuan murid didalamnya. Penyampaian materi bisa juga dengan menggunakan media pendukung kegiatan pembelajaran lainnya, dan contoh gerakan. Selesai melihat video dan penyampaiannya, murid kembali melakukan tes praktek passing bawah dengan pemakaian waktu tiga puluh detik.

Pada pembelajaran ketiga, guru mengambil gambar dan merekam kegiatan murid yang melakukan gerakan passing bawah dengan waktu satu menit untuk memperlihatkan hasil gerakan yang telah dilakukan oleh murid. Berikutnya murid melihat hasil rekaman gerakannya, agar murid mengetahui perbedaan serta kesalahan-kesalahan yang telah dilakukannya. Setelah direkam dan melihat hasil rekamannya guru memberikan pengulangan (*remedial*) dan melakukan tes passing bawah dengan waktu tiga puluh detik. Kemudian terakhir dilanjutkan pada refleksi dengan tahapan ini guru hendaknya memberikan motivasi dan dorongan agar murid mampu berperan secara aktif dalam kegiatan pembelajaran dan tertarik untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah pada permainan bola voli.

Pada pembelajaran keempat, guru melihat hasil dari tes pertama, kedua, dan ketiga masih belum mencapai target, maka guru memberikan remedial tes passing bawah lagi

dengan waktu yang sama yaitu tiga puluh detik. Hasil siklus pertama dapat direfleksikan sebagai berikut:

- a) Sikap badan saat melakukan passing bawah masih kaku atau kurang rileks sehingga badan belum sempurna
- b) Posisi kuda-kuda kaki kurang benar
- c) Sentuhan tangan dengan bola terlalu rendah
- d) Posisi badan kebanyakan kaku
- e) Pandangan kurang mengikuti arah bola dan kurang fokus

Dari siklus pertama pertemuan 1 tingkat keberhasilan murid dalam melakukan passing bawah setelah melihat hasil rekaman passing bawah, melalui Media Audio Visual passing bawah terdapat 3 murid yang tuntas dan 31 murid yang tidak tuntas sehingga persentase keberhasilan siklus I pertemuan 1 hanya mencapai 8,82%. Selanjutnya hasil dari siklus I pertemuan 2 terdapat 19 murid yang tuntas dan 15 murid yang tidak tuntas dan persentase keberhasilan untuk siklus I pertemuan 2 adalah 58,82%

Berikut ini data yang menunjukkan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) yang dideskripsikan pada data analisis proses belajar murid dan data analisis nilai murid dalam tabel-tabel berikut ini.

Tabel 4.1. Skor Penilaian Siklus I Pertemuan 1

No	Jenis kelamin	Nama	Passing Bawah			Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
			Sikap Permulaan	Gerakan Awal	Gerakan Lanjutan			
1	P	Andara Shinta HP	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
2	L	Andi Saputra	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
3	P	Aulia Alkhafi W	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
4	L	Bagusstian Fahmi Z	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
5	L	Casey	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
6	P	Cicilia R	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
7	L	Crosby Iriantrit	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
8	L	Damianus Leon P	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
9	P	Ester Fitri R	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
10	L	Faaiz Harianto	2	2	2	6	50	Tdk Lulus

11	L	Faizal Harianto	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
12	P	Kristin Aurel Hukom	3	3	3	9	75	Lulus
13	P	Lenny Vreesya K	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
14	L	Marvel Marco	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
15	L	Muhmmad Rayhan M	3	3	3	9	75	Lulus
16	L	M. Ardiansyah U	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
17	P	Nazwa Putri	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
18	P	Nikadek Ayu	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
19	P	Okky Ananda	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
20	P	Priska Rode M.N	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
21	P	R.J Annisa	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
22	L	Rahlil I	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
23	P	Reny D Dowansiba	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
24	L	Rianti Datu Fun	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
25	L	Randika Inan	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
26	P	Steven Samuel W	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
27	P	Veronika Vitina	3	3	3	9	75	Lulus
28	L	Theresia G Risty	2	3	3	8	66.6667	Tdk Lulus
29	P	Anggelia G Parera	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
	P	Ningshi Lea Agustina	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
31	L	Hengki Paskalino	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
32	P	Wanda Velen Z	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
33	L	Saiful Amin	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
34	L	Herlangsyah Nada	2	2	2	6	50	Tdk Lulus
Persentase Keberhasilan Murid								8.82%

