

PEMBELAJARAN PASSING BAWAH MENGGUNAKAN METODE BERMAIN PADA PERMAINAN BOLA VOLI SISWA SD KELAS V

Sumbara Hambali

Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Pasundan Cimahi
e-mail: sumbara.hambali@yahoo.co.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah pada permainan bola voli dengan menggunakan metode bermain. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan (*Action Research*). Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Sukasirna Kec. Paseh Kab. Sumedang. Penelitian ini dilakukan dengan enam kali pertemuan terdiri dari dua siklus, setiap siklus 3 kali pertemuan. Siklus pertama yang direalisasikan melalui tindakansesuai rencana dan metode pembelajaran, hasilnya nilai rata-rata siswa dalam pembelajaran *passing* bawah adalah sebesar 71,48 atau 74,07% siswa lulus, dan 25,93% siswa belum lulus. Pada siklus ke dua yang direalisasikan melalui tindakan hasil refleksi dari siklus 1, hasilnya nilai rata-rata siswa dalam pembelajaran *passing* bawah meningkat menjadi 78,52 atau 92,59% siswa lulus dan sisanya 7,41% siswa belum lulus. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* bawah menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas V SDN Sukasirna Kec. Paseh Kab. Sumedang.

Kata Kunci: Metode Bermain, Hasil Belajar, *Passing* Bawah.

Abstract

The purpose of this study is to improve the learning outcomes of passing down the volleyball game using play. This study uses Action Research (Action Research). Subjects in this study were students of class V SDN Sukasirna district. Paseh Kab. Sumedang. Penelitian is done with six sessions consisted of two cycles, each cycle of 3 meetings. The first cycle is realized through tindakansesuai plans and teaching methods, the result is the average value of students in passing down is sebesar 71,48 or 74.07% students passed, and 25.93% of students have not graduated. In the second cycle is realized through action results reflection of cycle 1, the result is the average value of students in passing under increased to 78.52 or 92.59% students passed and the remaining 7.41% of students have not graduated. Based on the results of this study concluded that learning to play passing down method can improve student learning outcomes SDN Sukasirna class district. Paseh Kab. Sumedang

Keywords: *Playing Methods, Results Learning, Passing Down.*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan pelajaran yang sangat penting bagi siswa, karena dapat mengembangkan aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan. Menurut March dan Charles (2007: 31) mengatakan bahwa "*The physical education objectives to be achieved is physical fitness development objective,*

motor skill development objective, cognitive development objective, affective development objective". Artinya pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek psikomotor, kognitif, dan afektif. Pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan aspek fisik saja, tetapi dapat mengembangkan aspek intelektual, emosional dan juga sosial.

Salah satu bentuk kegiatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah permainan bola voli. Jenis permainan ini memang cukup digemari dan populer dikalangan masyarakat, namun bagi sebagian orang terutama bagi kalangan anak-anak sekolah dasar, misalnya seusia kelas V SD, permainan bola voli ini dirasakan cukup sulit dan menakutkan. Hal tersebut dikarenakan pada permainan ini terdapat kegiatan menahan, memukul, dan mendorong bola yang cukup keras dengan menggunakan kedua lengan yang tentunya bagi mereka kegiatan tersebut dapat menimbulkan rasa sakit pada bagian lengannya.

Di samping itu, permainan bola voli juga dirasakan menjadi permainan yang tidak asing lagi bagi siswa kelas V Sekolah Dasar, sehingga terkadang permainan ini walaupun sudah memasyarakat tetap saja terasa membosankan dan menjenuhkan bagi sebagian siswa. Apalagi bagi siswa yang belum terbiasa melakukan permainan ini, sehingga cenderung tidak ada keinginan untuk melakukan aktivitas permainannya. Padahal sudah tercantum dalam kurikulum bahwa permainan bola voli ini termasuk ke dalam kategori permainan bola besar yang wajib diikuti oleh semua siswa pada kelas V Sekolah Dasar.

