

**PENERAPAN PERMAINAN 4 ON 4 DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA PESERTA DIDIK KELAS XI MIPA 2 SMA NEGERI 2 PAREPARE**

*(The Implementation of The 4 On 4 Game In Improving Under Voly Ball Passing Skills in Class XI MIPA 2 Students of SMA Negeri 2 Parepare)*

**Jefri N**

(Guru SMA Negeri 2 Parepare)

Email: [jeffbonjovi645@gmail.com](mailto:jeffbonjovi645@gmail.com)

**Abstract:** *This research was motivated by the low passing skills of students in class XI MIPA 2 at SMA Negeri 2 Parepare. This study aims to determine whether the 4 on 4 game can improve volleyball underpassing skills in class XI MIPA 2 students of SMA Negeri 2 Parepare. The research design used Kurt Lewin's model in 2 cycles consisting of planning, acting & observing, and reflecting. The research sample included students in class XI MIPA 2, totaling 31 students in SMA Negeri 2 Parepare. The focus of the research is to improve under-passing skills. Data collection techniques through action tests. The data were analyzed using descriptive qualitative and quantitative techniques. The results showed that the skills of volleyball underpass using the 4 on 4 game for students in class XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare increased, namely from the results of the test cycle I obtained as many as 25 students (80.65%) complete learning, and and 6 students or 19.35% have not finished learning. Then the results of the second cycle test showed that 31 students (100%) had finished learning and there were no students or 0% had not finished learning. Based on the average results obtained, it can be said that there was an increase of 19.35% in cycle II of cycle I. Thus it can be concluded that using the 4 on 4 game can improve the learning process and the ability of students to pass under volleyball in class XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare.*

**Keywords:** *under passing, 4 on 4 game.*

**Abstrak:** Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya keterampilan *passing* bawah bola voli peserta didik di kelas XI MIPA 2 di SMA Negeri 2 Parepare. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan apakah permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bolavoli pada peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare. Desain penelitian ini menggunakan Model Kurt Lewin dalam 2 siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan & observasi, dan refleksi. Sampel penelitian meliputi peserta didik kelas XI MIPA 2 yang berjumlah 31 peserta didik di SMA Negeri 2 Parepare. Fokus penelitian adalah meningkatkan keterampilan *passing* bawah. Teknik pengumpulan data melalui tes perbuatan. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bawah bola voli menggunakan permainan 4 on 4 untuk peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 25 peserta didik (80,65%) tuntas belajar, dan dan 6 peserta didik atau 19,35% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 31 peserta didik (100%) tuntas belajar dan tidak ada peserta didik atau 0% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 19,35% pada siklus II dari siklus I.. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan permainan 4 on 4 dapat meningkatkan proses pembelajaran dan kemampuan *passing* bawah bola voli peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare.

**Kata Kunci:** *Passing bawah, permainan 4 on 4*

## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dan kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Bila ditinjau dari per definisi, pendidikan jasmani diartikan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang disampaikan bermakna dan jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusi. Pendidikan jasmani ini karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruh aspek dan jiwa kehidupan seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain pendidikan; psikomotor, kognitif dan afektif.

Menurut Standar Kompetensi-Kompetensi Dasar pendidikan jasmani untuk SMA salah satunya sebagai berikut:

1. Standar Kompetensi: Mempraktikan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
2. Kompetensi Dasar: Mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.
3. Indikator Keberhasilan: Bermain bola besar dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

Menurut Fuad Ihsan (2008: 1), pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun

rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada dalam masyarakat dan kebudayaan. Usaha-usaha yang dilakukan untuk menanamkan nilai-nilai dan norma-norma tersebut serta mewariskannya kepada generasi berikutnya untuk dikembangkan dalam hidup dan kehidupan yang terjadi dalam suatu proses pendidikan.

Berdasarkan pada kebutuhan tersebut, pendidikan jasmani olahraga terdapat aspek kognitif dan afektif. Sehingga pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikembangkan di lingkup satuan pendidikan sehingga dapat mengembangkan peserta didik yang ada.

Sutomo, dkk (2007: 37) mengatakan, sekolah memiliki misi mendidik peserta didiknya agar dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, meningkatkan pengetahuan dan hubungan timbal balik dengan masyarakat. Pada sekolah terkandung tugas untuk mengoptimalkan kemampuan peserta didik secara teoritis maupun praktik agar mereka dapat survive di era globalisasi dengan memanfaatkan peluang dan usaha atau keterampilan praktis yang dimilikinya sebagai hasil pembelajaran di sekolah.

Oleh karena itu, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui fisik, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan peserta didik untuk melakukan pola hidup sehat. Cabang olahraga yang menjadi salah satu materi yang diajarkan di Sekolah Menengah Atas adalah bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat di Indonesia, baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini tidak membutuhkan biaya yang terlalu banyak, sarana dan prasarannya pun mudah didapatkan. Banyak masyarakat yang menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat yang ingin mempelajari

permainan bolavoli ini secara lebih jauh. Sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavoli dengan teknik- teknik yang benar.

Menurut Arif Syarifuddin dan Muhadi (1992: 187-193) dalam pembelajaran bolavoli sendiri terdapat beberapa teknik dasar yaitu:

1. *Servis* terdiri dari *servis* bawah dan *servis* atas
2. *Passing* terdiri dari *passing* bawah dan *passing* atas
3. *Smash*
4. *Block*

Dari keempat teknik dasar diatas *passing* merupakan salah satu teknik yang penting dan fundamental dalam permainan bolavoli. Bagi para pemula selain *servis*, *passing* bawah sangat menentukan jalannya permainan pada bolavoli, oleh karena itu untuk pembelajaran bolavoli di sekolah *passing* bawah adalah teknik terpenting yang harus dipelajari dan di kuasai dengan baik oleh peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 2 Parepare, diperoleh informasi bahwa di SMA Negeri 2 Parepare minat peserta didik dalam mengikuti pelajaran penjasorkes masih kurang, dimana peserta didik lebih suka duduk-duduk atau bergurau sendiri, pada saat jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya *passing* bawah bola voli. Hanya beberapa peserta didik yang benar benar mengikuti pelajaran penjasorkes dengan baik dan sungguh-sungguh.

Selain itu juga diperoleh data bahwa nilai bolavoli khususnya *passing* bawah pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Parepare masih rendah dan masih banyak yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut yaitu 60, dimana dari 31 anak khususnya kelas XI MIPA 2 hanya 18 anak yang memenuhi standar KKM. Hal tersebut menimbulkan pertanyaan, apakah sekolah tersebut mematok standar KKM terlalu tinggi sehingga peserta didik sulit untuk dapat memenuhi kriteria yang

ditentukan ataukah memang kualitas pembelajaran, baik guru maupun peserta didiknya yang kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Sebagai guru penjasorkes untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar peserta didiknya sehingga dengan Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditentukan dapat terpenuhi. Oleh karena itu diperlukan metode baru yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bolavoli.

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat peserta didik dalam mengikuti pelajaran penjasorkes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjasorkes itu sendiri. Salah satunya adalah faktor internal pada peserta didik, dimana peserta didik merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes. Sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik peserta didik SMA khususnya kelas XI. Sehingga apa salahnya guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, peserta didik tidak hanya bermain saja tapi juga belajar.

Oleh karena itu perlunya metode pembelajaran yang mampu memotivasi peserta didik untuk bergerak, salah satunya adalah metode pembelajaran *passing* bawah bolavoli menggunakan permainan 4 on 4. Dimana dengan permainan ini selain bertujuan untuk meningkatkan motivasi atau minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes disekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat peserta didik tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah bolavoli. Sehingga dengan

diterapkannya modifikasi permainan tersebut dalam pembelajaran dapat menciptakan proses belajar mengajar yang menyenangkan dan tercapainya tujuan dari pembelajaran tersebut. Permainan 4 on 4 merupakan suatu modifikasi permainan bolavoli yang diciptakan untuk menarik minat peserta didik dalam mengikuti pelajaran penjasorkes dan juga dapat membantu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah bolavoli.

