

Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah pada Bolavoli Kelas IV SDN Sumberagung 2 dengan Metode Permainan Raja dan Pasukan

Gagas multigunindra^{1*}, Susilaturochman Hendrawan K²
Universitas Kahuripan Kediri

ABSTRACT: The purpose of this research is to improve the skill of passing down in volleyball in class IV SDN Sumberagung 2 Plosoklaten District, Kediri Regency. This research is a type of classroom action research with a qualitative descriptive approach. This classroom action research consists of 4 stages, namely (1) planning, (2) implementation, (3) observation. and (4) reflection. The subjects in this study were 13 fourth grade students at SDN Sumberagung 2, Plosoklaten District, Kediri Regency. The results showed in two cycles, namely three meetings in cycles 1 and 2. The success rate of students in cycle 1, meetings 1,2, and 3 was 38.6%, 43.3%, 49%, and in cycle 2 as much as 62%, 77%, 80%. In conclusion, using the king and troop game method can improve down passing skills in volleyball learning for fourth grade students at SDN Sumberagung 2.

Keywords: king and troop game method, underpass, volleyball

ABSTRAK: Tujuan penelitian adalah meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada bolavoli di kelas IV SDN Sumberagung 2 Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri. Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian tindakan kelas ini terdiri dari 4 tahap, yaitu (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan. Dan (4) refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah 13 siswa kelas IV SDN Sumberagung 2 Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri. Hasil penelitian menunjukkan dalam dua siklus, yaitu tiga pertemuan siklus 1 dan 2. Tingkat keberhasilan siswa pada siklus 1 pertemuan 1,2,dan 3 yaitu 38,6%, 43,3%, 49%, Dan pada siklus 2 sebanyak 62%, 77%, 80%. Kesimpulannya dengan menggunakan metode permainan raja dan pasukan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada pembelajaran bolavoli siswa kelas IV SDN Sumberagung 2.

Kata Kunci: metode permainan raja dan pasukan, *passing* bawah, bolavoli

Submitted: 10 january; Revised: 20 january; Accepted: 26 january

Corresponding Author: g.mulitigunindra@students.kahuripan.id

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakekatnya suatu aktivitas yang banyak sekali menimbulkan efek yang positif terhadap pergerakan sistem tubuh pada manusia. Dengan melakukan aktivitas jasmani dengan rutin, maka seiring berjalannya waktu, tubuh akan terasa manfaatnya. Pada dasarnya pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, Kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. (Subarjah, 2019: 13). Khususnya pada usia anak SD, pada saat usia anak-anak, tubuh mereka mempunyai batasan untuk melakukan aktivitas jasmani, dari minimal bergerak saat bermain, hingga pembentukan fisik pada usia anak masih dibatasi, karena, pada saat usia tersebut, jika diberikan porsi yang berlebih, maka akan berdampak tidak baik pada sistem pertumbuhan anak tersebut. Selain fisik, pendidikan jasmani juga memberikan efek pada seseorang untuk lebih bisa merasakan sosialisasi pada masyarakat. Contohnya beragam, dari pecinta alam, hingga kompetisi olahraga yang akan menambah wawasan kita dalam memahami.

Lebih masuk lagi ke pembahasan pembelajaran psikomotorik. Pembelajaran psikomotorik dominan terjadi mata pelajaran pendidikan jasmani pada sekolah. Dengan didominasi gerakan, maka sudah identik pelajaran pendidikan jasmani mempunyai peran penting dalam membangun psikomotorik peserta didik. Keterampilan psikomotorik berkaitan dengan keterampilan atau kemampuan peserta didik dalam bergerak atau bertindak. Hasil belajar keterampilan tampak dalam bentuk keterampilan dan kemampuan bertindak individu, hasil belajar keterampilan sebenarnya merupakan kelanjutan dari hasil belajar kognitif (memahami sesuatu) dan hasil belajar afektif (yang baru tampak dalam bentuk kecenderungan - kecenderungan hasil berperilaku). (Dr. Komarudin, M.Pd, 2016: 95-96).

