ARTIKEL

MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI MELALUI PERMAINAN 4 *ON* 4 PADA SISWA KELAS X IPS SMA NURUL ANWAR KECAMATAN MONTONG KABUPATEN TUBAN



Oleh:

NASRUL UMAM

NPM: 13.1.01.09.0048

Dibimbing oleh:

- 1. Drs. Sugito, M.Pd
- 2. M. Anis Zawawi, M.Or.

PENJASKESREK FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP) UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UNPGRIKEDIRI



SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN2018

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Lengkap : Nasrul Umam

NPM : 13.1.01.09.0048

Telepon/HP : 085645193794

Alamat Surel (Email) : nasrulumam01@gmail.com

Judul Artike : Mengembangkan Kemampuan Passing Bawah Bolavoli

Melalui Permainan 4 On 4 Pada Siswa Kelas X Ips Sma

Nurul Anwar Kecamatan Montong Kabupaten Tuban

Fakultas – Program Studi : FKIP-PENJASKESREK

Nama Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Alamat Perguruan Tinggi : Kampusl Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 kediri

Dengan ini menyatakan bahwa:

 a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 9 Agustus 2018
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
fo	And	10
THE STATE OF THE S	797	Coth
Drs. Sugito, M.Pd	M. Anis Zawawi, M.Or	Nasrul Umam
NIDN. 0730048903	NIDN. 0004086001	NPM. 13.1.01.09.0048



MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI MELALUI PERMAINAN 4 *ON* 4 PADA SISWA KELAS X IPS SMA NURUL ANWAR KECAMATAN MONTONG KABUPATEN TUBAN

Nasrul Umam 13.1.01.09.0049 FKIP – PENJASKESREK nasrulumam01@gmail.com Drs. Sugito, M.Pd. dan M. Anis Zawawi, M.Or UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi masih banyak siswa mengalami kesulitan dalam belajar passing bawah bolavoli, dilihat dari hasil pembelajaranbanyak sekali siswa yang belum tuntas mencapai 65%. Hal ini dikarenakan guru memberikan contoh passing bawah dengan menggunakan peralatan sebenarnya serta permainan yang sebenarnya, serta bola yang sebenarnya, sehingga menyebabkan kesulitan melakukan passing bawah karena bola voli yang sebenarnya sulit dilakukan akibatnya anak cepat bosan. Oleh karena itu perlu diadakan pembelajaran yang baru supaya bisa membangkitkan semangat siswa dalam belajar bolavoli, salah satunya adalah metode pembelajaran passing bawah bolavoli menggunakan permainan 4 on 4. Penelitian ini bertujuan untuk (1) meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli melalui penerapan permainan 4 on 4 dalam pembelajaran bolavoli pada siswa Kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kabupaten Tuban, (2) meningkatkan aktifitas guru dan siswa dalam pembelajaranbolavoli melalui metode permainan 4 on 4 di kelas X IPS Kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kabupaten Tuban. Jenis penelitian ini adalah PTK dengan jumlah subjek penelitian adalah 32 orang siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 *On* 4 Untuk Siswa Kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kabupaten Tuban mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 8 siswa (35%) tuntas belajar, dan 24 siswa atau 65% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 28 siswa (95%) tuntas belajar dan 3 siswa atau 5% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 20,18% pada siklus II dari siklus I.Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan permainan 4 *on* 4dapat meningkatkan proses pembelajaran dan kemampuan passing bawah bola voli siswa kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kabupaten Tuban.

KATA KUNCI: passing bawah, permainan.

I. LATAR BELAKANG

Pendidikan Jasmanipada dasarnya merupakan bagian integral dari sisitem pendidikan secara kesluruhan, bertuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis. stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga, (Rosdiani 2013 : 21). Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagaisebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagaiseseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Bila ditinjau dari per definisi, pendidikan iasmani diartikan berbagaiungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang disampaikan bermaknadan jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untukmengembangkan keutuhan manusia. Pendidikan jasmani ini karenanya perbaikan harusmenyebabkan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruhaspek dan jiwa kehidupan seseorang.Pendekatan holistik tubuh-jiwa initermasuk pula penekanan pada ketiga domain pendidikan; psikomotor,kognitif dan afektif.Menurut Standar Kompetensisi

Proses belajar mengajar pendidikan jasmani, perlu mengetahui bagaimana sebenarnya pembelajaran itu berlangsung dan seorang guru dituntut untuk mengetahui pengetahuan, keterampilan dan sikap yang profesional dalam

Dalam membelajarkan siswa. pembelajaran keberhasilan siswa tidak hanya ditentukan oleh hasil pembelajaranya tetapi akan juga dipengaruhi oleh proses belajar mengajar, apabila dalam pembelajaran, proses pembelajaran baik maka pencapaian hasil yang diharapkan akan tercapai, maka dari benar-benar itu guru harus mempersiapkan materi akan yang sebelum melakukan diajarkan pembelajaran agar dapat melaksanakan tugas profesinya dengan baik.