Menurut Katrin dan Richard (2007: 64) "tindakan yang paling penting dan harus dikuasai dalam permainan bola voli adalah diantaranya : (a) *Receiving*, (b) *Passing*, (c) *Attacking*, (d) *Blocking*, (e) *Back Row Defense*, (f) *Serving*". Maka dari itu, semua pemain bola voli perlu menguasai ke enam teknik tersebut, tidak memandang apakah dia seorang *spiker*, pengumpan, ataupun libero semuanya harus menguasai.

Banyak faktor yang dialami siswa dalam menjalankan proses pembelajarannya, seperti halnya pembelajaran yang monoton dan membosankan, penggunaan alat/media yang kurang sesuai, lama kelamaan akan mempengaruhi

minat dan motivasi siswa dalam melaksanakan belajarnya. Maka dari itu, agar motivasi siswa terus meningkat diperlukanlah sebuah perencanaan, strategi dan inovasi baru dalam proses pembelajarannya.

Pada penelitian ini penulis akan mencoba memberikan materi pembelajaran bola voli khususnya pada teknik dasar *passing* bawah dengan menggunakan metode bermain, yaitu dengan memberikan pengajaran kepada siswa dengan berbagai bentuk permainan yang mengarah kepada gerakan *passing* bawah, sehingga diharapkan anak akan lebih bergerak aktif, memiliki kemauan untuk belajar gerakan baru, lebih berani, dan lebih percaya diri dalam melakukan setiap gerakan yang ada dalam permainan bola voli.

Banyak yang didapat dari aktivitas bermain, yaitu salah satunya adalah dapat mengembangkan aspek fisik, karena siswa akan terus bergerak dengan bebas tanpa adanya paksaan. Namun bermain, selain berfungsi penting bagi perkembangan pribadi, juga memiliki fungsi sosial dan emosional. Melalui bermain, anak merasakan berbagai pengalaman emosi; senang; sedih; bergairah; kecewa; bangga; marah; dan sebagainya. Melalui bermain pula anak memahami kaitan antara dirinya dan lingkungan sosialnya, belajar bergaul dan memahami aturan ataupun tata cara pergaulan. Selain itu, kegiatan bermain berkaitan erat dengan perkembangan kognitif anak. (Tedjasaputra, 2001: 20).

Bentuk-bentuk permainan harus dikemas secara menarik dan menyenangkan, serta membuat peserta didik merasa termotivasi untuk melakukannya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Diana (2012: 91) bahwa “Bermain harus dilakukan dengan rasa senang, sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak”. Sedangkan menurut Pepen dan Nurhidayat (2008: 11) mengatakan bahwa “bermain pada dasarnya adalah proses *experiential learning*, dimana pelakunya mengalami dan merasakan secara langsung”

Penggunaan metode bermain ini dikarenakan penulis sadar betul dengan karakteristik siswa usia Sekolah Dasar yang masih dalam tahap kanak-kanak. Faktor seperti kejiwaan, yaitu keberanian, dan kepercayaan diri untuk melakukan gerakan yang baru dan dianggap sulit menurut dirinya, ini perlu dicarikan

solusinya. Berbagai cara dalam pelaksanaan pembelajaran harus dikemas menjadi situasi permainan yang menyenangkan, serta peraturan permainan yang disederhanakan atau dimodifikasi harus diterapkan, sehingga para siswa akan merasa senang dalam menjalankan proses belajarnya.

Hal ini sesuai dengan ciri-ciri atau karakteristik usia sekolah dasar terutama kelas V adalah sebagai berikut: (1) Senang melakukan aktivitas yang aktif; (2) Meningkatnya perbuatan untuk melakukan olahraga kompetitif; (3) Meningkatnya minat terhadap permainan yang terorganisir; (4) Rasa kebanggaan atas keterampilan yang dikuasainya; (5) Selalu berusaha menarik perhatian orang dewasa; (6) Mempercayai orang dewasa; dan (7) Memperoleh kepuasan yang besar bila mencapai sesuatu, dan kecewa bila mendapatkan kegagalan (Husdarta dan Subroto, 2008: 32).