Dengan memanfaatkan media gadget dan laptop untuk mencari referensi-referensi ilmu, olahraga khususnya. Mereka semakin tau, banyak cabang-cabang olahraga yang ada di dunia. Dari yang cabang olahraga populer, sampai dengan cabang olahraga yang jarang terekspos oleh media. Selain melalui media teknologi, banyak juga dari mereka yang tau cabang olahraga lain dari hasil pengamatan keseharian mereka, seperti contoh banyak orang dewasa melakukan kegiatan olahraga, sehingga mereka menjadi tertarik untuk mengamati kegiatan tersebut, dan mulai belajar menirukan olahraga-olahraga yang mereka dapat dari hasil pengamatan mereka.

Sebagai salah satu contoh cabang olahraga yang populer yaitu bolavoli. Bolavoli banyak digemari oleh masyarakat Indonesia, mulai dari anak-anak hingga dewasa, hingga banyak dipertandingkan atau hingga dipertandingkan di desa-desa sampai dengan tingkat dunia. Olahraga tersebut menjadi salah satu

contoh yang dapat anak-anak amati dengan langsung tanpa melalui media teknologi yang ada, karena permainan ini begitu familiar di kalangan masyarakat Indonesia. Anak-anak sekolah dasar pasti juga tak asing dengan olahraga tersebut. Karena bolavoli masuk dalam SK dan KD pembelajaran di sekolah, baik tingkat SD sampai dengan SMA.

Dari yang awalnya hanya tau, anak-anak sekolah dasar pun sebagian besar ada juga yang tertarik mempelajari cabang olahraga tersebut, banyak juga dari mereka belajar dasar dengan masuk di klub, ataupun sebatas ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Mereka yang berpotensi dan memiliki bakat di bolavoli, akan dengan mudah menangkap dan melakukan teknik dasar dengan cepat dan benar. Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu akan dapat dicapai dalam waktu cukup lama. Oleh karena itu, jasmani dan olahraga terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal ini tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung terciptanya pembelajaran yang kondusif

Peran seorang guru yaitu menemukan cara atau resep untuk bisa menambah kemampuan seorang peserta didiknya, sedangkan Guru, sebagai pendidik, juga harus menentukan, metode-metode apa saja yang bisa digunakan untuk bisa menambah kemampuan siswa, dengan memodifikasi dan lebih inovatif lagi, guru dituntut harus seperti ini. Ditambah lagi teknologi di zaman sekarang yang semakin maju, maka dari itu, mendapat informasi tentang sumber belajar dan cara menyampaikannya pun akan semakin bisa diterima dengan baik. Kembali lagi membahas bagian ini, yaitu bidang olahraga bolavoli yang akan kita teliti, khususnya menekankan pada bagian pembelajaran *passing* bawah pada peserta didik dengan menggunakan metode permainan raja dan pasukan. Maka dari itu, sebagai seorang guru, dengan menghadap permasalahan tersebut, sangat dituntut, bagaimana cara menambah kemampuan siswa dalam poin tersebut. Dengan begitu, pada pembahasan kali ini, akan mengacu pada meningkatkan hasil belajar *passing* bawah pada bolavoli dengan menggunakan metode permainan raja dan pasukan. Metode dapat diartikan sebagai cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam bentuk kegiatan nyata dan praktis untuk mencapai tujuan pembelajaran (Asim, dkk, 2017: 7). Bagaimana metode yang akan digunakan, sampai dengan hasil yang dicapai dengan beberapa siklus yang ditarget sesuai tujuan awal.