Rubrik Penilaian

Sikap Permulaan

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Awal

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Lanjutan

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Tabel 4. 2. Skor Penilaian Siklus I Pertemuan 2

No	Jenis kelamin	Nama	Passing Bawah			Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
			Sikap Permulaan	Gerakan Awal	Gerakan Lanjutan			
1	P	Andara Shinta HP	2	2	3	7	58.3333	Tdk Tuntas
2	L	Andi Saputra	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
3	P	Aulia Alkhafi W	3	2	3	8	66.6667	Tdk Tuntas
4	L	Bagusstian Fahmi Z	3	2	4	9	75	Tuntas
5	L	Casey	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
6	P	Cicilia R	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
7	L	Crosby Iriantrit	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
8	L	Damianus Leon P	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
9	P	Ester Fitri R	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
10	L	Faaiz Harianto	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
11	L	Faizal Harianto	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
12	P	Kristin Aurel Hukom	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
13	P	Lenny Vreesya K	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
14	L	Marvel Marco	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
15	L	Muhmmad Rayhan M	3	4	4	11	91.6667	Tuntas
16	L	M. Ardiansyah U	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
17	P	Nazwa Putri	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
18	P	Nikadek Ayu	3	4	2	9	75	Tuntas
19	P	Okky Ananda	4	3	2	9	75	Tuntas
20	P	Priska Rode M.N	2	3	4	9	75	Tuntas
21	P	R.J Annisa	2	3	4	9	75	Tuntas
22	L	Rahlil I	4	3	2	9	75	Tuntas
23	P	Reny D Dowansiba	2	3	4	9	75	Tuntas
24	L	Rianti Datu Fun	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
25	L	Randika Inan	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
26	P	Steven Samuel W	3	3	2	8	66.6667	Tdk Tuntas
27	P	Veronika Vitina	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
28	L	Theresia G Risty	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
29	P	Anggelia G Parera	3	4	2	9	75	Tuntas
	P	Ningshi Lea Agustina	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
31	L	Hengki Paskalino	4	3	4	11	91.6667	Tuntas

32	P	Wanda Velen Z	4	5	4	13	108.333	Tuntas
33	L	Saiful Amin	2	4	5	11	91.6667	Tuntas
34	L	Herlangsyah Nada	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
Persentase Keberhasilan Murid								58.82%

Rubrik Penilaian

Sikap Permulaan

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Awal

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Lanjutan

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

2. Deskripsi Refleksi Siklus Pertama

Sikap tangan pada saat melakukan passing bawah masih kurang rileks dan belum sempurna, kebanyakan sikap tangan murid cenderung kaku dan terbawa oleh ayunan tangan. Sedangkan posisi kaki kurang ditekuk dan jarak bola dengan tangan terlalu jauh, sentuhan tangan dengan bola terlalu tinggi artinya pengambilan bola untuk melakukan passing bawah di atas pusat, idealnya pengambilan bola saat melakukan passing bawah dibawah pusat. Akibat dari pengambilan bola yang terlalu tinggi maka posisi badan akan tegak dan condong kebelakang dan hasil dari gerakan passing bawah kurang maksimal. Pandangan kurang mengikuti pantulan bola dan kurang fokus, untuk melakukan gerakan passing bawah dengan hasil yang lebih maksimal maka pandangan selalu mengikuti arah pantulan bola dan ketinggian bola dari kepala terlalu tinggi maka dari itu hasil pencapaian passing bawah pertiga puluh detik sangat rendah. hal ini terlihat pada saat murid diberikan kesempatan selama satu menit melakukan passing bawah.

Untuk pelaksanaan tes passing bawah, yang diberikan kesempatan kepada murid selama detik, gerakan passing bawah yang diperagakan, memperlihatkan gerakan dan irama pantulan bola yang baik.