Oleh karena itu, kiranya diperlukan beberapa aktivitas yang dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, sosial, dan emosionalnya. Misalnya: (1) Melakukan aktivitas keterampilan yang ada tujuannya, seperti bermain dalam situasi berlomba atau bertanding, aktivitas pengujian diri, aktivitas menggunakan alat-alat, pengenalan cabang-cabang olahraga tertentu yang sederhana, berlatih melakukan gerakan yang berulang-ulang untuk menguasai keterampilan tertentu; (2) Melakukan aktivitas beregu, seperti menciptakan permainan atau perlombaan beregu, menari berkelompok membuat formasi tertentu; (3) Melakukan aktivitas mencoba-coba, seperti menyelesaikan tugas dengan kemampuannya sendiri, lomba tari bebas atau tari kreatif; dan (4) Latihan aktivitas fisik dan keberanian, seperti jalan, lari, lompat, lempar, tangkap, sepak, memanjat, berguling, melaksanakan permainan perang-perangan atau kejar-kejaran, dan juga latihan relaksasi.

Dengan berbagai aktivitas yang sesuai dengan karakteristik anak tersebut, diharapkan pertumbuhan dan perkembangannya seperti kecerdasan dan bakatnya akan cepat muncul dalam dirinya, sehingga keberhasilan dalam belajarnya akan cepat tercapai. Karena kecerdasan dan bakat merupakan salah satu faktor penting yang turut menentukan keberhasilan atau kegagalan seseorang dalam mengikuti sesuatu kegiatan belajar atau pengalaman belajar tertentu. (Tangkudung, 2012:22)

Dengan begitu diharapkan hasil belajar siswa akan meningkat dan motivasi siswa dalam proses belajarnya akan semakin bertambah, sehingga tujuan dari penelitian ini yaitu untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah dengan menggunakan metode bermain dapat tercapai sesuai dengan target yang diinginkan.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan (*Action Research*), dengan menggunakan model dari Kemmis dan Mc. Taggart, yang berupa satu siklus atau putaran kegiatan yang meliputi tahap-tahap rancangan pada setiap putarannya, yaitu diantaranya: (1) Perencanaan/*Planning*, (2) Tindakan/*Acting*, (3) Pengamatan/*Observing*, (4) Refleksi/*Reflecting*, dan akan diadakan revisi perencanaan pada siklus ulang jika masih diperlukan. Keempat langkah/tahapan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Siklus PTK

Sumber: Kemmis dan McTaggart,(2014: 19)

Penelitian ini dilakukan di SDN Sukasirna Kec. Paseh Kab. Sumedang dengan subjek penelitiannya adalah semua siswa kelas V. Maka dari itu, yang menjadi sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Sukasirna yang telah melaksanakan pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan metode bermain dan sudah melakukan tes hasil belajar *passing* bawah bola voli.

Peneliti tindakan ini terdiri dari dua siklus, dimana pada setiap siklusnya ditempuh dengan langkah-langkah sebagai berikut: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Setiap satu siklus tindakan terdapat tiga pertemuan tatap muka, dua pertemuan untuk melakukan tindakan, dan satu pertemuan untuk melakukan tes hasil belajarnya. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes hasil belajar *passing* bawah yang menekankan pada penilaian proses gerakan, dimulai dari sikap awal, sikap pada saat perkenaan dengan bola (pada saat eksekusi), dan sikap akhir pada saat bola telah dipukul. Masing-masing aspek tersebut akan menghasilkan skor 1, 2, 3, dan 4.

Teknik pengumpulan data adalah dengan melakukan tes hasil belajar *passing* bawah, tes ini digunakan untuk mendapatkan data kuantitatif berupa nilai yang menggambarkan hasil atau pencapaian siswa dalam melakukan tes tersebut. Observasi, digunakan untuk mengetahui hasil yang didapat siswa dan respon siswa terhadap proses pembelajaran permainan bola voli dengan menggunakan metode bermain. Data tersebut tercatat dan dipaparkan dalam catatan lapangan. Catatan lapangan, digunakan untuk mendeskripsikan kejadian-kejadian yang terjadi selama proses penelitian tindakan berlangsung.