Dari latar belakang masalah diatas maka peneliti ingin mengadakan penelitian tentang pembelajaran bolavoli yang berjudul **“Penerapan Permainan 4 on 4 dalam Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli pada Peserta didik Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare”**.

Setelah masalah dibatasi maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian adalah apakah penerapan permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli menggunakan pada peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare ?

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui apakah permainan 4 on 4 dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI MIPA 2 yang berjumlah 31 peserta didik di SMA Negeri 2 Parepare pada semester ganjil tahun pelajaran 2017/2018. Dalam penelitian tindakan kelas ini terdapat 2 siklus dan setiap siklusnya terdiri dari 2 pertemuan, dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan/ perlakuan, observasi/ pengamatan, dan refleksi. Data yang diperoleh dalam penelitian tindakan kelas ini berupa hasil tes peserta didik (penilaian keterampilan) yaitu dengan mengetahui belajar peserta didik dalam penguasaan *passing* bawah.

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu: Data dalam penelitian ini berupa data-data dalam keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli peserta didik (Penilaian Keterampilan/ Praktik).

### **Indikator Keberhasilan**

Indikator keberhasilan tindakan yang dilihat pada perubahan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran (*passing* bawah), peserta didik terlihat antusias senang dan tidak bosan dalam mengikuti pembelajaran, adanya rasa senang dalam diri peserta didik dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Ditandai dengan adanya peningkatan tingkat kemampuan *passing* bawah pada bolavoli, dengan menggunakan permainan 4 on 4. Yang bisa dilihat pada peningkatan nilai peserta didik yang memperoleh standar Ketuntasan Kriteria Minimum 60 dengan prosentase 85% dari 31 anak.

## **PEMBAHASAN**

### **A. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut (Amung Ma'mun dan Yudha,2000: 57).

Pada umumnya keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat tertentu, Istilah keterampilan juga diartikan sebagai perbuatan atau suatu tingkat kemahiran. Sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu bisa dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai atau diperoleh apabila dipelajari atau dilatih

dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pada hakikatnya seluruh tugas dalam kehidupan sehari-hari senantiasa melibatkan berbagai keterampilan. Keterampilan itu baru dapat diperoleh apabila dilaksanakan melalui proses pembelajaran atau pelatihan (Amung Ma'mun dan Yudha, 2000: 57-59).

Menurut Schmid (1991: 78), yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha (2000: 68) keterampilan digolongkan menjadi dua, yaitu (1) keterampilan cenderung ke gerak, penentu utama dari keberhasilannya adalah kualitas dari gerakannya itu sendiri tanpa memperhatikan persepsi serta pengambilan keputusan yang berkaitan dengan keterampilan yang dipilih, misalnya dalam olahraga lompat tinggi, si pelompat tidak perlu memperhitungkan kapan dan bagaimana harus bertindak melompati mistar, tetapi yang dilakukan adalah melompat setinggi dan seefektif mungkin, sedangkan dalam keterampilan kognitif hakekat dari gerak tidak penting, tetapi keputusan gerak apa dan mana yang harus dibuat merupakan hal penting (Amug Ma'mun dan Yudha, 2000: 68-69).

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000:70) pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal, yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor Pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Faktor proses belajar (*learning proses*). Dalam pembelajaran gerak, proses yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan manfaatnya.

Faktor pribadi (*personal faktor*) setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental, maupun kemampuannya. Faktor situasional (*situasional faktor*) yang termasuk ke dalam situasional itu antara lain, tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk

media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran itu berlangsung.

Keterampilan dasar secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu: (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor, dan (3) keterampilan manipulatif (Sudrajat Prawirasaputra, 2000: 19). Keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ketempat yang lain, contohnya: gerakan melangkah, jalan jari, lompat dan loncat. Keterampilan dasar dominan jenis lokomotor ini harus di dukung oleh kekuatan, kecepatan, dan bahkan power seperti untuk gerakan melompat. Keterampilan jenis non lokomotor adalah jenis keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, statis, kaki tetap menumpu pada bidang tumpu atau tangan tetap berpegangan pada pegangan. Contohnya : berdiri tegak dengan satu kaki diangkat, keterampilan dasar ini termasuk keterampilan keseimbangan (*balance*). Keterampilan manipulatif adalah keterampilan anggota badan, tangan dan kaki, untuk mengontrol bola. Contohnya: Menyepak bola dengan kaki.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keterampilan adalah derajat keberhasilan seseorang dalam melakukan gerakan baik kognitif, lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif.

## **B. Hakikat Permainan Bola voli**

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895 di kota Halyoke. Dia seorang guru pendidikan jasmani pada *Young Men Christian Association* (YMCA). Pembelajaran bolavoli disamping dapat meningkatkan pengetahuan peserta didik juga dapat menambah keterampilan. Permainan bolavoli sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar. Bolavoli adalah permainan diatas lapangan persegi empat

yang lebarnya 900 cm dan panjang 1800 cm dibatasi oleh garis-garis selebar 5 cm, di tengah-tengahnya dipasang jaring yang lebarnya 900 cm, terbentang kuat dan mendaki sampai 243 cm (khusus untuk putera) dan untuk puteri 224 cm. (Bonnie Robinson, 1997:12).

Bolavoli adalah olahraga yang dimainkan anak-anak dan dewasa baik wanita maupun pria. Permainan bolavoli pada dasarnya berpegangan pada dua prinsip ialah teknik dan psikis. Prinsip teknik dimaksud pemain *passing* bola dengan bagian pinggang keatas, hilir mudik ke udara lewat di atas net agar dapat menjauhkan bola di lapangan lawan secepatnya untuk mencari kemenangan secara sportif. Prinsip psikis adalah bermain dengan senang dan kerjasama yang baik (Suharno HP, 1981: 1-2).

Permainan bolavoli adalah bentuk permainan yang termasuk dalam “cabang olahraga permainan”. Voli adalah pukulan langsung atau tidak langsung di udara sebelum bola jatuh ke tanah. Permainan bolavoli dimainkan dua regu yang masing-masing terdiri dari enam orang pemain. Setiap regu yang berusaha untuk melewati di atas jaring atau net dan mencegah lawan dapat memukul bola dan menjatuhkan ke dalam lapangan ( Arif Syairifudin dan Muhadi, 1991: 103).

Menurut Suhadi (2004: 7) “ teknik dasar permainan bolavoli meliputi *servis* menerima *servis*, *passing*, umpan, pukulan serangan dan *blocking*”. Jadi, teknik tersebut harus diajarkan dan dikenalkan kepada peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli adalah permainan di atas lapangan segi empat dengan lebar 9 meter dan panjang 18 meter. Bola dimainkan dengan menggunakan cara memvoli bola di udara dan melewatkan bola diatas jala dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lawan untuk menang.

### C. Hakikat Teknik Permainan Bola voli

Menurut Suharno HP (1984: 1), permainan bolavoli adalah cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu berjumlah enam orang pemain dan di setiap lapangan dipisah oleh net. Pantulan bola yang dimainkan boleh menggunakan seluruh anggota badan.

Maksud dan tujuan dari permainan ini adalah menjatuhkan bola di lapangan lawan melewati atas net dengan syarat pantulan sempurna dan bersih sesuai dengan peraturan. Permainan dimulai dengan pukulan bola servis. Bola harus dipukul dengan satu tangan ke arah lapangan lawan melewati net.

