

---

---

## UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN

Marsianus Vino<sup>1</sup>, Iskandar<sup>2</sup>, Suriani Sari<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan JasmaniFakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPGRI Pontianak,  
Jalan Ampera No. 88 Pontianak

<sup>1</sup>Alamat e-mail [marsianusvino0@gmail.com](mailto:marsianusvino0@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasing bawah dalam permainan bola voli melalui pendekatan bermain pada siswa kelas X SMAN 1 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan dua siklus. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 1 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. Teknik pengumpulan data menggunakan hasil tes siswa. Dari tes pra siklus terlihat masih sangat kurang siswa dalam kemampuan pasing bawah terdapat 14 siswa pada kategori belum tuntas atau 58%, kemudian pada kategori tuntas sebanyak 10 siswa atau 42% dari 24 siswa. Siklus I setelah menggunakan pendekatan bermain yang memiliki kategori tuntas 16 siswa atau 67% pada kategori tidak tuntas 8 siswa atau 33%. Sedangkan berdasarkan tes akhir pada siklus II yang dapat dilihat dilampiran tergambar bahwa dari 24 siswa kelas X SMAN 1 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu terdapat 3 siswa kategori tidak tuntas atau 12,5%, kemudian pada kategori tuntas sebanyak 21 siswa atau 87,5%. Jadi dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan pendekatan bermain terbukti dapat meningkatkan kemampuan pasing bawah siswa dalam permainan bola voli. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan kemampuan pasing bawah siswa dalam permainan bola voli melalui pendekatan bermain yang cukup baik, yaitu mengalami peningkatan nilai siswa dalam disetiap siklusnya.

**Kata Kunci:** *Passing Bawah Pendekatan Bermain*

### Abstract

*This study aims to improve the ability of underhand passing in volleyball through a playing approach in class X students of SMAN 1 Embaloh Hulu, Kapuas Hulu Regency. This type of research is classroom action research (CAR) with two cycles. The subjects of this study were class X students of SMAN 1 Embaloh Hulu, Kapuas Hulu Regency. The data collection technique used student test results. From the pre-cycle test, it was seen that students were still very lacking in underhand passing ability, there were 14 students in the incomplete category or 58%, then in the complete category there were 10 students or 42% of 24 students. Cycle I after using a playing approach which had a complete category of 16 students or 67% in the incomplete category 8 students or 33%. While based on the final test in cycle II which can be seen in the attachment, it is illustrated that out of 24 class X students of SMAN 1 Embaloh Hulu, Kapuas Hulu Regency there were 3 students in the incomplete category or 12.5%, then in the complete category there were 21 students or 87.5%. So it can be concluded that by using a playing approach, it is proven to improve students' underhand passing ability in volleyball. This is proven by the increase in students' underhand passing ability in volleyball through a fairly good playing approach, namely experiencing an increase in student scores in each cycle.*

**Keywords:** *Underhand Passing Playing Approach*

## PENDAHULUAN

Berdasarkan yang peneliti lihat ketika pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Atas Negeri 01 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu, hampir keseluruhan siswa bisa melakukan passing bawah tetapi belum mencapai hasil yang diharapkan, ini disebabkan karena gerakan tangan masih tidak lurus sehingga menyebabkan bola tidak sesuai dengan yang di inginkan. Pada saat melakukan pengamatan disekolah tersebut kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah masih terbatas.