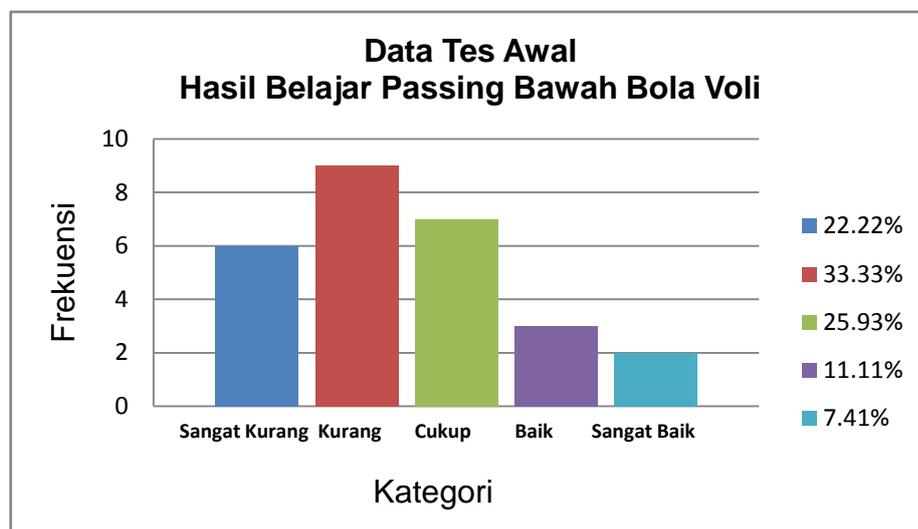
Teknik analisis data yang peneliti gunakan adalah dengan cara mengumpulkan data yang didapat dari sumber penelitian. Setelah data terkumpul, maka selanjutnya data tersebut dianalisis berdasarkan dari hasil observasi yang dilakukan oleh kolaborator. Data tersebut kemudian dituangkan dalam bentuk tabel untuk selanjutnya dideskripsikan dengan membandingkan antara hasil pencapaian yang didapat dengan indikator keberhasilan yang telah ditentukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pra siklus yang telah dilaksanakan diperoleh data awal tentang hasil belajar *passing* bawah pada siswa kelas V SDN Sukasirna Kec. Paseh Kab. Sumedang. Data tersebut dapat dilihat pada tabel dan diagram batang berikut ini:

Tabel 1. Hasil Tes Awal Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli

No	Rentang Skor	Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	3 – 4	50	6	22,22%	Sangat Kurang
2	5 – 6	60	9	33,33%	Kurang
3	7 – 8	70	7	25,93%	Cukup
4	9 – 10	80	3	11,11%	Baik
5	11 – 12	90	2	7,41%	Sangat Baik
Jumlah			27	100%	



Gambar 2. Diagram Batang Data Tes Awal Hasil Belajar *Passing* Bawah

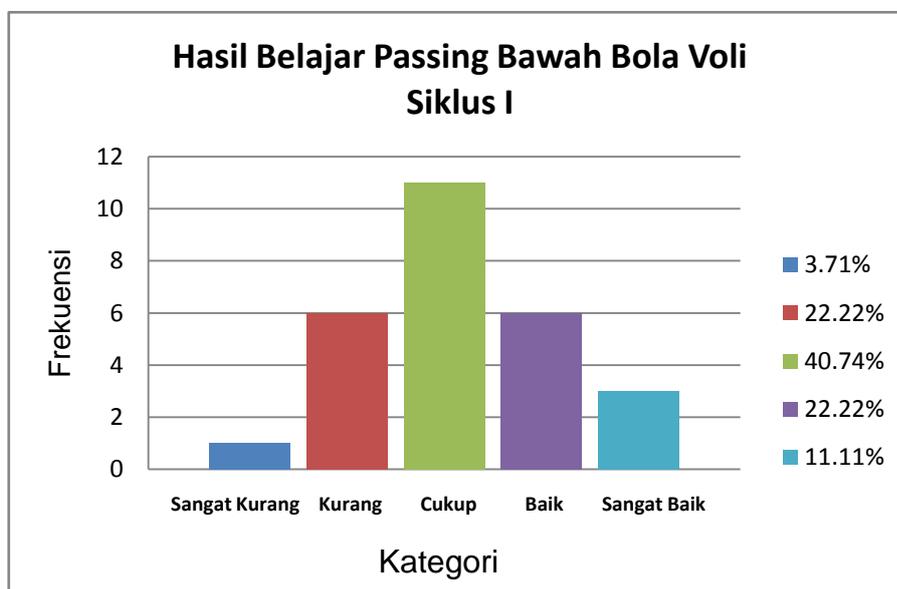
Berdasarkan data tersebut di atas dapat dilihat bahwa sebelum diberikan tindakan mayoritas siswa belum menunjukkan hasil belajar yang cukup baik atau belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Hal tersebut dapat dibuktikan dengan adanya 15 orang siswa yang belum memenuhi target dari KKM atau 55,55% siswa yang belum lulus, dan berdasarkan hasil perhitungan nilai rata-ratanya adalah sebesar 64,81. Maka dari itu peneliti menyusun sebuah tindakan pembelajaran dengan menggunakan metode bermain untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah siswa kelas V di SDN Sukasirna.

