

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*  
MELALUI PENDEKATAN MEDIA BOLA KARET  
PADA SISWA KELAS V SD**

**ARTIKEL PENELITIAN**

**OLEH**

**GUNAWAN**

**NIM: F48112030**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TANJUNGPURA  
PONTIANAK**

**2015**

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*  
MELALUI PENDEKATAN MEDIA BOLA KARET  
PADA SISWA KELAS V SD**

ARTIKEL PENELITIAN

**GUNAWAN**  
**NIM.F48112030**

Disetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Wiwik Yunitaningrum, M. Pd  
NIP.197906042008122001

Edi Purnomo, M.Or  
NIP.198301142008011004

Mengetahui,

Dekan

Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan

Dr. H. Martono, M.Pd  
NIP.196803161994031014

Prof. Dr. Victor G. Simanjuntak, M. Kes  
NIP.195505251976031002

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *PASSING BAWAH*  
MELALUI PENDEKATAN MEDIA BOLA KARET  
PADA SISWA KELAS V SD**

**Gunawan, Wiwik Yunitaningrum, Edi Purnomo**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FKIP Untan

*Email :Gunawanjati@gmail.com*

Abstract : The problem of this research is whether the media approach to learning using a rubber ball can improve learning outcomes of passing under a volleyball on student V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas. The purpose of this research is to determine whether the media approach rubber ball can improve learning outcomes of students passing under volleyball. Forms of research used in this research is the Classroom Action Research (CAR). Classroom Action Research (CAR) was conducted in two cycles. Where each cycle includes planning, action, observing, and reflecting. Where the research was conducted in SD Negeri 8 Mentibar Kabupaten Sambas and the research subjects were all students of Class V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas consisting of 22 persons. Data was analyzed using descriptive statistics. Of passing the test results under volleyball, known to the average value of the Pre Implementation of 67.32 while the average value in the first cycle at 71 and on to the second cycle is equal to 80. This shows that the media approach to learning by using a rubber ball can improve learning outcomes passing under a volleyball on student V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas.

*Keywords : media approach rubber ball , passing under volleyball*

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah pembelajaran menggunakan pendekatan media bola karet dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pendekatan media bola karet dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa. Bentuk Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan dalam 2 siklus. Dimana setiap siklusnya meliputi *planning, action, observing, dan reflecting*. Tempat penelitian dilaksanakan di SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas dan subjek penelitian adalah seluruh siswa Kelas V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas yang terdiri dari 22 orang. Analisis data dilakukan dengan statistik deskriptif. Dari hasil tes *passing* bawah bola voli, diketahui rata-rata nilai Pre Implementasi sebesar 67,32 sedangkan nilai rata-rata pada siklus I sebesar 71 dan pada siklus ke II yaitu sebesar 80. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan pendekatan media bola karet dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli pada siswa kelas V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas

*Kata kunci : pendekatan media bola karet, passing bawah bola voli*

Pada Prinsipnya pembelajaran pendidikan jasmani yang baik harus mampu untuk meningkatkan pengetahuan dan kualitas gerak anak tentang materi yang disampaikan, sehingga agar apa yang dilakukan oleh anak dapat lebih bermakna. Karena didalam proses pendidikan jasmani anak akan memperoleh hal-hal yang sangat berhubungan dengan hal yang menyenangkan, kreatif, inovatif, kesegaran jasmani, pola hidup sehat dan pengetahuan tentang gerak dalam olahraga.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar khususnya mengenai materi bola voli banyak hal yang dapat dilakukan oleh guru untuk menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif. Salah satu materi yang terkandung dalam materi bola voli adalah passing bawah.

Passing bawah adalah operan dengan menggunakan lengan depan setinggi pinggang yang digunakan untuk menerima servis, spike (Barbara L. Viera, 2004: 19). Cara melakukan passing bawah yang benar seperti yang dijelaskan oleh Barbara (2004: 20) adalah sebagai berikut:

- a. Tahap persiapan: bergerak kearah bola dan atur posisi tubuh, genggam jemari tangan , kaki dalam keadaan merenggang dengan santai, bahu terbuka lebar, tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah, ibu jari sejajar, siku terkunci, lengan sejajar dengan paha, punggung lurus, dan mata mengikuti bola
- b. Tahap pelaksanaan: menerima bola di depan dada, sedikit mengulurkan kaki, tidak mengayun tangan, berat badan dialihkan ke depan, pukulan bola jauh dari badan, gerakkan landasan ke sasaran, pinggul bergerak kedepan, dan perhatikan saat bola menyentuh lengan
- c. Tahap lanjutan: jari lengan tetap digenggam, siku tetap terkunci, landasan mengikuti bola kesasaran, lengan harus sejajar di bawah bahu, pindahkan berat badan ke arah sasaran, dan perhatikan bola bergerak sasaran

Passing bawah juga menjadi salah satu gerakan yang cukup kompleks yang terdiri dari beberapa macam variasi gerak. Terlebih bila pembelajaran passing bawah diberikan pada siswa Sekolah Dasar dimana masih banyak siswa yang belum dapat melakukan gerakan dasar yang baik.