Hal ini disebabkan beberapa faktor, antara lain pemahaman siswa terhadap permainan bola voli khususnya pada materi passing bawah, siswa kurang bisa memahami teknik dasar dan cara-cara melakukan passing bawah, siswa tidak senang permainan bola voli yang monoton dan membosankan sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa kelas X khususnya di SMAN 01 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. Sehingga dapat diketahui bahwa persentase klasikal siswa yang mencapai KKM keterampilan *passing* bawah bola voli masih rendah dan masih dibawah rata-rata nilai KKM 75 dari ketuntasan yang ditentukan oleh sekolah. Sehingga hanya 10 siswa yang mencapai KKM dan 14 siswa belum mencapai KKM dari 24 siswa. Dengan persentase 42% yang mampu mencapai nilai KKM dan 58% yang tidak mencapai KKM yang ditentukan. Untuk itu peneliti tertarik mengambil judul meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan diberikan teknik dasar menggunakan pendekatan bermain yang diharapkan dengan adanya pendekatan bermain ini dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Dipilihnya pendekatan bermain sebagai inovasi dalam pembelajaran dengan harapan peserta didik Sekolah Menengah Atas Negeri 01 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu lebih mudah untuk memahami penjelasan dari guru dan siswa lebih tertarik untuk mempelajari materi permainan bola voli khususnya *passing* bawah, sehingga apa yang dipahami oleh peserta didik dapat di ingat untuk waktu yang lebih lama, menarik dan menyenangkan.

## METODE

Berdasarkan rencana tindakan tersebut bahwa langkah-langkahnya ada 4 tahapan yaitu: 1). Perencanaan, 2). Pelaksanaan, 3). Observasi, 4). Refleksi yaitu merenungkan tindakan yang telah

dilakukan dalam pembelajaran. Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 01 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. teknik pengumpulan data teknik observasi langsung dan teknik tes pasing bawah, sedangkan alat pengumpulan data menggunakan Lembaran Observasi siswa, Lembaran Observasi aktivitas guru dan tes. Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan obsevasi dari pelaksanaan siklus penelitian Tindakan kelas (PTK) dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

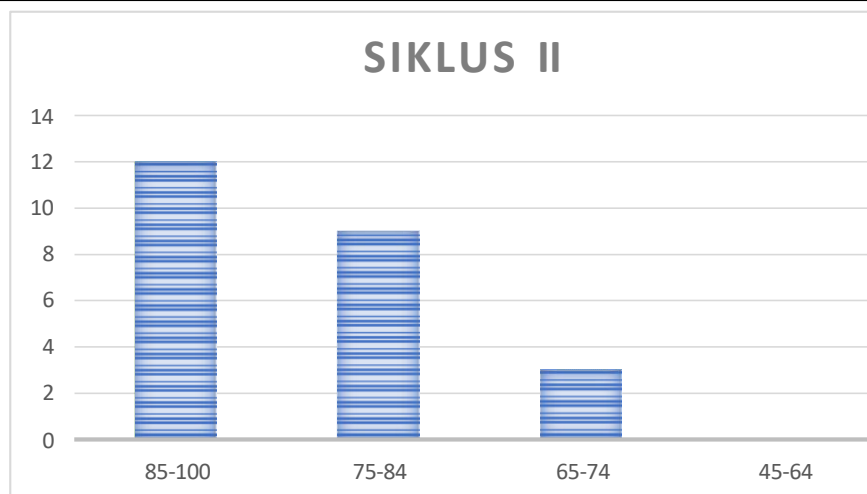
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan tindakan pada siklus 1 terlihat hasil yang didapat belum memuaskan sehingga perlu dilakukan perbaikan pada siklus ke dua dengan harapan nilai yang diharapkan bisa lebih maksimal dari siklus sebelumnya. Adapun sebaran hasil siklus 2 dapat dilihat pada tabel hasil penelitian berikut ini:

Tabel 1.1  
Deskripsi hasil tes proses pasing bawah siklus II

| Rentang nilai | Keterangan  | kriteria     | Jumlah siswa | presentase  |
|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|
| 85 – 100      | Sangat baik | Tuntas       | 12           | 50%         |
| 75 – 84       | Baik        | Tuntas       | 9            | 38%         |
| 65 – 74       | Cukup       | Tidak tuntas | 3            | 12%         |
| 45 – 64       | Kurang      | Tidak tuntas |              | 0%          |
| <b>Jumlah</b> |             |              | <b>24</b>    | <b>100%</b> |