Cabang olahraga yang menjadi salah satumateri yang diajarkan di Sekolah Menengah Atas adalah bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat di Indonesia, baik masyarakat pedesaan sampai masyarakat perkotaan karena untuk melakukan olahraga ini hanya membutuhkan biaya yang sedikit,sarana dan prasaranaya pun mudah didapatakan.Banyak masyarakat di Indonesia bahkan di dunia yang menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat ingin mempelajari yang permainan bolavoli ini secara baik. Sekolah merupakansalah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavolidengan teknik- teknik yang benar.

Menurut Indra (2010 : 40 - 44) dalampembelajaran bolavoli sendiri terdapat beberapa teknik dasar yaitu:

Servis terdiri dari servis bawah dan servis atas



- Passing terdiri dari passing bawah dan passing atas
- 3. Smash (spike)
- 4. Block

Dari keempat teknik dasar diatas passing merupakan salah satu teknikyang penting dan fundamental dalam permainan bolavoli. Bagi para pemulaselain servis, passing bawah sangat menentukan jalannya permainan padabola voli, oleh karena itu untuk bolavoli sekolah pembelajaran di passingbawah adalah teknik terpenting yang harus dipelajari dan di kuasai dengan baikoleh peserta didik.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan pada siswa kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kecamatan Montong Kabupaten Tuban masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi siswa dalam melakukan olahraga permainan bolavoli, dimana siswa mengalami kesulitan dalam belajar bawah bolavoli. Banyak passing dijumpai saat pembelajaran bola voli passing bawah, siswa merasa takut mencoba karena merasa sulit melakukannya. Guru memberikan contoh passing bawah dengan menggunakan peralatan sebenarnya serta permainan yang sebenarnya, serta bola yang sebenarnya. Hal ini menyebabkan kesulitan siswa kurang mampu,

melakukan passing bawah karena bola voli yang sebenarnya sulit dilakukan menyebabkan anak cepat bosan. belajar Sehingga hasil maupun kemampuan passing bawah pada siswa kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kecamatan Montong Kabupaten Tuban masih rendah, hal ini dibuktikan dari hasil pembelajaran oleh guru penjaskek SMA Nurul Anwar Kecamatan Montong Kabupaten Tuban bahwa hasil nilai belajar passing bawah kurang bagus, banyak sekali siswa yang belum KKM (kriteria tuntas ketuntasan minimal) yaitu 70. Bahkan hanya ada 8 siswa dari 32 siswa yang ada. Sehingga hanya 35% ketuntasan yang tercapai padahal target ketuntasan yang akan dicapai yaitu 85%. Padahal passing bawah adalah gerakan paling dasar dari permainan bolavoli.

itu perlu diadakan Oleh karena metode pembelajaran yang baru supaya bisa membangkitkan semangat siswa dalam belajar bolavoli, salah satunya adalah metode pembelajaran passing bawah bolavoli menggunakan permainan 4 on 4. Dimana dengan permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan siswa dalam mengikuti semangat pembelajaran penjaskes disekolah, yang padaakhirnya dengan adanya minat siswa tersebut diharapkan dapat



meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli. Sehingga denganditerapkannya modifikasi permainan tersebut dalam pembelajaran dapatmenciptakan proses belajar mengajar yang menyenangkan dan tercapainyatujuan dari pembelajaran tersebut. Permainan 4 on 4 merupakan suatumodifikasi permainan bolavoli yang diciptakan untuk menarik minat siswadalam mengikuti pelajaran penjaskes dan juga dapat membantumeningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli.Dari latar belakang masalah diatas peneliti maka ingin mengadakanpenelitian tentang pembelajaran bolavoli yang berjudul "Mengembangkan Kemampuan Passing Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 on 4 Untuk Siswa Kelas X IPS SMA Nurul Anwar Kabupaten Tuban".

II. METODE

Dalam penelitian tindakan kelas ini terdapat 2 siklus dan setiap siklusnya terdiri dari 2 pertemuan, dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu tindakan, observasi/ perencanaan, pengamatan, dan refleksi, Kedua siklus ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui tidaknya ada atau

peningkatan kemampuan passing bawah bola voli dengan menggunakan permainan 4 on 4.

Pada penelitian ini terdapat 2 siklus yang akan dilakukan, dalam setiap siklus terdiri dari 2 peretemuan dimana di diberikan setiap pertemuan materi permainan 4 on 4 yang diajadikan sebagai tindakan. Setiap siklus terdapat empat tahap yang terdiri dari perencanaaan, tindakan/ perlakuan, observasi/ pengamatan dan refleksi. Dari keempat tahap tersebut di atas akan diterangkan secara rinci sebagai berikut.