Permasalahan dasar yang terjadi pada materi passing bawah bola voli membuat peneliti melakukan pengamatan lebih lanjut pada siswa kelas V SDN 8 Mentibar Kabupaten Sambas, ternyata dalam pembelajaran passing bawah hanya didominasi oleh beberapa siswa saja yang bisa melakukannya. Saat mewawancarai beberapa siswa ternyata banyak siswa yang takut dan sakit lengannya untuk menggunakan bola voli yang biasa digunakan. Gerakan saat

melakukan passing pun masih terbilang kurang benar karena sebagian siswa hanya melakukan gerakan dengan tenaga yang besar dengan teknik yang salah sehingga arah bola melenceng dari sasaran, sehingga saat menilai proses gerakan passing bawah masih banyak siswa yang hasil belajarnya belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal/KKM (75).

Menindaklanjuti permasalahan di atas, tentunya seorang guru dituntut untuk dapat menciptakan berbagai inovasi dan kreatifitas yang dalam pengajarannya dapat meningkatkan mutu proses belajar mengajar. Untuk itu, peneliti mencoba untuk memodifikasi media pembelajaran passing bawah bola voli dengan menggunakan balon, plastik kresek dan lakban. Dimana dalam pembuatannya dilakukan hanya dengan tahapan yang mudah, yakni: 1) balon ditiup hingga berbentuk bola voli dan ujungnya diikat, 2) kemudian balon dimasukkan ke dalam kantong kresek, 3) gunakan lakban agar kantong kresek tetap berbentuk bulat menyerupai bola voli. Kemudian lakukan langkah ke – 2 dan 3 hingga balon terasa lebih berat (tidak melayang bebas).

Penggunaan bola karet ini dipilih dan digunakan sebagai solusi dalam meningkatkan gerak dasar passing bawah bola voli dan meningkatkan hasil belajarnya.

Berdasarkan pemikiran di atas, peneliti tertarik untuk untuk mengetahui peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli dengan menggunakan pendekatan modifikasi bola karet dan menuangkan dalam suatu penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah melalui Pendekatan bola karet pada Siswa Kelas V SDN 8 Mentibar Kabupaten Sambas.”

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada Siswa Kelas V SDN 8 Mentibar Kabupaten Sambas. Subjek penelitian adalah siswa kelas V tahun pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 22 orang. Dalam penelitian tindakan kelas ini, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik tes. Adapun Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

**Tabel 1**  
**Lembar penilaian Passing Bawah Bola Voli**

Aspek yang dinilai	Kualitas Skor Gerak			
	1	2	3	4
1. Sikap Awal:				
a. Kedua lutut ditekuk dengan badan dibongkokkan kedepan				

b. Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan keseimbangan	
c. Kedua tangan saling berpegangan	
<b>a. Sikap Pelaksanaan:</b>	
a. Ayunkan kedua tangan ke arah bola	
b. Perkenaan bola pada prosimal dari lengan di atas dari pergelangan tangan	
c. Pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45 derajat dengan badan dengan badan lengan diayunkan	
d. Saat lengan diayunkan, lengan diangkat hampir lurus ke depan	
<b>b. Sikap Lanjutan:</b>	
a. Setelah ayunan tangan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali	
b. Ayunan lengan untuk pass-bawah ke depan tidak mengambil sudut 90 derajat dengan bahu/badan	
<b>Skor Total</b>	<b>36</b>

Jumlah Skor sikap awal	= 12
Jumlah Skor sikap pelaksanaan	= 16
<u>Jumlah Sikap pelaksanaan</u>	<u>= 8</u>
Skor Total (maksimal)	= 36

Keterangan :

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan berdasarkan kategori penilaian yang sudah dilampiran 1, penilaian terhadap unjuk kerja sampel, dengan nilai rentang 1 sampai dengan 4.