Setiap regu dapat memainkan bola tiga kali pukulan untuk dikembalikan (kecuali pukulan pada saat membendung). Nilai permainan bolavoli hanya regu yang menang satu reli permainan memperoleh satu angka. Hingga salah satu regu menang dalam pertandingan dengan terlebih dahulu mengumpulkan minimal dua puluh lima angka dan untuk set penentuan lima belas angka.

Menurut M.Yunus (1992: 68), teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan-peraturan yang berlaku dalam voli untuk mencapai hasil yang optimal.

Sedangkan menurut Suharno HP (1979: 11), Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli. Untuk meningkatkan prestasi bolavoli, teknik ini erat hubungannya dengan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betul-betul dikuasai terlebih dahulu agar dapat meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli. Penguasaan teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menang atau kalahnya satu regu dalam suatu pertandingan

disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

Penguasaan teknik dasar merupakan hal terpenting dalam suatu cabang olahraga, karena keberhasilan dalam melakukan teknik dasar akan menentukan keberhasilan dalam suatu cabang olahraga. Seperti yang dikemukakan Suharno HP (1984: 12), dalam mempertinggi bermain bolavoli, teknik dasar harus dipelajari terlebih dahulu karena teknik dasar merupakan pondasi dari proses gerak yang mampu meningkatkan keterampilan gerak yang bermutu tinggi, serta untuk meningkatkan mutu prestasi permainan bolavoli dan juga merupakan salah satu unsur untuk yang menentukan menang atau kalah suatu regu dalam pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

Berdasarkan syarat penguasaan teknik dasar bolavoli, maka teknik-teknik dasar permainan bolavoli dapat dibedakan menjadi berikut:

### 1. *Servis*

Menurut M.Yunus (1992: 69), *servis* merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan sesuai dengan kegunaan permainan, teknik saat ini hanya sebagai pembukaan permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut teknik sudah merupakan serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan.

Sedangkan menurut Nuril Ahmadi (2007: 20), *servis* adalah pukulan pertama yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan *servis* dilakukan pada permulaan dan setiap terjadinya kesalahan. Karena pukulan *servis* sangat berperan besar untuk memperoleh poin, maka pukulan *servis* harus menyakinkan, terarah, keras dan menyakitkan lawan.

### 2. *Passing*

*Passing* adalah upaya seseorang pemain yang menggunakan teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan kepada teman satu regu untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22). Dalam permainan bolavoli, *Passing* dapat

dilakukan dengan cara *Passing* bawah dan *Passing* atas.

Menurut M.Yunus (1993: 79), *Passing* adalah mengumpangkan bola teman sendiri dalam satu regu dengan teknik tertentu sebagai langkah awal untuk menyusun serangan ke regu lawan.

Berdasarkan pada macam-macam teknik dasar *passing* dalam permainan bola voli, maka teknik *passing* dibedakan menjadi teknik *passing* atas dan *passing* bawah.

#### a. *Passing* atas

Cara melakukan *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutu ditebuk sedikit sehingga di muka setinggi bahu. Sudut antara siku dengan badan kurang lebih 45 derajat. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.

#### b. *Passing* bawah

Menurut Barbara L. Viera (2004: 19), *Passing* bawah atau operan lengan bawah merupakan teknik dasar bolavoli yang harus dipelajari lebih tegasnya, Barbara mengatakan bahwa operan ini biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan tim bila tidak memegang *servis*. Operan ini digunakan untuk menerima *servis*, *spike*, memukul bola setinggi pinggang bawah dan memukul bola yang terpantul di net".

*Passing* bawah ini merupakan teknik dalam permainan bolavoli yang mempunyai banyak fungsi dan kegunaan. Menurut Nurul Ahmadi (2007: 23), memainkan bola dengan lengan bagian bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting. *Passing* bawah merupakan teknik pada permainan bolavoli yang sangat mendasar, *passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* bawah dilakukan dengan cara memukul bola dari bawah pada perkenaan pada lengan. *Passing* bawah menurut Nurul Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau dua lengan secara bersamaan.

Kegunaan dari *passing* bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba. Menurut Herry Koesyanto (2003: 26), dalam melakukan *passing* bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. *Passing* bawah satu tangan biasanya dipergunakan apabila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Bentuk-bentuk melakukan *passing* bawah antara lain:

- 1) Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam
- 2) Punggung tangan dengan jari-jari terbuka
- 3) Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam

Sedangkan *passing* bawah dengan dua tangan ada beberapa bentuk sikap tangan sebelum melakukan *passing* bawah dua tangan antara lain:

- 1) *The Dig (Clenched First Method)* yaitu kedua ibu jari sejajar dan jari-jari tangan yang satu membungkus jari tangan lainnya, ini asalnya dari Amerika, Bentuk ini sering digunakan bagi pemain yang sudah tinggi kemampuan *passing* bawahnya, Karena lebih fleksibel apabila menerima bola dari arah manapun.
- 2) *Mengemis (Thumb Over Palm Method)* yaitu kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit ibu jari. Perkenaan bola diatas pergelangan tangan (bagian proksimal) bentuk ini lebih tepatnya bagi pemula karena untuk mempermudah mengantisipasi bola pada bidang perkenaan.

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) teknik *passing* bawah terdiri dari beberapa tahapan, antara lain:

- 1) Persiapan
  - a) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
  - b) Genggam jari tangan
  - c) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
  - d) Teknik lutut tahan tubuh dalam posisi rendah
  - e) Bentuk landasan dengan lengan
  - f) Sikut terkunci
  - g) Lengan sejajar dengan paha
  - h) Pinggung lurus
  - i) Pandangan ke arah bola
- 2) Pelaksanaan
  - a) Terima bola didepan badan
  - b) Kaki sedikit diulurkan
  - c) Berat badan dialihkan kedepan
  - d) Pukulan bola jauh dari badan
  - e) Pinggul bergerak kedepan
  - f) Perhatikan Bola saat menyentuh lengan. Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.
- 3) Gerakan Lanjutan
  - a) Jari tangan tetap digenggam
  - b) Siku tetap terkunci
  - c) Landasan mengikuti bola kesasaran
  - d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
  - e) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran

## 2. Umpan (*set up*)

Menurut M.Yunus (1992: 101) umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat diserang ke daerah lawan dalam bentuk *smash*.

## 3. *Smash*

Dengan membentuk serangan pukulan yang keras waktu bola berada diatas jaring, untuk dimasukkan ke daerah lawan. Untuk melakukan dengan baik perlu memperhatikan faktor-faktor berikut: awalan, tolakan, pukulan, dan pendaratan. Menurut Muhajir (2006: 23) teknik *smash* dalam permainan bolavoli dapat diartikan sebagai "cara memainkan bola dengan efisien dan efektif

sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal”. M.Mariyanto (2006:128) mengatakan bahwa *Smash* adalah suatu pukulan yang kuat dimana tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada diatas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah”. Iwan kristianto (2003: 143) mengatakan bahwa: “*Smash* adalah pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan”. *Spike* adalah merupakan bentuk serangan yang paling banyak digunakan untuk menyerang dalam upaya memperoleh nilai suatu tim dalam permainan voli. Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Teknik *Smash* atau *spike* adalah cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan untuk mencapai pukulan keras yang biasanya mematikan ke daerah lawan. Tes *smash* Menurut Sandika mengemukakan bahwa tes *Smash* adalah tolak ukur untuk mengukur kemampuan *smash*.

#### 4. Bendungan (*block*)

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan (M. Yunus, 1992: 119). Menang atau kalah pada pertandingan bolavoli sesungguhnya tergantung pada baik tidaknya *Basic Skill* atau kemampuan dasar pemain itu sendiri. *Basic Skill block* atau pertahanan merupakan inti dari seluruh pertahanan. Hanya dengan pertahanan yang kuat pemain dapat melindungi pukulan-pukulan *smash* lawan.