3. Deskripsi Tindakan Siklus Kedua

Pada siklus kedua guru memberikan remedial karena pada siklus pertama murid masih belum mencapai target 80% pencapaian siklus pertama passing bawah sebesar 50.00% dari jumlah murid 34 orang. Guru masuk kelas kembali untuk memperlihatkan video passing bawah kepada murid, pada tahapan ini guru betul-betul memberikan motivasi dan dorongan agar murid mampu berperan secara aktif dalam melakukan passing bawah, guru kembali memberi penugasan kepada murid untuk melakukan tes passing bawah dengan waktu tiga puluh detik.

Pada pembelajaran ketiga, guru kembali merekam gerakan passing bawah murid dengan waktu satu menit sebagai koreksi diri. Setelah direkam murid langsung melihat hasil rekaman video passing bawahnya dan membandingkan dengan contoh video passing bawah yang sebenarnya. Pada pembelajaran keempat ini, murid yang tertinggal atau kurang memahami, guru hendaknya memberikan motivasi dan dorongan agar murid mampu berperan secara aktif dalam kegiatan pengembangan diri olahraga permainan bola voli untuk mencapai hasil belajar yang maksimal.

Pada pembelajaran keempat, guru memberikan remedial dengan sasaran murid yang menunjukkan kemampuan dan murid yang

terlihat kurang atau tertinggal dalam proses pengembangan diri pada siklus sebelumnya. Pembelajaran remedial ini akan membantu murid yang tertinggal atau kurang memahami dan menguasai passing bawah dengan baik. Pembelajaran remedial relatif diperlukan sebagai bekal menuju ketahapan pembelajaran keberikutnya yang akan membutuhkan kemampuan murid dalam penugasan passing bawah secara lebih mendalam. Dan pada pembelajaran ini, melihat dari hasil remedial, murid hanya mencapai 58.82% untuk passing bawah. Maka dari itu, guru kembali memperlihatkan media Audio Visual yang sebenarnya. Setelah melihat video passing bawah yang sebenarnya dan membandingkan dengan rekaman video murid guru kembali penugasan remedial untuk mengetahui hasil tes passing bawah. Selanjutnya guru melakukan kegiatan refleksi.

4. Deskripsi Refleksi Siklus Kedua

Dari pencapaian hasil siklus kedua dapat direfleksikan sebagai berikut:

- a. Sikap tangan saat melakukan passing bawah sudah rileks dan benar, artinya dalam melakukan gerakan passing bawah kedua tangan sudah tidak kaku lagi dan ayunan tangan mengikuti gerakan bola.

Berikut ini data yang menunjukkan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) yang dideskripsikan pada data analisis proses belajar murid dan data analisis nilai murid dalam tabel-tabel berikut ini.

Tabel 4.1. Skor Penilaian Siklus II Pertemuan 1

No	Jenis kelamin	Nama	Passing Bawah			Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
			Sikap Permulaan	Gerakan Awal	Gerakan Lanjutan			
1	P	Andara Shinta HP	2	3	3	8	66.6667	Tdk Tuntas
2	L	Andi Saputra	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
3	P	Aulia Alkhafi W	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
4	L	Bagusstian Fahmi Z	4	3	4	11	91.6667	Tuntas
5	L	Casey	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
6	P	Cicilia R	3	3	4	10	83.3333	Tuntas

- b. Posisi kaki sudah ditekuk sedikit, pada saat melakukan passing bawah baik dan benar
- c. Sentuhan tangan dengan bola sudah dibawah pusat, lebih rendah dari sebelumnya.
- d. Posisi badan mengikuti dari hasil sentuhan tangan dengan bola, maka badan otomatis akan lebih condong kedepan sedikit. Gerakan seperti ini lebih memudahkan murid untuk melakukan passing bawah dengan hasil yang maksimal.
- e. Pandangan selalu mengikuti arah pantulan bola dan ketinggian bola dari kepala sudah rendah maka dari itu hasil pencapaian passing bawah sudah mencapai target.