- 1 = Kurang
- 2 = Cukup
- 3 = Baik
- 4 = Baik sekali

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas dengan jumlah siswa 22 orang. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus. Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan tes awal (pre-implementasi) yang berfungsi sebagai data awal (input) bagi peneliti, dimana peneliti dapat mengetahui tingkat

kemampuan passing bawah bola voli yang dimiliki oleh siswa. Adapun hasil pre-  
implementasi yang dilakukan dapat dilihat sebagai berikut :

**Tabel 2**  
**Rekapitulasi hasil tes awal (pre implementasi)**

<b>Ketuntasan</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Persentase</b>
<b>Tuntas</b>	2	9
<b>Belum Tuntas</b>	20	91
<b>Jumlah</b>	22	100

Berdasarkan hasil evaluasi yang telah di laksanakan, terdapat peningkatan nilai evaluasi siswa yang semula nilai rata-rata dari Pre-Implementasi sebesar 67,32 menjadi 71. Pada Siklus I ini, hasil belajar passing bawah bola voli siswa mengalami peningkatan sebesar 5,47 %, untuk lebih jelasnya, berikut tabel 4.2, dan 4.3.

**Tabel 3**  
**Rekapitulasi hasil tes siswa pada siklus I**

<b>Keberhasilan</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Persentase</b>	<b>KKM</b>	<b>Nilai rata-rata</b>
<b>Tuntas</b>	9	41%	75	
<b>Belum Tuntas</b>	13	59%		
<b>Jumlah</b>	22	100		
<b>Rata-rata</b>	-	-	-	71

**Tabel 4**  
**Perbandingan nilai Pre-Implementasi dengan siklus I**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>Nilai Pre Implementasi</b>	<b>Skor Siklus I</b>	<b>Nilai Siklus I (%)</b>	<b>Kategori</b>
<b>1</b>	A-1	64	27	75	Tuntas
<b>2</b>	A-2	67	25	69	Belum Tuntas
<b>3</b>	A-3	64	24	67	Belum Tuntas
<b>4</b>	A-4	64	25	69	Belum Tuntas
<b>5</b>	A-5	70	27	75	Tuntas
<b>6</b>	A-6	70	29	81	Tuntas
<b>7</b>	A-7	69	28	78	Belum Tuntas
<b>8</b>	A-8	64	26	72	Belum Tuntas

<b>9</b>	A-9	70	27	75	Tuntas
<b>10</b>	A-10	75	28	78	Tuntas
<b>11</b>	A-11	75	28	78	Tuntas
<b>12</b>	A-12	67	25	69	Belum Tuntas
<b>13</b>	A-13	67	24	67	Belum Tuntas
<b>14</b>	A-14	69	20	56	Belum Tuntas
<b>15</b>	A-15	70	28	78	Tuntas
<b>16</b>	A-16	62	23	64	Belum Tuntas
<b>17</b>	A-17	64	22	61	Belum Tuntas
<b>18</b>	A-18	70	27	75	Tuntas
<b>19</b>	A-19	72	27	75	Tuntas
<b>20</b>	A-20	64	24	67	Belum Tuntas
<b>21</b>	A-21	62	23	64	Belum Tuntas
<b>22</b>	A-22	62	23	64	Belum Tuntas
<b>JUMLAH</b>		1481		1556	
<b>RATA-RATA</b>		67,32		71	

Untuk mengetahui perubahan hasil tindakan, jenis data yang bersifat kuantitatif di atas dapat di analisa dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{\text{Post rate} - \text{base rate}}{\text{Base Rate}} \times 100 \%$$

$$P = \frac{71 - 67,32}{67,32} \times 100 \%$$

$$P = \frac{3,68}{67,32} \times 100 \%$$

$$P = 5,47 \%$$

Tabel di atas menunjukkan bahwa secara umum terjadi peningkatan kemampuan passing bawah bola voli pada siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri

08 Mentibar Kabupaten Sambas pada Siklus I yaitu dari rata-rata pada Pre-Implementasi sebesar 67,32 menjadi 71. Jadi dapat disimpulkan bahwa, pada Siklus I terjadi peningkatan sebesar 5,47%. Namun pada Siklus I ini, siswa belum dinyatakan meningkat karena nilai aktifitas passing bawah bola voli masih belum mencapai 75 % dari jumlah seluruh siswa. Dari jumlah 22 siswa, yang mendapat nilai A ada atau sebesar 0 %, sedangkan yang mendapat nilai B ada 9 orang atau sebesar 40,9 % saja. Berarti jumlah siswa yang memenuhi kriteria ketuntasan baru sebesar 40,9% saja. Nilai ini belum mencapai 75 % dari jumlah siswa. Maka dari itu perlu perbaikan untuk mendapatkan hasil belajar passing bawah bola voli yang lebih baik, yang dilakukan pada siklus II agar mendapatkan hasil yang maksimal.