#### D. Metode Mengajar Pendidikan Jasmani

Dalam pendidikan jasmani ada beberapa macam metode yang digunakan dalam pembelajarannya antara lain:

1. Gaya Komando: Dalam gaya komando ini guru penjas harus aktif karena penjelasan, penyampaian materi diberikan oleh guru penjas itu sendiri. Dalam gaya komando dari pra

pertemuan, dalam pertemuan keputusan semua diambil oleh guru penjas

2. Gaya Latihan: Dalam gaya latihan peserta didik diberikan waktu untuk melaksanakan tugas secara perorangan dan guru memberi umpan balik kepada semua peserta didik perorangan.
3. Gaya Resipokal: Gaya resipokal memberikan kesempatan kepada teman sebaya, untuk memberikan umpan balik.
4. Gaya Cakupan atau Inklusi: Dalam gaya ini guru memberi tingkatan atau level kemampuan kepada peserta didik, sehingga peserta didik dapat memilih gerakan sesuai kemampuan.
5. Gaya Konvergen: Dalam gaya konvergen guru cukup memberikan perintah atau intruksi dalam melakukan teknik gerakan dan peserta didik melakukan sesuai pengetahuannya.

#### E. Permainan 4 on 4

##### 1. Pengertian permainan

Bermain merupakan kegiatan yang dilakukan anak-anak untuk memperoleh kesenangan sebagai hiburan, sedangkan kegiatan orang dewasa dikategorikan sebagai rekreasi atau mengisi waktu luang. Menurut W.R.Smith yang dikutip oleh (Soemitro, 1992: 2) mengatakan bahwa, “bermain adalah dorongan langsung dari dalam dari setiap individu, yang bagi anak-anak merupakan pekerjaan, sedangkan bagi orang dewasa lebih dirasakan sebagai kegemaran”.

Bermain mempunyai keterkaitan dengan pendidikan. Keterkaitan itu salah satunya adalah makna bermain dalam pendidikan. Menurut Sukintaka (1992: 7), Makna bermain dalam pendidikan sebagai berikut:

- a. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang.
- b. Bermain dengan rasa senang, menumbuhkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.
- c. Bermain dengan rasa senang, untuk memperoleh kesenangan, kadang-

kadang memerlukan kerja sama dengan teman, menghormati lawan, mengetahui kemampuan teman, patuh pada peraturan dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

Jadi bermain juga mengandung unsur pendidikan dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan sesuatu tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya dapat berkerja sama, melatih kejujuran dan meningkatkan jiwa sosial. Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan adalah bagian dari kehidupan anak dan aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan, namun bisa ditandai pencarian menang-kalah.

Dalam penelitian ini peneliti ingin meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan permainan 4 on 4 dalam pembelajaran bolavoli khususnya peserta didik kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare. Untuk lebih jelasnya permainan 4 on 4 dapat dijelaskan sebagai berikut:

## 2. Pengertian 4 on 4

4 on 4 merupakan permainan bolavoli yang dimodifikasi sedemikian rupa dari jumlah pemain, ukuran lapangan, dan tinggi net, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan *passing* bawah bolavoli. Selain itu juga agar peserta didik lebih aktif bergerak sehingga anak merasa gembira dan tertarik untuk melakukan teknik yang paling mendasar dalam permainan bolavoli ini.

## 3. Klasifikasi umur, anggota regu, luas lapangan dan tinggi net.

Menurut Horst Baacke dalam Coaches Manual I, (1980: 90) yang dikutip oleh (M. Yunus, Olahraga pilihan bolavoli, 1992: 189), jumlah regu, ukuran lapangan dan ketinggian net untuk berbagai tingkat umur di klasifikasikan seperti berikut:

**Tabel 2.1. Klasifikasi Tingkat Umur**

Umur	10-13 tahun	14-16 tahun	15-17 tahun
Regu	2 vs 2	3 vs 3	4 vs 4
Lapangan	3 x 9 meter 4,5 x 9 meter	6 x 9 meter 6 x 12 meter	8 x 12 meter 9 x 12 meter
Net	210 ± 5 cm	210 ± 5 cm	220 ± 5 cm

Sesuai dengan karakteristik umur peserta didik SMA kelas XI yang rata-rata berkisar antara 14-17 tahun, pedoman ukuran lapangan dan ketinggian net yang digunakan untuk permainan 4 on 4 pada bolavoli.

- Panjang lapangan : 9 m
- Lebar lapangan : 6 m
- Tinggi net putri : 210 cm = 2,10 m
- Tinggi net putra ; 215 cm = 2,15 m

## 4. Peraturan permainan 4 on 4 bolavoli

Permainan 4 on 4 dalam bolavoli ini merupakan permainan modifikasi sehingga ukuran lapangan, untuk peraturan permainannya juga mengalami perubahan sebagai berikut.

- Angka, set dan memenangkan pertandingan
  - Mendapatkan angka  
Perhitungan angka dengan sistem rally point. Tim yang memenangkan setiap rally point maka memperoleh point 1.
  - Memenangkan satu set  
Untuk permainan 4 on 4 bola voli ini permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 angka (26-24, 27-25, dst).
  - Memenangkan satu pertandingan  
Adalah apabila satu regu yang dapat memenangkan satu set . Permainan ini ditetapkan dalam pembelajaran sehingga hanya dimainkan dengan 1 kali kemenangan karena keterbatasan waktu atau dapat disesuaikan dengan waktu yang tersedia.

- b. Memainkan bola
- 1) Setiap regu diperkenankan terlebih dahulu memantulkan bola maksimal 5x sebelum mengembalikan bola melewati atas net.
- 2) Seorang pemain boleh memantulkan bola 2x.
- 3) Pemain dapat melakukan sentuhan bola hanya dengan menggunakan *passing* bawah.
- c. Servis

Menurut PBVSI (2005: 33), “*servis* adalah suatu upaya untuk mendapatkan bola ke dalam permainan oleh pemain kanan belakang yang berada di daerah *servis* (posisi 1)”. Teknik yang digunakan adalah dengan cara mengayunkan lengan dari bawah untuk memukul bola. Dalam permainan ini menggunakan *servis* bawah.

Bola dinyatakan dalam permainan apabila bola telah dipukul dan melewati net. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai dan jika bola keluar atau satu tim gagal mengembalikan bola. Dalam permainan 4 on 4 ini tim yang memenangkan sebuah rally point memperoleh satu angka (rally point system).

Setiap tim yang memenangkan rally point, pemain melakukan rotasi untuk melakukan servis. Tidak ada pemain yang melakukan servis 2x berturut-turut.

- d. Pukulan / serangan

Dalam permainan ini hanya diperbolehkan menggunakan *passing* bawah dalam mengumpan/ mengoper bola. Apabila salah satu dari anggota tim menggunakan teknik selain *passing* bawah maka bola dinyatakan “mati” dan poin di dapatkan tim lawan.

## F. Kerangka Berpikir

Untuk dapat bermain bolavoli secara baik terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini, antara lain teknik *servis*, *passing*, *smash*. Tanpa penguasaan teknik dasar tersebut tidak bermain secara baik pula. Banyak sekali faktor yang mempengaruhi keberhasilan

diantaranya kondisi fisik, mental, taktik dalam bermain bola voli, banyak latihan, dan sebagainya. Pada intinya penguasaan teknik atau keterampilan dapat dikuasai atau diperoleh apabila dilatih atau dipelajari dengan persyaratan tertentu, salah satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan tersebut dilakukan secara terus-menerus dalam jangka waktu yang memadai. Pembelajaran *passing* bawah di sekolah merupakan suatu proses belajar yang dilakukan dengan cara bimbingan, pemberian pengetahuan atau materi tentang *passing* bawah secara rinci dan terprogram pada peserta didik. Pemberian materi juga harus memperhatikan siapa yang akan diberikan materi tersebut, karena tiap jenjang pendidikan memiliki karakter yang berbeda pada peserta didiknya. Dengan melihat karakteristik peserta didik SMA maka seorang guru penjasorkes harus pandai-pandai membuat inovasi atau variasi model pembelajaran yang dapat menarik minat peserta didik untuk dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Untuk bisa mengikuti pembelajaran yang baik harus didasari dengan suka terlebih dahulu, karena apabila peserta didik sudah tidak suka terhadap model pembelajaran yang diberikan oleh guru maka peserta didik akan malas atau merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan pemahaman diatas, maka sebagai guru harus mampu menciptakan suatu model pembelajaran yang menyenangkan seperti permainan 4 on 4 bolavoli sehingga peserta didik tidak merasa bosan dan dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. Begitu juga dalam pembelajaran *passing* bawah, seorang guru harus bisa menciptakan model pembelajaran.