Dari hasil remedial tingkat pencapaian murid siklus kedua pertemuan 1 tingkat keberhasilan murid dalam melakukan passing bawah setelah melihat hasil rekaman passing bawah, melalui Media Audio Visual passing bawah terdapat 33 murid yang tuntas dan 1 murid yang tidak tuntas sehingga persentase keberhasilan siklus II pertemuan 1 telah mencapai 67.65%. Selanjutnya hasil dari siklus II pertemuan 2 semua murid telah lulus sehingga keberhasilan untuk siklus II pertemuan 2 adalah 97.06%, sehingga murid dinyatakan tuntas.

7	L	Crosby Iriantrit	4	4	3	11	91.6667	Tuntas
8	L	Damianus Leon P	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
9	P	Ester Fitri R	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
10	L	Faaiz Harianto	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
11	L	Faizal Harianto	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
12	P	Kristin Aurel Hukom	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
13	P	Lenny Vreesya K	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
14	L	Marvel Marco	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
15	L	Muhmmad Rayhan M	3	4	4	11	91.6667	Tuntas
16	L	M. Ardiansyah U	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
17	P	Nazwa Putri	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
18	P	Nikadek Ayu	3	4	2	9	75	Tuntas
19	P	Okky Ananda	4	3	2	9	75	Tuntas
20	P	Priska Rode M.N	2	3	4	9	75	Tuntas
21	P	R.J Annisa	2	3	4	9	75	Tuntas
22	L	Rahlil I	4	3	2	9	75	Tuntas
23	P	Reny D Dowansiba	2	3	4	9	75	Tuntas
24	L	Rianti Datu Fun	2	3	2	7	58.3333	Tdk Tuntas
25	L	Randika Inan	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
26	P	Steven Samuel W	3	3	2	8	66.6667	Tdk Tuntas
27	P	Veronika Vitina	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
28	L	Theresia G Risty	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
29	P	Anggelia G Parera	3	4	2	9	75	Tuntas
	P	Ningshi Lea Agustina	2	2	2	6	50	Tdk Tuntas
31	L	Hengki Paskalino	4	3	4	11	91.6667	Tuntas
32	P	Wanda Velen Z	4	5	4	13	108.333	Tuntas
33	L	Saiful Amin	2	4	5	11	91.6667	Tuntas
34	L	Herlangsyah Nada	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
Persentase Keberhasilan Murid								67.65%

Rubrik Penilaian

Sikap Permulaan

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Awal

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Lanjutan

4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar

3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik

2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Tabel 4.1. Skor Penilaian Siklus II Pertemuan 2

No	Jenis kelamin	Nama	Passing Bawah			Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
			Sikap Permulaan	Gerakan Awal	Gerakan Lanjutan			
1	P	Andara Shinta HP	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
2	L	Andi Saputra	2	3	4	9	75	Tuntas
3	P	Aulia Alkhafi W	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
4	L	Bagusstian Fahmi Z	4	3	4	11	91.6667	Tuntas
5	L	Casey	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
6	P	Cicilia R	3	3	4	10	83.3333	Tuntas
7	L	Crosby Iriantrit	4	4	3	11	91.6667	Tuntas
8	L	Damianus Leon P	2	3	4	9	75	Tuntas
9	P	Ester Fitri R	2	3	4	9	75	Tuntas
10	L	Faaiz Harianto	2	3	4	9	75	Tuntas
11	L	Faizal Harianto	2	3	4	9	75	Tuntas
12	P	Kristin Aurel Hukom	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
13	P	Lenny Vreesya K	2	3	4	9	75	Tuntas
14	L	Marvel Marco	4	3	3	10	83.3333	Tuntas
15	L	Muhmmad Rayhan M	3	4	4	11	91.6667	Tuntas
16	L	M. Ardiansyah U	4	2	4	10	83.3333	Tuntas
17	P	Nazwa Putri	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
18	P	Nikadek Ayu	3	4	2	9	75	Tuntas
19	P	Okky Ananda	4	3	2	9	75	Tuntas
20	P	Priska Rode M.N	2	3	4	9	75	Tuntas
21	P	R.J Annisa	2	3	4	9	75	Tuntas
22	L	Rahlil I	4	3	2	9	75	Tuntas
23	P	Reny D Dowansiba	2	3	4	9	75	Tuntas
24	L	Rianti Datu Fun	2	3	4	9	75	Tuntas
25	L	Randika Inan	2	4	4	10	83.3333	Tuntas
26	P	Steven Samuel W	3	3	3	9	75	Tuntas
27	P	Veronika Vitina	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
28	L	Theresia G Risty	4	3	3	10	83.3333	Tuntas