1. Perencanaan

Dalam tahap ini peneliti dan guru kelas menyusun sekenario pembelajaran yang terdiri dari:

- a. Menyusun Rencana Program
 Pembelajaran (RPP) dengan materi
 passing bawah bola voli
- b. menyusun media yang diperlukan untuk pengajaran
 - c. Mempersiapkan lembar observasi.
- d. menyiapkan tempat penelitian dan alat pembelajaran

2. Tindakan

Pengamatan tindakan dilakukan untuk:

- 1)kemampuan siswa dalam pembelajaran passing bawah
- 2) hasil belajar melakukan passing bawah bola voli dengan permainan 4 on 4



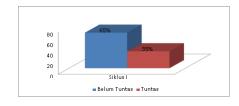
3) aktivitan dan sikap siswa selama kegiatan beajar mengajar berlangsung

b. Kegiatan Inti

- Guru menjelaskanbagaimanacara melakukan passing bawah dengan benar, serta mempraktikan secra langsung
- 2)Guru mempraktikan tahapan-tahapan passing bawah dengan benar, mulai dari tahap persiapan sampai gerakan lanjutan
- 3)Setelah siswa mengerti dengan penjelasan yang diberikan, siswa diberi kesempatan untuk mempraktikan gerakan passing bawah
- 4) Siswa melakukan passing bawah dengan permainan 4 on 4.

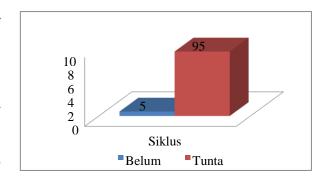
III. HASIL DAN KESIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dalam 2 siklus.Hasil penelitian pada tiap-tiap siklus dideskripsikan sebagai berikut:



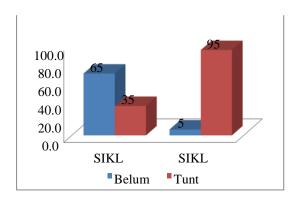
Gambar 1Diagram Keterampilan Passing Bawah pada Siklus I

Berdasarkan hasil siklus I tersebut, 8 siswa atau 35% siswa tuntas belajar dan 21 siswa atau 65% belum tuntas belajar.



Gambar 2Diagram Keterampilan Passing Bawah pada Siklus II

Hasil dari indikator tersebut maka dibandingkan berdasarkan pada kategori keberhasilan yaitu 70% pada tingkat ketuntasan.



Perbandingan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui permainan 4 on 4 siswa antar siklus yaitu dari pratindakan diperoleh 3 siswa (5%) telah tuntas dan 29 siswa (95%) belum mencapai ketuntaasaan. Seteah diakukan tindakan siklus I, 8 siswa (35%)telan mencapai ketuntasan belajar, 24 siswa (65%) belum tuntas beajar. Pada siklus II, 29 siswa (95%) teah mencapai ketuntasan belajar dan 3 siswa (5%) belum mencapai ketuntasan belajar.



Pada pratindakan diperoleh nilai ratarata hasil belajar siswa 68.00, pada siklus I mengalami peningkatan nilai menjadi 69.85, dan pada akhirnya siklus II meningkat menjadi 78.75.



IV. DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Agus Mukholid 2004. *Pendidikan Jasmani*. Surakarta : Yudistira
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arif Syarifuddin dan Muhadi.(1992).

 Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

 Depdikbud
- Depdiknas. 1999. *Petunjuk Tes Keterampilan Bola voli Usia 15-17 tahun*. Jakarta:
 Puasat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Fuaad Ihsan. 2008. *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Herdiana.2008. *Teknik Dasar Bola Voli*. Depdikbud
- Herry koesyanto.2003. *Belajar Bermain Bola Voli*. Fik Unnes Semarang
- Indra, Ani. 2010. Mengenal sepak bola, bola voli. Dan bola basket. Bandung: Adprint mitra pustaka
- Machfud Irsyada. 2000. *Bola Voli*. Jakarta: Depdiknas.
- Masnur Muslich. 2009. *Melaksanakan PTK itu mudah*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani* Olahraga dan Kesehatan. Yudistira. Bandung
- M. Yunus. (1992). *Olahrga Pilihan Bola Voli* Jakarta: Depdikbud.

- Nuril ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga BolaVoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- PBVSI. 2004-2008. *Pelatihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Rosdiani, Dini.2013. model pembelajran langsug dalam pendidikan jasmani dan kesehatan.Bandung: Alfabeta
- Saifudin Azwar. (1997). *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.
- Soemitro.2005. *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugiyanto, dan Sudjarwo. 1993.

 **Perkembangan dan Belajar Gerak.

 Jakarta:

 Depdikbud.

Nasrul Umam | 13.1.01.09.0049 FKIP - Penjaskesrek