TINJAUAN PUSTAKA

Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran pada kali ini yaitu sebagai suatu mekanisme yang tersusun secara runtut, dimana adanya suatu hal yang diberitahukan atau diajarkan, dan ada pula yang berperan sebagai penangkap bahan yang diajarkan tersebut untuk suatu saat bisa digunakan sebagai hasil dari pembelajaran. Maka dalam hal ini pembelajaran juga dikenal sebagai

media yang bisa diasumsikan sebagai penyalur informasi agar bisa diterima peserta didik secara tepat, sehingga mereka bisa memahami hal atau materi yang dimaksud. Tujuan pembelajaran juga harus dirumuskan terlebih dahulu sebelum kegiatan pembelajaran, hal itu dikarenakan tujuan adalah sesuatu yang dituju dalam kegiatan pembelajaran. (fathurrohman,2017: 59).

Pengertian Bolavoli

Bolavoli adalah permainan yang masuk dalam kategori bola besar, merupakan salah satu olahraga populer di dunia, yang gerakan dinamis. Dari alasan-alasan tersebut, olahraga permainan bolavoli ini, termasuk sebagai salah satu olahraga yang populer di dunia (Chen F, dan Huan L, 2011. Permainan ini banyak digemari di masyarakat, karena permainannya mudah dilakukan, tidak membutuhkan ruang luas, teknik bermain yang relatif mudah (Cholik T, M,M, Muhyi, Slamet J dalam Sugeng.I 2021). Disamping hal tersebut, karena permainan bola voli ini cukup sederhana, bisa juga sebagai pengisi waktu setelah melakukan aktivitas, kerja maupun sarana menyambung persaudaraan antara sesama, baik di lingkungan masyarakat maupun dunia kerja (Dona, 2014 : 79-102).

METODOLOGI

Penelitian kali ini yang digunakan adalah jenis Penelitian tindakan Kelas (*classroom action research*) dan termasuk dalam penelitian deskriptif kualitatif menurut Sugiyono dalam Susilaturchman (2020). Dari sisi namanya sudah menunjukkan isi yang terkandung di dalamnya. Karena itu arikunto (2018) mengemukakan bahwa ada tiga kata yang membentuk pengertian tersebut, yaitu (1) penelitian, (2) tindakan, dan (3) kelas. Karena itu penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru ditujukan untuk meningkatkan situasi pembelajaran yang menjadi tanggung jawabnya.

Penelitian Tindakan Kelas yang akan digunakan pada penelitian kali ini ditujukan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi pada pembelajaran suatu lembaga sekolah, berkaitan dengan peneliian kali ini, objek yang akan diteliti yaitu meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada siswa kelas IV dengan menggunakan metode permainan raja dan pasukan.

HASIL PENELITIAN

Secara ringkas data pada penerapan permainan raja dan pasukan dalam bentuk bermain untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas IV pada siklus 1 dengan 3 kali pertemuan disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil Siklus 1

Sub variable	Skor gerak siswa					
	P1		P2		P3	
	Hasil	Taraf keberhasilan	Hasil	Taraf keberhasilan	Hasil	Taraf keberhasilan
Sikap Awal	31 %	Kurang baik	38 %	Kurang baik	46 %	Cukup
Sikap Perkenaan	54 %	Cukup	46 %	Cukup	54 %	Cukup
Sikap Akhir	31 %	Kurang baik	46 %	Cukup	46 %	Cukup
Jumlah	116 %		130 %		218 %	
Rata - rata	38,66 %	Tidak baik	43,33 %	Cukup	49 %	Cukup

Keterangan :

- P1 : Pertemuan Pertama
P2 : Pertemuan Kedua
P3 : Pertemuan Ketiga
n : Jumlah Siswa

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas IV pada siklus 1 dengan 3 kali pertemuan mengalami peningkatan bisa dilihat dari masing-masing sub variabel dari tiap pertemuan yaitu: 1) pada sikap awalan 34 % meningkat menjadi 73 % dengan taraf keberhasilan cukup, 2) pada sikap perkenaan 56% meningkat menjadi 70 % dengan taraf keberhasilan cukup, 3) pada sikap akhir 31 % meningkat menjadi 73 % dengan taraf keberhasilan cukup.

Jadi tiap pertemuan mengalami peningkatan yang bisa dilihat dari pertemuan pertama, pertemuan kedua hingga pertemuan ketiga.