29	P	Anggelia G Parera	3	4	2	9	75	Tuntas
	P	Ningshi Lea Agustina	2	3	3	8	66.6667	Tdk Tuntas
31	L	Hengki Paskalino	4	3	4	11	91.6667	Tuntas
32	P	Wanda Velen Z	4	5	4	13	108.333	Tuntas
33	L	Saiful Amin	2	4	5	11	91.6667	Tuntas
34	L	Herlangsyah Nada	3	4	3	10	83.3333	Tuntas
Persentase Keberhasilan Murid								97.06%

Rubrik Penilaian

Sikap Permulaan

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Awal

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Gerakan Lanjutan

- 4 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan baik dan benar
- 3 = Jika murid melakukan gerakan permulaan dengan cukup baik
- 2 = Jika murid melakukan gerakan dengan baik

Berdasarkan hasil tes passing bawah terhadap murid dalam tabel di atas, dapat dilihat bahwa persentase peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah dalam permainan bola voli pada siklus pertama sebesar 8.82% sedangkan pada siklus kedua tercapai 97.06%, dengan demikian indikator keberhasilan yaitu peningkatan kemampuan keterampilan passing bawah sebesar 88,24%.

Penggunaan dua siklus dalam penelitian ini, disebabkan oleh karena batas kemampuan para murid dalam melakukan keterampilan passing bawah pada permainan bola voli, dan mampu dilakukan secara maksimal 97.06%. Apabila dilakukan siklus ketiga, maka hasil dalam pelaksanaan pembelajaran pada siklus ketiga, sama dengan hasil yang dicapai pada siklus kedua. Oleh karena hasil yang dicapai dalam siklus kedua, tidak akan berubah jika dilakukan pembelajaran pada siklus ketiga, sehingga dianggap cukup dengan siklus kedua tersebut.

PEMBAHASAN

Dari hasil tindakan yang telah dilakukan oleh kolaborator menunjukkan

bahwa tingkat kesulitan belajar anak pada permainan bola voli, melalui keterampilan passing bawah, dapat diminimalisir dan bahkan bisa dihilangkan. Namun demikian perlu strategi dan cara yang tepat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, terlihat bahwa metode pengajaran Self Check dan Audio Visual, efektif untuk membantu meningkatkan hasil belajar permainan bola voli berupa peningkatan kemampuan keterampilan passing bawah. Peningkatan dari siklus pertama ke siklus kedua, disebabkan oleh mudahnya murid dalam mengkoreksi gerakan keterampilan permainan bolavoli yang telah ia lakukan. Ini merupakan salah satu pengaruh positif dari penggunaan rekaman sebagai media untuk melakukan koreksi gerakannya. Diduga, dengan melihat kesalahan gerak dari rekaman video, terjadi proses penguatan kesadaran atas gerak keterampilan permainan bola voli dalam melakukan passing bawah, dengan kata lain, persepsi kinestetik gerak keterampilan passing bawah meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa:

1. Penggunaan metode *Self Check* dengan *Audio Visual*, murid dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan permainan bola voli dengan teknik passing bawah
2. Peningkatan hasil belajar setelah penerapan metode mengajar *Self Check* dan *Audio Visual* terjadi peningkatan secara signifikan
3. Respon murid secara umum bersifat positif dengan mengharapkan metode pengajaran seperti ini dapat diterapkan pada pelajaran penjas yang lain.

DAFTAR RUJUKAN

1. Aqib Zainal, 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widya.
2. Rohendi Aep dan Suwandar Etor. 2017. *Metode Latihan dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Bandung : Alfabeta.
3. Irmasari. 2008. *Meningkatkan Kemampuan Service Atas Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Keseluruhan*. Makassar.
4. Arikunto, dkk. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi aksara.