## G. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian pustaka yang dikemukakan, maka penulis akan mengemukakan (hipotesis) jawaban sementara terhadap permasalahan diatas adalah: “Jika digunakan permainan 4 on 4 dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Kesehatan, maka keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli di kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare akan meningkat”.

### Hasil Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di kelas XI SMA Negeri 2 Parepare. Subyek penelitian pada penelitian tindakan kelas ini adalah peserta didik yang duduk di bangku kelas XI MIPA 2 yang berjumlah 31 peserta didik di SMA Negeri 2 Parepare. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas tentang Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 On 4 Pada Peserta didik Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare, khususnya keterampilan dalam *passing* bawah.

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

#### 1. Siklus I

##### a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini peneliti melaksanakan hal-hal sebagai berikut.

##### 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran atau RPP disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi tentang rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi yang akan disampaikan oleh guru yaitu materi tentang teknik dasar *passing* bawah. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah peserta didik melalui permainan 4 on 4.

##### 2) Menyediakan Media Pembelajaran

Peneliti mempersiapkan media gambar gerakan teknik dasar dan peralatan serta perlengkapan

pembelajaran. Media ini digunakan sebagai sarana pokok dalam melaksanakan pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui permainan 4 on 4.

##### 3) Menyiapkan Daftar Skala Penilaian Keterampilan Gerak Peserta didik

Lembar penilaian keterampilan gerak peserta didik disusun oleh peneliti berkolaborasi dengan guru disesuaikan dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan. Pemberian daftar penilaian keterampilan gerak pada setiap akhir siklus yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan peserta didik terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bola voli.

#### b. Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan siklus I dalam penelitian ini dilaksanakan sebanyak dua kali pertemuan yaitu pertemuan pertama pada hari Selasa, 12 September 2017 dan pertemuan kedua pada hari Selasa, 19 September 2017 yang dideskripsikan sebagai berikut.

##### 1) Kegiatan Awal

Setelah peserta didik mempersiapkan diri di lapangan. Guru selanjutnya mengkondisikan peserta didik untuk menerima pelajaran kemudian melakukan apersepsi dengan mendeskripsikan teknik dasar *passing* bawah dan menjelaskan dengan menggunakan contoh gerakan. Setelah melakukan apersepsi dan tanya jawab, guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai peserta didik yaitu melakukan kegiatan *passing* bawah. Guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran yang akan dilakukan peserta didik yaitu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain. Kemudian guru memberikan materi pemanasan dengan permainan nelayan menjaring ikan.

##### 2) Kegiatan Inti

a) Mengamati  
Peserta didik di minta mengamati gambar teknik *passing* bawah (saat perkenaan dengan bola, posisi tangan, posisi kaki) dan menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikan dan peserta didik yang lain mengamati sebagai sumber belajar.

b) Menanya  
Guru menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *passing* bawah dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *passing* bawah.

c) Menalar  
Peserta didik mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan. Peserta didik berfikir bagaimana cara agar dia dapat melakukan *passing* bawah dalam bermain bola voli.

d) Mencoba  
Setiap tim terdiri dari 4 orang pemain melakukan permainan *4 on 4* dengan mengutamakan teknik *passing* bawah sebagai teknik wajib yang digunakan.

e) Mengkomunikasikan  
Setelah permainan selesai peserta didik melakukan test *passing* bawah (disetiap akhir siklus), test *passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* mulai dari tahap persiapan, gerak dan gerak lanjutan , hal tersebut untuk mengetahui apakah peningkatan kemampuan volli *passing* bawah bola voli dengan mnggunakan permainan *4 on 4*.

3) Kegiatan Akhir  
Pada kegiatan akhir guru memberikan kegiatan pendinginan dengan permainan “sebut kata”. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

### c. Observasi dan Evaluasi

#### 1) Pertemuan Pertama

Tahap observasi dilakukan dengan 1 kolaborator, dimana kolaborator tersebut adalah rekan/teman sejawat peneliti di SMA Negeri 2 Parepare yang juga merupakan guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Hasil dari observasi yang dilakukan oleh kolaborator terhadap proses pembelajaran berjalan cukup baik. Hal tersebut dapat dilihat dari langkah-langkah guru sesuai dengan prosedur pada saat pembelajaran, dan pembelajaran berjalan dengan rencana yang diterapkan. Hasil observasi menunjukan guru dalam memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar, pemanasan meliputi gerakan statis dan dinamis yang dilakukan urut dan penggunaan media sudah baik dan kreatif sehingga dapat diterapkan dan membantu memperlancar proses pembelajaran. Metode yang dilakukan guru adalah demonstrasi, komando, ceramah, jadi peserta didik menjadi lebih paham dan terkendali.

#### 2) Pertemuan Kedua

Dari hasil observasi yang dilakukan oleh kolaborator pada pertemuan kedua, jalannya proses pembelajaran sudah mengalami peningkatan dibandingkan dengan pertemuan pertama. Peningkatan tersebut terjadi pada guru dan peserta didik. Dilihat dari segi guru pelaksanaan pembelajaran berjalan cukup baik, ada beberapa aspek dari hasil observasi yang meningkat, aspek tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: guru dapat mengkondisikan peserta didik dengan formasi yang tepat, saat membariskan peserta didik posisi membelakangi matahari dan urut ketinggian. Dalam menyampaikan perintah secara tegas dan jelas, menggunakan bahasa yang mudah dipahami. Guru memberikan motivasi kepada peserta didik,

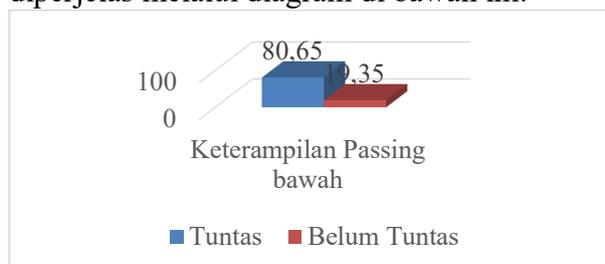
khususnya ketika peserta didik mulai kurang semangat dalam melakukan gerakan atau permainan. Guru juga memberikan pujian ketika peserta didik melakukan gerakan dengan benar ataupun memenangkan permainan yang dilaksanakan. Guru sudah memberikan evaluasi kepada peserta didik baik secara individual maupun kelompok. Pada saat ada peserta didik yang melakukan kesalahan, maka sejenak guru menghentikan proses pembelajaran dan mengevaluasi kesalahan peserta didik, serta memberikan contoh dan solusi yang seharusnya dilakukan.

Evaluasi pembelajaran secara keseluruhan diberikan diakhir pembelajaran dan ditentukan dengan memberikan kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan peserta didik dan guru, peneliti akan memaparkan hasil belajar peserta didik berupa tingkat keterampilan *passing* bawah.