Secara ringkas data pada penerapan permainan raja dan pasukan dalam bentuk bermain untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas IV pada siklus 1 dengan 3 kali pertemuan disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Hasil Siklus 2

Sub variable	Skor gerak siswa					
	P1		P2		P3	
	Hasil	Taraf keberhasilan	Hasil	Taraf keberhasilan	Hasil	Taraf keberhasilan
Posisi tangan	62 %	Cukup	77 %	Baik	77 %	Baik
Posisi Kaki	62 %	Cukup	77 %	Baik	85 %	Baik
Arah bola	62 %	Cukup	77 %	Baik	77 %	Baik
Jumlah	186 %		231 %		239 %	
Rata – rata	62 %	Cukup	77 %	Baik	80 %	Baik

Dengan adanya metode permainan seperti ini, siswa telah terbukti mengalami peningkatan keterampilan *passing* bawah sebesar 58,66 %. Karena rasa penasaran dan semangat karena para siswa ini identik dengan permainan baru, maka kemauan untuk belajar dan berusaha akan selalu meningkat pada setiap pertemuan. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka penerapan metode permainan raja dan pasukan pada pembelajaran bolavoli kelas IV, dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas IV SDN Sumberagung 2.

PEMBAHASAN

Pendidikan merupakan kegiatan seseorang atau sekelompok orang atau Lembaga dalam membantu individual tau sekelompok orang untuk mencapai tujuan pendidikan. (Dian Wahyudi, 2012: 24). Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakekatnya suatu aktivitas yang banyak sekali menimbulkan efek yang positif terhadap pergerakan sistem tubuh pada manusia. Dengan melakukan aktivitas jasmani dengan rutin, maka seiring berjalannya waktu, tubuh akan terasa manfaatnya. Khususnya pada usia anak SD, pada saat usia anak-anak, tubuh mereka mempunyai batasan untuk melakukan aktivitas jasmani, dari minimal bergerak saat bermain, hingga pembentukan fisik pada usia anak masih dibatasi, karena, pada saat usia tersebut, jika diberikan porsi yang berlebih, maka akan berdampak tidak baik pada sistem pertumbuhan anak tersebut. Selain fisik, pendidikan jasmani juga memberikan efek pada seseorang untuk lebih bisa merasakan sosialisasi pada masyarakat.

Pada dasarnya pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, Kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Dalam pembelajaran di sekolah dasar, gerak dasar permainan bolavoli adalah termasuk gerakan manipulatif. Keterampilan gerak ini sudah disajikan pada standar kompetensi dan kompetensi dasar pada pembelajaran pendidikan jasmani sekolah dasar. Perlu dipikirkan adalah bagaimana permainan bolavoli dapat disajikan semenarik mungkin bagi anak-anak. Karena pada usia SD masih dalam tahap dunia bermain, maka pendekatan materi juga tidak jauh dari suasana bermain itu sendiri dengan tujuan anak-anak selalu aktif dan selalu terampil dalam melakukan gerakan-gerakan dasar yang ada di permainan bolavoli.

Permainan Raja dan Pasukan. Permainan ini diciptakan dengan tujuan untuk melatih siswa dalam melakukan *passing* bawah bolavoli agar tepat sasaran dan arahnya tidak selalu dari depan. Hal tersebut sependapat dengan Chandra, Sugeng (2021) bahwa Karakteristik permainan ini adalah melakukan *passing* bawah dengan arah yang tidak beraturan dan mengumpan dengan arah yang tidak selalu lurus. Peraturan permainan yaitu, siswa dibagi menjadi 5 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 6 orang. Seorang dari masing-masing kelompok di depan sebagai raja atau pelempar, sedangkan yang lain berdiri berjajar di depan raja sebagai pasukan. Tugas pasukan adalah melakukan *passing* bawah. Jarak antara raja dan pasukan adalah 3 meter. Raja mengumpan bola kepada pasukannya dan pasukannya mengembalikan bola dengan *passing* bawah. Apabila pasukan tidak dapat mengembalikan bola dengan baik maka ia menempati posisi sebagai raja dan apabila raja melakukan kesalahan memberikan bola kepada pasukan, maka raja menempati posisi pasukan yang terakhir dan posisi satu menggantikan sebagai raja. Posisi awal pasukan dihitung dari posisi paling kanan pasukan itu.