Berdasarkan hasil diatas, hasil penelitian pembelajaran pasing bawah pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu, setelah diberikan tindakan siklus 2 dengan nilai KKM 75 dari 24 siswa, 21 siswa atau 87,5% siswa masuk dalam kriteria tuntas sedangkan 3 siswa atau 12,5% siswa masuk dalam kriteria tidak tuntas. Dan pada siklus 2 telah tercapai target yang diinginkan yaitu 75% maka pemberian tindakan dihentikan dan tidak berlanjut lagi ke siklus berikutnya. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram berikut ini:



**Gambar 1**  
**Histogram Hasil Pembelajaran Pasing Bawah Siklus I**

Upaya meningkatkan kemampuan passing bawah dalam bola voli melalui pendekatan bermain berhasil dengan baik jika dilihat dari peningkatan pada tiap siklus yang rata-rata mencapai ketuntasan pada setiap tindakan siklus peningkatan kemampuan yang paling besar pada siklus ke II. hal ini terjadi karena siswa sudah mulai memahami konsep pembelajaran passing bawah dalam permainan bola voli melalui pendekatan bermain siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran sehingga hasil yang diperoleh siswa meningkat dan proses pembelajaran sudah berjalan sesuai dengan rencana dan mendapat hasil sesuai dengan yang diharapkan.

## SIMPULAN

Dengan adanya faktor tersebut maka peneliti mencoba untuk memberikan pembelajaran dengan metode yang melibatkan siswa aktif dalam kegiatan pembelajaran sebagai solusinya maka diperlukan sebuah metode pembelajaran yang mengubah semangat siswa dan ikut berperan aktif yang pada akhirnya pendekatan mampu meningkatkan kemampuan belajar siswa yaitu melalui bermain.

Peningkatan efektifitas pembelajaran passing bawah dalam permainan dalin secara konsekut bermain terjadi karena dalam pertin pembelajaran secara konsekuen peneliti melaksanakan aktifitas-aktifitas perbaikan pembelajaran dalam proses belajar mengajar antara lain sebagai berikut: Menjelaskan materi pembelajaran dengan pelan dan menggunakan bahasa

yang mudah dipahami oleh siswa, Menggunakan variasi pembelajaran yang menarik dan Pelaksanaan pemberian bimbingan yang sesuai.

Terdapat peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli yang signifikan pada siswa kelas X SMAN 1 Embaloh Hulu, setelah diterapkannya peningkatan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli melalui pendekatan bermain oleh guru. Dari hasil tes pada siklus II menunjukkan bahwa peningkatan passing bawah bola voli yang dilakukan oleh siswa meningkat dari 42% pada kondisi awal menjadi 67% pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 87,5% pada akhir siklus II. Indikator target capaian pada siklus II adalah 75%. Dari hasil belajar siswa yang ditunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa adalah 87,5%, artinya target capaian pada siklus II sudah tercapai.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aminuddin, et al. (2021). Upaya Peningkatan Kesehatan dan Kebugaran Jasmani dimasa Pandemi Covid-19 di Desa Timbuseng Kabupaten Takalar. MEGA PENA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), 42–52.
- Budiawan, A. (2021). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli melalui Metode Bermain. Indonesian Journal of Physical Activit
- Camelia, Endang Kurniati. Upaya Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas Viii A Smp Negeri 1 Embaloh Hulu Kabupaten Kapuas Hulu. Diss. Ikip Pgri Pontianak, 2022.
- Gusriadi, G. (2023). Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas Xi Ipa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Semitau Kabupaten Kapuas Hulu (Doctoral Dissertation, Ikip Pgri Pontianak).
- Mulyadi, D.Y.N.. & Pratiwi, E. (2020) *Pembelajaran Bola Voli*, In N. Anggara & A. Mukhromah (Eds.), bening media publishing, (vi + 86 hal), [www.bening-mediapublishing.com](http://www.bening-mediapublishing.com)