**Tabel 4.1 Analisis Keterampilan Passing Bawah Siklus I**

No	Skor	f	%	Keterangan
1.	$X \geq 60$	25	80,65	Tuntas
2.	$X < 60$	6	19,35	Belum Tuntas

Berdasarkan hasil siklus I tersebut, 6 peserta didik atau 19,35% peserta didik tuntas belajar dan 25 peserta didik atau 80,65% belum tuntas belajar. Data dari tabel di atas mengenai keterampilan *passing* bawah peserta didik berdasarkan pada siklus I dapat diperjelas melalui diagram di bawah ini:



**Gambar 4.1. Diagram Keterampilan Passing Bawah pada Siklus I**

#### d. Refleksi (*Reflecting*)

Kegiatan refleksi ini dimaksudkan sebagai bahan masukan pada perencanaan siklus selanjutnya. Refleksi pada siklus I dilakukan oleh peneliti. Tujuan dari kegiatan refleksi ini adalah untuk membahas hal-hal apa saja yang menjadi hambatan pada pelaksanaan siklus I. Hal ini dikarenakan pada siklus I masih belum mencapai tingkat ketuntasan secara klasikal dengan ketuntasan minimal sebesar 85% atau 27 peserta didik tuntas. Akan tetapi, pada siklus I baru diperoleh 25 peserta didik tuntas belajar sehingga harus dilanjutkan ke siklus selanjutnya. Adapun hasil refleksi yang diperoleh pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.2 Refleksi siklus I dan rencana perbaikan di siklus II**

Refleksi Siklus I	Rencana Perbaikan Siklus II
Masih banyak peserta didik yang salah dalam melakukan gerakan teknik dasar passing bawah.	Perlu adanya penjelasan yang lebih mendalam dengan mengarahkan ke gerakan yang benar.
Kesempatan bermain 4 on 4 kurang leluasa.	Menambah waktu untuk permainan.
Kurangnya partisipasi aktif peserta didik dalam pembelajaran.	Menumbuhkan motivasi belajar peserta didik dengan memberikan permainan pemanasan yang menarik.

## 2. Siklus II

### a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini peneliti melaksanakan hal-hal sebagai berikut.

- 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran atau RPP disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi tentang rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi yang akan disampaikan oleh guru yaitu materi tentang teknik dasar *passing* bawah. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah peserta didik melalui permainan 4 on 4.

## 2) Menyediakan Media Pembelajaran

Peneliti mempersiapkan media gambar gerakan teknik dasar dan peralatan serta perlengkapan pembelajaran. Media ini digunakan sebagai sarana pokok dalam melaksanakan pembelajaran teknik dasar *passing* bawah bola voli melalui permainan 4 on 4.

## 3) Menyiapkan Daftar Skala Penilaian Keterampilan Gerak Peserta didik

Lembar penilaian keterampilan gerak peserta didik disusun oleh peneliti berkolaborasi dengan guru disesuaikan dengan pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan. Pemberian daftar penilaian keterampilan gerak pada setiap akhir siklus yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan peserta didik terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bola voli.

### b. Tindakan (Action)

Pelaksanaan tindakan siklus I dalam penelitian ini dilaksanakan pada hari Selasa, 3 Oktober 2017 dan 10 Oktober 2017 yang dideskripsikan sebagai berikut:

#### 1. Kegiatan Awal

Setelah peserta didik mempersiapkan diri di lapangan. Guru selanjutnya mengkondisikan peserta didik untuk menerima pelajaran kemudian melakukan apersepsi dengan mendeskripsikan teknik dasar *passing* bawah dan menjelaskan dengan menggunakan gambar. Setelah melakukan apersepsi dan tanya jawab, guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang

akan dicapai peserta didik yaitu melakukan kegiatan *passing* bawah. Guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran yang akan dilakukan peserta didik yaitu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan pendekatan bermain. Kemudian guru memberikan materi pemanasan dengan permainan nelayan menjaring ikan yang dikembangkan.

#### 2. Kegiatan Inti

##### a) Mengamati

Peserta didik di minta mengamati gambar teknik *passing* bawah ( saat perkenaan dengan bola, posisi tangan, posisi kaki ) dan menunjuk salah satu peserta didik untuk mempratikan dan peserta didik yang lain mengamati sebagai sumber belajar. Selain itu, guru memberikan contoh secara konkrit dan mengambil sampel dari peserta didik yang sudah bisa dan peserta didik yang belum bisa sehingga peserta didik mengetahui kekurangannya dan teknik *passing* bawah yang benar.

##### b) Menanya

Guru menanyakan bagaimana langkah-langkah melakukan *passing* bawah dan bagaimana posisi badan dan kaki saat melakukan *passing* bawah.

##### c) Menalar

Peserta didik mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan. Peserta didik berfikir bagaimana cara agar dia dapat melakukan *passing* bawah dalam bermain bolavoli.

##### d) Mencoba

Setiap tim terdiri dari 4 orang pemain melakukan permainan 4 on 4 dengan mengutamakan teknik *passing* bawah sebagai teknik wajib yang digunakan.

##### e) Mengkomunikasikan

Setelah permainan selesai peserta didik melakukan test *passing* bawah ( disetiap akhir siklus ), test *passing* bawah selama 60 detik yang bertujuan untuk mengetahui berapa kali bola dapat *passing* dalam waktu 1 menit dan pada saat yang bersamaan juga dinilai teknik *passing* mulai dari tahap persiapan, gerak dan gerak lanjutan , hal

tersebut untuk mengetahui apakah peningkatan kemampuan voli *passing* bawah bolavoli dengan menggunakan permainan 4 on 4.

### 3. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan akhir guru memberikan kegiatan pendinginan dengan permainan “sebut kata”. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar melakukan latihan mandiri di rumah. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

#### c. Observasi dan Evaluasi

##### 1) Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama pada siklus kedua merupakan lanjutan dari proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada siklus pertama. Kolaborator dalam pertemuan pertama melakukan observasi terhadap apa yang disampaikan dan diperintahkan oleh guru peserta didik sudah tidak bingung lagi seperti pertemuan sebelumnya. Permainan yang dilakukan oleh guru adalah permainan 4 on 4 bolavoli dari segi ukuran dan lapangannya. Dalam menggunakan alat pembelajaran sudah secara efektif dan cukup baik dilakukan oleh peserta didik. Peserta didik dalam melakukan *passing* bawah sudah bersungguh-sungguh mengalami penurunan dari pertemuan yang sebelumnya sudah baik, pada pertemuan ini menjadi cukup baik. Hal ini karena peserta didik dibariskan dalam bentuk melingkar. Selanjutnya pada pertemuan pertama siklus kedua disetiap aspek dikatakan pelaksanaan sudah berjalan cukup baik.

##### 2) Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua pada siklus kedua merupakan lanjutan proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada pertemuan sebelumnya. Kolaborator dalam pertemuan kedua ini melakukan observasi terhadap guru dan peserta didik pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hasil observasi pembelajaran penjas pada pertemuan kedua di siklus kedua mengalami sedikit peningkatan, dilihat dari segi guru pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan baik.

Hal ini ditunjukkan dari aspek -aspek yang diamati melalui lembar pengamatan,

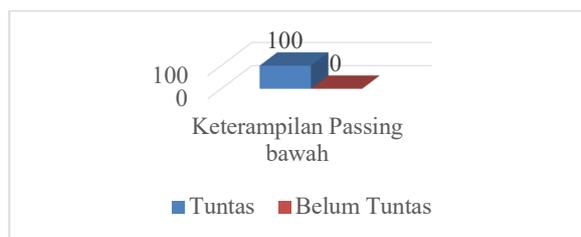
beberapa diantaranya yaitu guru dalam memberikan pemanasan sesuai materi ajar, pemanasan dilakukan secara tepat dengan gerakan statis dan dinamis. Guru dalam menyampaikan penjelasan sudah secara jelas dan tegas. Dalam penggunaan waktu sudah secara efektif dan tepat, setelah pembelajaran selesai masih ada waktu yang cukup untuk peserta didik beristirahat dan ganti baju. Untuk secara keseluruhan pembelajaran pada pertemuan kedua ini sebagian besar aspek-aspek yang diamati sudah memperoleh kriteria yang sangat baik.