Pada Siklus I, pembelajaran *passing* bawah dengan menggunakan metode bermain sudah cukup memberikan semangat kepada siswa dalam melaksanakan proses belajarnya, sehingga siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran.

Hal tersebut dapat diamati melalui hasil tes dan hasil observasi dari para kolaborator. Bagian ini merupakan paparan tentang data hasil tes belajar *passing* bawah siklus I, yang nantinya akan menjadi dasar perencanaan untuk penetapan revisi tindakan yang akan dilakukan pada siklus II. Data hasil tes tersebut dapat dilihat pada tabel dan diagram dibawah ini :

Tabel 2. Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Siklus I

No	Rentang Skor	Nilai	Frekuensi i	Persentase	Kategori
1	3 – 4	50	1	3,71%	Sangat Kurang
2	5 – 6	60	6	22,22%	Kurang
3	7 – 8	70	11	40,74%	Cukup
4	9 – 10	80	6	22,22%	Baik
5	11 – 12	90	3	11,11%	Sangat Baik
Jumlah			27	100%	



Gambar 3. Diagram Batang Data Hasil Belajar *Passing* Bawah Siklus I

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dilihat bahwa setelah diberikannya tindakan pada siklus I, siswa sudah dapat menunjukkan hasil belajar yang cukup baik. Hal tersebut terlihat dengan adanya peningkatan siswa yang sudah lulus atau sudah memenuhi KKM yaitu sebanyak 20 orang atau 74,07% dari jumlah

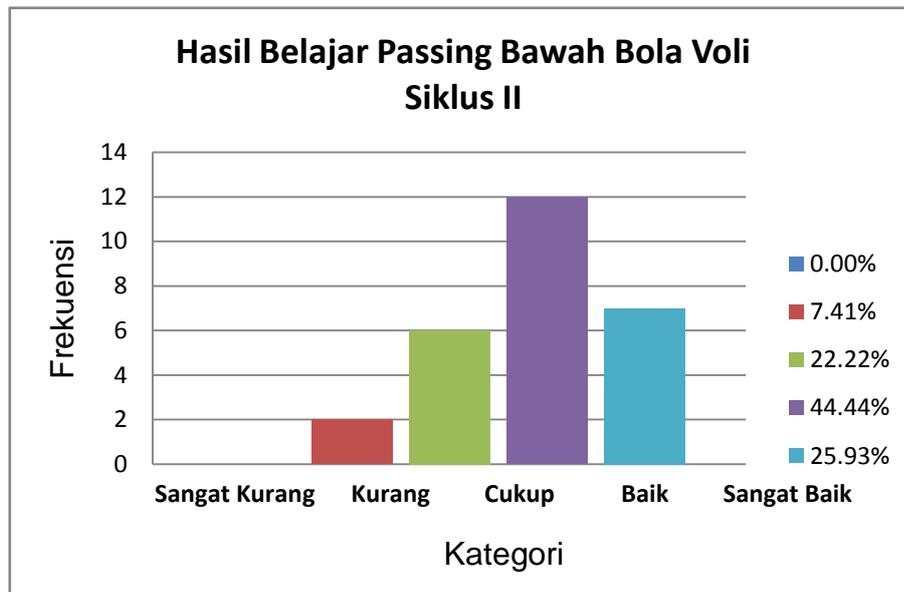
keseluruhan siswa yaitu sebanyak 27 orang, dan berdasarkan perhitungan didapat nilai rata-ratanya adalah sebesar 71,48. Hasil tersebut dirasakan masih kurang memuaskan bagi peneliti, karena belum memenuhi target atau kriteria keberhasilan yang sudah peneliti tetapkan sebelumnya, yaitu 80% dari jumlah keseluruhan siswa harus lulus atau sudah memenuhi KKM. Maka dari itu, peneliti perlu menyusun kembali sebuah tindakan pada siklus berikutnya agar target atau kriteria keberhasilan pada penelitian ini dapat tercapai.