KESIMPULAN

Dengan adanya metode permainan seperti ini, siswa telah terbukti mengalami peningkatan keterampilan *passing* bawah sebesar 58,66 %. Karena rasa penasaran dan semangat karena para siswa ini identik dengan permainan baru, maka kemauan untuk belajar dan berusaha akan selalu meningkat pada setiap pertemuan. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka penerapan metode permainan raja dan pasukan pada pembelajaran bolavoli kelas IV, dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas IV SDN Sumberagung 2 Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin Aji Dkk. 2016. *Penjasorkes Untuk SD / MI Kelas IV*. Surakarta. Mediatama.
- Moh. Febri Chandra Putra, Imam Sugeng. *International Journal of Academic Multidisciplinary Research (IJAMR)*. *Improving Volleyball Pass Learning Using the Early Childhood Chain Training Models*. ISSN: 2643-9670 Vol. 5 Issue 9, September - 2021, Pages: 61-63
- Departemen Pendidikan Nasional. 2003. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Dr. Komarudin, M.Pd. 2016. *Penilaian Hasil belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Fathurrohman Muhammad. 2017. *Belajar dan Pembelajaran Modern*. Yogyakarta. Penerbit Garudhawaca
- Fetrianto Farizal. Sulistyorini. 2016. Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing Bawah BolaVoli Menggunakan Metode Bermain Untuk Siswa Kelas VI SD Negeri Polowijen*. 02 Kecamatan Blimbing Kota Malang. *Jurnal Keplatihan Olahraga*. Vol 1 No. 1, 2016.
- Imam Sugeng. Dhedhy Yuliawan 2021. *Jurnal Ilmiah ADIRAGA*. Analisis Gerak Teknik *Jump Service* Pada Atlet Bolavoli Putri Petrokimia Gresik. Vol. 7 No. 1, Maret 2021, pp. 01-10.
- Janah Fatul Nurul. 2017. Upaya Meningkatkan Pembelajaran *Passing Bawah Bolavoli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas V Di SDSeropan Kecamatan Dlingo Kabupaten Bantul Tahun Ajaran 2017/2018*.
- Mardiana Ade dkk. 2011. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta. Universitas Terbuka.
- Muarifin. Moch. Forijati. Widodo Agus. 2005. *Media Pembelajaran*. Kediri. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Oktarina surida. *Pengertian belajar dan pembelajaran*. <http://oktarinaSurida.blogspot.com>. 2012
- Prof. Dr. Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung. Alfabeta.
- Suardi. Moh. 2018. *Belajar dan pembelajaran*. Yogyakarta. CV Budi Utama.
- Subarjah Herman dkk. 2019. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Tangerang Selatan. PT Alpha Aksara karya.

Multigunindra dan hendrawan

Susilatrochman H.K, Garnika Ade Sinto Raya 2020. *Jurnal Kejaora*. Analisis Kapasitas Aerobik Maksimal Mahasiswa Pendidikan Jasmani Dan Rekreasi Pada Masa Pandemi Covid19

Suryanto. Afandi Zaenal. Muchson M. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Kediri. Universitas Nusantara PGRI.

Viera L. Barbara & Ferguson Jill Bonnie. 2004. *Bolavoli*. Cetakan Ketiga. Jakarta. PT RajaGrafindo Persada

Wahyudin Dinn, Dkk. 2010. *Pengantar Pendidikan*. Tangerang Selatan. Universitas Terbuka.

Wardhani IGAK. Wihardit Kusmaya. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Tangerang Selatan. Universitas Terbuka.