Hasil observasi yang dilakukan dari segi peserta didik pelaksanaan pembelajaran berjalan baik, dengan menunjukkan beberapa kemajuan. Di awal saat proses pembelajaran akan dimulai peserta didik dapat berkerjasama dengan peserta didik yang lain dalam menyiapkan peralatan pembelajaran dengan sangat baik karena terlihat lebih kompak seperti membawa net, bola dan alat media pembelajaran, terlihat dari peserta didik yang lebih semangat dalam melakukan perintah guru dan saat melakukan permainan. Peserta didik dapat menggunakan alat pembelajaran secara efektif dengan sangat baik dan peserta didik sudah melakukan pendinginan dengan bersungguh-sungguh dan sangat baik. Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan peserta didik dan guru, peneliti akan memaparkan hasil belajar peserta didik berupa tingkat keterampilan *passing* bawah.

**Tabel 4.3 Analisis Keterampilan Passing Bawah Siklus II**

No	Skor	f	%	Keterangan
1.	$X \geq 60$	31	100	Tuntas
2.	$X < 60$	0	0	Belum Tuntas

Berdasarkan hasil siklus II tersebut, semua peserta didik atau 100% peserta didik tuntas belajar dan tidak ada peserta didik atau 0% belum tuntas belajar. Data dari tabel di atas mengenai keterampilan *passing* bawah peserta didik berdasarkan pada siklus II dapat diperjelas melalui diagram di bawah ini:



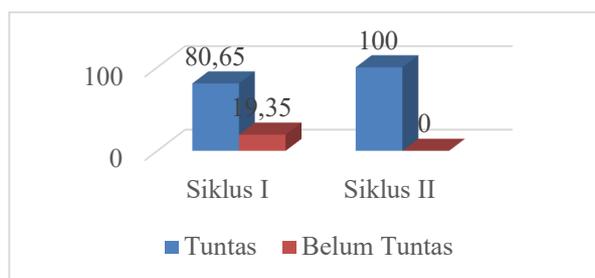
**Gambar 4.2. Diagram Keterampilan Passing Bawah pada Siklus II**

Hasil dari indikator tersebut maka dibandingkan berdasarkan pada kategori keberhasilan yaitu 85% pada tingkat ketuntasan. Adapun perbandingannya sebagai berikut:

**Tabel 4.4 Persentase perbandingan tingkat ketuntasan belajar pada siklus I dan siklus II**

Siklus	Tuntas	Belum Tuntas
I	25	6
II	100	0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siklus II mengalami peningkatan dibandingkan dari siklus I pada ketuntasan belajar peserta didik. Perbandingan ketuntasan belajar pada siklus I dan Siklus II diperjelas pada diagram batang sebagai berikut.



**Gambar 4.3. Perbandingan ketuntasan belajar pada siklus I dan Siklus II**

Berdasarkan diagram di atas dapat diketahui bahwa siklus II sebanyak 31 peserta didik atau 100% telah tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I sebanyak 25 peserta didik atau 80,65%, dan siklus II sebanyak tidak ada peserta didik atau 0% belum tuntas belajar dibandingkan data nilai siklus I, 6 peserta didik atau 19,35%.

Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 19,35% pada siklus II. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu 85% peserta didik mempunyai ketuntasan belajar minimal pada kategori tuntas belajar, sehingga tidak perlu adanya tindakan lanjut pada siklus selanjutnya.

Selain data di atas, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare ini juga diperoleh data observasi peserta didik terhadap pembelajaran yang telah dilakukan selama dua siklus. Di mana secara keseluruhan pembelajaran bola voli materi teknik dasar *passing* bawah melalui permainan 4 on 4 telah berjalan dengan sangat baik. Kegiatan pembelajaran dapat dinilai baik dari awal pembelajaran sampai dengan akhir pembelajaran. Peserta didik dapat bekerjasama dengan baik dengan teman lain untuk menyiapkan peralatan pembelajaran. Selain itu peserta didik dapat aktif, antusias dan bekerjasama antar teman dari pemanasan sampai permainan dilakukan dalam pembelajaran. Kelebihan ini juga diperlihatkan pada guru di mana guru mampu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk melakukan pertanyaan tentang apa yang dianggap sulit sehingga peserta didik dapat mudah untuk memahami pembelajaran yang di sampaikan.

#### **d. Refleksi (Reflecting)**

Kegiatan refleksi ini dimaksudkan sebagai bahan masukan pada perencanaan siklus selanjutnya atau pembelajaran selanjutnya. Dari hasil pembelajaran siklus II ini telah drasa cukup berhasil dikarenakan peserta didik telah mencapai ketuntasan belajar sebesar 100%. Sebuah pembelajaran akan berjalan dengan lancar dan maksimal apabila tersedia sarana dan prasarana yang memadai dan materi ajar juga harus dikemas dan disampaikan dengan baik sehingga peserta didik dapat menemui kesulitan dan dapat memecahkan kesulitan tersebut melalui

bimbingan dari guru. Sehingga perlu adanya pola interaksi yang baik antara peserta didik, guru dan sekolah. Di mana tersediannya sarana dan pengemasan pembelajaran yang menarik akan mampu memberikan hal positif bagi peserta didik.

Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa tingkat keterampilan gerak peserta didik yang diperoleh melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dengan materi *passing* bawah dalam bolavoli melalui permainan *4 on 4*. Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan ketuntasan belajar peserta didik dengan modifikasi permainan pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah bola voli peserta didik XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan ketuntasan belajar peserta didik yang ditunjukkan dengan hasil keterampilan gerak peserta didik. Sebelum diterapkannya modifikasi media pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan materi *passing* bawah melalui permainan *4 on 4* diperoleh Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 25 peserta didik (80,65%) tuntas belajar, dan 6 peserta didik atau 19,35% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 31 peserta didik (100%) tuntas belajar dan tidak ada peserta didik atau 0% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 19,35% pada siklus II dari siklus I.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa dengan pengemasan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan dan tingkat kesulitan teknik dasar

yang diajarkan akan mampu memberikan perubahan yang signifikan pada peningkatan keterampilan gerak peserta didik. Hal ini mengingat pada dewasa ini sebagian besar guru masih menerapkan pola pembelajaran yang kurang disukai oleh peserta didik. Di mana hanya dengan memberikan pembelajaran yang mengajarkan teknik dasar dengan metode *driil* atau mungkin langsung pada permainan aslinya. Dengan keadaan ini membuat permainan bolavoli tidak dapat berjalan dengan baik dikarenakan peserta didik tidak memiliki kemampuan teknik dasar yang baik.

Pembelajaran yang dikemas dengan sedemikian rupa yang mampu memberikan kesempatan bagi peserta didik mengenali dirinya seberapa jauh penguasaan teknik dasarnya dan memberikan kesempatan peserta didik untuk memperbaiki ini akan memberikan peluang peserta didik untuk lebih memiliki teknik dasar yang baik. Dengan memberikan permainan yang dimodifikasi untuk memberikan kesempatan peserta didik berkembang dengan tahap-tahap sesuai dengan kemampuannya akan memberikan kontribusi yang positif. Hal ini dikarenakan keterampilan teknik dasar memiliki ketentuan tertentu agar dapat melakukan keterampilan yang baik. Secara khusus keterampilan *passing* bawah bolavoli harus dikuasai dengan baik dengan kriteria hasil *passing* yang baik agar mudah diterima oleh toser.