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus II ini mengenai jalannya proses belajar mengajar, terlihat bahwa guru telah melaksanakan berbagai ketentuan dalam pembelajarannya dengan baik. Guru sudah dapat menjelaskan akan manfaat dari melakukan gerakan yang telah dilakukan, sehingga para siswa lebih mengerti dan memahami fungsi dari gerakan yang telah diajarkan kepadanya. Di samping itu, peneliti juga sudah dapat mengkondisikan kelas dengan baik. Kelas menjadi lebih tertib dan teratur, serta terlihat bersifat aktif, hal tersebut terlihat dengan keterlibatan dan keseriusan siswa dalam melakukan setiap instruksi yang diberikan oleh guru. Bentuk-bentuk permainan yang diberikan sudah mengarah kepada gerakan *passing* bawah bola voli, lebih variatif dan kompetitif. Hal tersebut membuat siswa merasa lebih termotivasi lagi dalam menjalankan proses pembelajarannya.

Selanjutnya peneliti memaparkan data tentang hasil tes belajar *passing* bawah siklus II disajikan sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Siklus II

No	Rentang Skor	Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	3 – 4	50	0	0,00%	Sangat Kurang
2	5 – 6	60	2	7,41%	Kurang
3	7 – 8	70	6	22,22%	Cukup
4	9 – 10	80	12	44,44%	Baik
5	11 – 12	90	7	25,93%	Sangat Baik
Jumlah			27	100%	



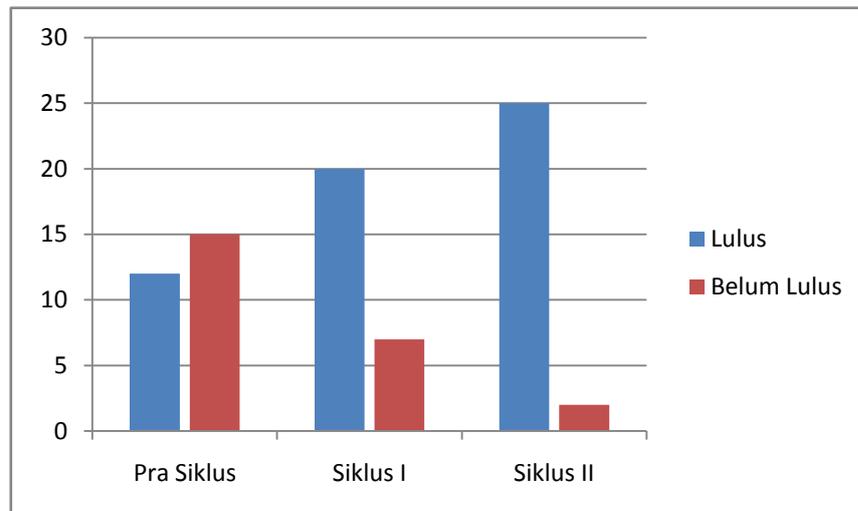
Gambar 4. Diagram Batang Data Hasil Belajar *Passing* Bawah Siklus II

Berdasarkan data tersebut di atas dapat dilihat bahwa setelah diberikannya tindakan pada siklus II, hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa meningkat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa target atau kriteria keberhasilan yang sudah peneliti tetapkan sebelumnya sudah tercapai, yaitu 80% dari jumlah keseluruhan siswa harus lulus atau sudah memenuhi KKM. Maka dari itu, peneliti tidak perlu melanjutkan penelitian tindakan ini pada siklus berikutnya.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari mulai Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan ketuntasan hasil belajar *passing* bawah bola voli. Data perbandingan tersebut dapat dilihat pada tabel dan diagram berikut ini:

Tabel 4. Hasil Belajar *Passing* Bawah Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II

No	Nilai	Pra Siklus		Siklus I		Siklus II		Keterangan
		F	%	F	%	F	%	
1	≥ 70	12	44,45	20	74,07	25	92,59	Lulus
2	< 70	15	55,55	7	25,93	2	7,41	Belum Lulus
Jumlah		27	100	27	100	27	100	



Gambar 5. Diagram Perbandingan Hasil Belajar *Passing Bawah*

Berdasarkan dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pada data awal siswa yang sudah lulus ada sebanyak 12 orang atau 44,45% dari jumlah keseluruhan siswa, dan yang belum lulus ada 15 orang atau 55,55% dari jumlah keseluruhan siswa. Kemudian pada siklus I siswa yang lulus atau sudah memenuhi KKM ada sebanyak 20 orang atau 74,07% dari jumlah keseluruhan siswa, dan yang belum lulus ada sebanyak 7 orang atau 25,93% dari jumlah keseluruhan siswa. Sedangkan pada siklus II dapat terlihat bahwa adanya peningkatan mengenai kelulusan hasil belajar *passing bawah*, bahwa siswa yang sudah lulus ada sebanyak 25 orang atau 92,59% dari jumlah keseluruhan siswa, dan yang belum lulus hanya ada 2 orang siswa atau 7,41% dari jumlah keseluruhan siswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hasil belajar *passing bawah* bola voli terdapat peningkatan pada setiap siklusnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran *passing bawah* menggunakan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas V SDN Sukasirna Kec. Paseh Kab. Sumedang.

Penelitian ini memberikan gambaran yang jelas bahwa dengan menggunakan metode bermain hasil belajar *passing bawah* bola voli dapat meningkat. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai masukan bagi

guru pendidikan jasmani khususnya untuk menggunakan metode pembelajaran yang tepat pada pembelajaran pendidikan jasmani.

Penggunaan metode bermain ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam melaksanakan proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya yang berkaitan dengan peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli, serta menarik siswa untuk lebih aktif dan menghilangkan anggapan siswa bahwa permainan bola voli itu monoton, menyakitkan dan kadang kurang diminati siswa. Apalagi jika seorang guru memiliki kemampuan yang lebih kreatif dalam menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menarik, dan juga menyajikan banyak model-model pembelajaran. Guru dapat mengembangkan kemampuannya dan dapat memanfaatkan segala fasilitas yang tersedia di sekolah guna meningkatkan hasil belajar siswa disekolahnya.

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan metode bermain dapat merangsang aspek motorik siswa, siswa menjadi lebih aktif melaksanakan proses belajarnya. Dengan proses pembelajaran yang baik dapat meningkatkan dan mengembangkan kebugaran jasmani, mengembangkan kerjasama, mengembangkan skill dan mengembangkan sikap kompetitif yang sangat penting sebagai nilai-nilai yang harus ditanamkan pada seluruh siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Barth, K. & Heuchert, R. 2007. *Learning Volleyball*. New York: Mayer & Mayer Sport.
- Husdarta, J. S. & Bambang, S. G. 2008. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik*. Cimahi: STKIP Pasundan.
- Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. 2014. *The Action Research Planner. Doing Critical Participatory Action Research*. Springer.
- Krotee, L. M. & Bucher, A. C. 2007. *Management of Physical Education and Sport Twelfth Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Mutiah, D. 2012. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.

Supendi, P. & Nurhidayat. 2008. *Fun Game: 50 Permainan Menyenangkan di Indoor Dan Outdoor*. Jakarta: Penebar Swadaya.

Tangkudung, J. & Wahyuningtyas, P. 2012. *Kepelatihan Olahraga Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya.

Tedjasaputra, S. M. 2001. *Bermain, Main dan Permainan Untuk Usia Dini*. Jakarta: Grasindo.