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000: 70) pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor tersebut dibedakan menjadi tiga hal yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor Pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Senada dengan pendapat tersebut menunjukkan bahwa kegiatan belajar mengajar harus diciptakan suasana yang baik agar guru dapat menyampaikan materi dengan mudah diterima oleh peserta didik. Selain agar mudah diterima oleh peserta didik guru harus mampu memberikan penyampaian materi dengan tahapan yang mudah disesuaikan dengan kemampuan yang dimiliki

oleh peserta didik. Hal ini dikarenakan setiap peserta didik memiliki karakter dan tingkat keterampilan yang berbeda-beda sehingga harus mampu memberikan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan secara klasikal.

Tingkat kesulitan materi yang diajarkan juga akan mempengaruhi cepat lambatnya peserta didik dalam menguasai teknik tersebut sehingga guru harus mampu menjembatani keterbatasan tersebut. Disamping itu, lingkungan sekolah juga dapat mempengaruhi tingkat penguasaan peserta didik terhadap materi yang diajarkan. Hal ini seperti kualitas sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah. Dengan memiliki sarana yang lengkap maka guru akan mudah untuk memberikan materi pembelajaran dengan mudah untuk memodifikasi permainan yang didukung oleh kelengkapan sarana yang dimiliki.

Secara khusus pemberian modifikasi permainan 4 on 4 dalam materi *passing* bawah bolavoli akan memberikan kesempatan peserta didik untuk mampu bermain dengan tahap-tahap tingkat keterampilan yang dimiliki dan didukung dengan faktor kebersamaan sesama teman. Dengan adanya permainan akan membantu peserta didik untuk berkerja sama dalam permainan sehingga peserta didik yang masih belum memiliki keterampilan yang baik dibantu oleh teman setimnya untuk bermain dengan baik. Permainan ini akan membantu peserta didik secara teknik dan psikis peserta didik. Prinsip psikis adalah bermain dengan senang dan kerjasama yang baik (Suharno HP, 1981: 1-2). Pembelajaran yang senang dan kerjasama yang baik akan mengubah situasi yang menjenuhkan ke situasi yang menyenangkan sehingga peserta didik akan semakin semangat dalam pembelajaran.

Proses pembelajaran melalui permainan 4 on 4 ini bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan bermain yang baik. Karakteristik permainan bolavoli adalah permainan yang mengutamakan kerjasama agar mudah dalam mencetak poin. Permainan

bolavoli diawali dengan *servis*, *passing* dan diakhiri dengan *smash* dan *blocking*. Hal ini menunjukkan bawah *passing* bawah sangat dibutuhkan untuk mampu menerima *servis* dari lawan yang bertujuan untuk mempertahankan permainan dan memberi umpan ke toser agar mudah memberikan umpan kepada *smasher*. Dengan memiliki keterampilan teknik dasar *passing* bawah yang akan memudahkan peserta didik untuk menghidupkan permainan. Di mana dewasa ini teknik *servis* digunakan sebagai teknik menyerang yang pertama dan dilakukan sebaik mungkin agar dapat mencetak poin secepat mungkin. Sehingga dengan menguasai teknik *passing* bawah yang baik akan mudah dalam menerima *servis*.

## PENUTUP

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli Menggunakan Permainan 4 On 4 Pada Peserta didik Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare mengalami peningkatan, yaitu dari Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 25 peserta didik (80,65%) tuntas belajar, dan 6 peserta didik atau 19,35% belum tuntas belajar. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 31 peserta didik (100%) tuntas belajar dan tidak ada peserta didik atau 0% belum tuntas belajar. Berdasarkan hasil rerata yang diperoleh tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan 19,35% pada siklus II dari siklus I.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Menggunakan Permainan 4 On 4 Pada Peserta didik Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang sekiranya dapat dijadikan masukan/ pertimbangan:

1. Untuk guru, dalam proses pembelajaran sebaiknya harus mengemas pembelajaran yang mudah dimengerti,

dipahami dan dipraktikkan oleh peserta didik agar peningkatan hasil belajar peserta didik dapat dimaksimalkan..

2. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan metode pembelajaran, modifikasi media dan pengemasan pembelajaran yang lebih beragam dalam setiap materi ajar agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik

## DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Amung Ma'mun dan Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Arif Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud
- Barbara L Viera dan Bonie Robinson. (1997) *Bola Voli Bimbingan, Petunjuk Dan Teknik Bermain*. Semarang: Dahara Prize Semarang.
- Cox Riarg H (1980). *Teaching volley ball*. Burges publishing company: America
- Das, S. W. H., Halik, A., Nasir, M., & Suredah, S. (2017). Pencapaian Kompetensi Guru Sekolah Dasar Negeri Melalui Lesson Study di Kota Parepare. In *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*.
- Depdiknas. 1999. *Petunjuk Tes Keterampilan Bola voli Usia 15-17 tahun*. Jakarta : Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Dhanu Agustiantoro. 2012. *Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Dalam Pembelajaran Bola Voli Mini Melalui Pendekatan Bermain Pada Peserta didik kelas V SD Negeri Adisucipto 2 Yogyakarta*. Yogyakarta. FIK UNY.
- Fuaad Ihsan. 2008. *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Halik, A., Suredah, S., & Ahdar, A. (2018, July). The Influence of Emotional and Spiritual Intelligence of Educator towards Learning Quality Improvement.
- Halik, A. (2016). Manajemen Pengendalian Mutu Sekolah: Implementasi Pada Sma Negeri Di Parepare. *Prosiding*, 2(1).
- Halik, A., Hanafie Das, S. W., Dangnga, M. S., Rady, M., Aswad, M., & Nasir, M. (2019). Empowerment of School Committee in Improving Education Service Quality at Public Primary School in Parepare City. *Universal Journal of Educational Research*, 7(9), 1956-1963.
- Hanafie Das, S. W., & Halik, A. (2020, May). Pendidikan Karakter Anak Usia Dini: Implementasi Pendekatan Brain Based Teaching pada Taman Kanak-Kanak di Kota Parepare.
- Hanafie Das, S. W., Halik, A., Iman, B., Tahir, M., Hamid, E., Djollong, A. F., & Kenre, I. (2020). Developing a Sociocultural Approach in Learning Management System through Moodle in the Era of the Covid-19. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 13(27), 941-958.
- Machfud Irsyada. 2000. *Bola Voli*. Jakarta: Depdiknas.
- Masnur Muslich. 2009. *Melaksanakan PTK itu mudah*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- M. Yunus. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Nuril ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga BolaVoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Saifudin Azwar. (1997). *Reabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar Offset.
- Sewang, A., & Halik, A. (2019). Model Manajemen Pembelajaran Pendidikan Islam Berbasis Masalah: Studi Kasus pada Jurusan Tarbiyah dan Adab IAIN Parepare. *JPPi (Jurnal Pendidikan Islam*

*Pendekatan Interdisipliner*), 3(1),  
1-15.

Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta:  
Depdikbud.

Sugiyanto, dan Sudjarwo. 1993.  
*Perkembangan dan Belajar Gerak*.  
Jakarta: Depdikbud.

Suhadi. (2004). *Pengaruh pembelajaran bola  
voli*. Depdikbud.

Suharno HP. (1979). *Dasar-Dasar Permainan  
Bola Volley*. Kaliwangi:  
Yogyakarta.

\_\_\_\_\_.(1984). *Teknik Dasar Permainan  
Bola Voli*. Bandung : Alfabeta

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk D2  
PGSD*. Jakarta: Depdikbud.

Sutomo, dkk. 2007. *Manajemen Sekolah*.  
Semarang: UPT MKK Universitas  
Negeri Semarang.

PP. PBVSI, Dewan & Bidang. 2005.  
*Peraturan Permainan Bola Voli*.  
Jakarta: Pengurus Pusat  
Persatuan Bola Voli seluruh  
Indonesia