Berdasarkan dari hasil evaluasi yang telah di laksanakan pada Siklus II, terdapat peningkatan prestasi siswa yang semula nilai rata-rata dari Pre-Implementasi sebesar 67,32 meningkat menjadi 80 pada Siklus II atau terjadi peningkatan sebesar 18,84%, untuk lebih jelasnya perhatikan tabel 4.4 dan 4.5 berikut :

**Tabel 5**  
**Rekapitulasi hasil tes siswa pada siklus II**

<b>Keberhasilan</b>	<b>Jumlah Siswa</b>	<b>Persentase</b>	<b>KKM</b>	<b>Nilai rata-rata</b>
<b>Tuntas</b>	22	100	75	
<b>Belum Tuntas</b>	0	0		
<b>Jumlah</b>	22	100		
<b>Rata-rata</b>	-	-	-	80

**Tabel 6**  
**Perbandingan nilai Pre-Implementasi dengan Siklus II**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>Nilai Pre Implementasi</b>	<b>Skor Siklus II</b>	<b>Nilai Siklus II (%)</b>	<b>Kategori</b>
<b>1</b>	A-1	64	28	78	Tuntas
<b>2</b>	A-2	67	28	78	Tuntas
<b>3</b>	A-3	64	28	78	Tuntas
<b>4</b>	A-4	64	29	81	Tuntas
<b>5</b>	A-5	70	27	75	Tuntas
<b>6</b>	A-6	70	27	75	Tuntas
<b>7</b>	A-7	69	27	75	Tuntas
<b>8</b>	A-8	64	28	78	Tuntas
<b>9</b>	A-9	70	29	81	Tuntas
<b>10</b>	A-10	75	30	83	Tuntas

<b>11</b>	A-11	75	30	83	Tuntas
<b>12</b>	A-12	67	32	89	Tuntas
<b>13</b>	A-13	67	31	86	Tuntas
<b>14</b>	A-14	69	32	89	Tuntas
<b>15</b>	A-15	70	30	83	Tuntas
<b>16</b>	A-16	62	29	81	Tuntas
<b>17</b>	A-17	64	31	86	Tuntas
<b>18</b>	A-18	70	29	81	Tuntas
<b>19</b>	A-19	72	27	75	Tuntas
<b>20</b>	A-20	64	29	81	Tuntas
<b>21</b>	A-21	62	27	75	Tuntas
<b>22</b>	A-22	62	27	75	Tuntas
JUMLAH		1481		1764	
RATA- RATA		67,32		80	

Untuk mengetahui perubahan hasil tindakan, jenis data yang bersifat kuantitatif di atas dapat di analisa dengan menggunakan rumus peningkatan sebagai berikut :

$$P = \frac{\text{Post rate} - \text{Base rate}}{\text{Base Rate}} \times 100 \%$$

$$P = \frac{80 - 67,32}{67,32} \times 100 \%$$

$$P = \frac{12,68}{67,32} \times 100 \% = 18,84 \%$$

Tabel di atas menunjukkan bahwa secara umum terjadi peningkatan kemampuan passing bawah bola voli pada siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas pada Siklus II, yaitu nilai rata-rata dari Pre-Implementasi 67,32 menjadi 80 pada siklus II. Jadi dapat di simpulkan bahwa pada Siklus II terjadi peningkatan sebesar 18,84 %. Pada Siklus II ini pembelajaran passing bawah bola voli dengan menggunakan media bola karet dinyatakan berhasil. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes siklus II, dimana jumlah siswa yang mendapatkan nilai A sebanyak 4 orang atau sebesar 18,2 %, sedangkan siswa yang mendapat nilai B sebanyak 18 orang atau sebesar 81,8 %. Hasil ini sudah mencapai rata-rata standar ketuntasan yang telah dibuat yaitu

sebesar 100 % jumlah ketuntasan siswa atau semua nilai siswa tuntas (di atas KKM).

Peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli siswa dari Siklus I dan Siklus II ditandai dengan tidak adanya penurunan nilai siswa. Hal ini menunjukkan bahwa siswa bisa memahami pembelajaran dengan menggunakan modifikasi media pembelajaran dengan menggunakan pendekatan media bola karet. dengan demikian, efektifitas dari media pembelajaran tersebut telah terbukti dapat meningkatkan semangat belajar, melibatkan siswa secara aktif, dan meningkatkan kemampuan siswa khususnya pada pembelajaran passing bawah bola voli pada siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian pada bab sebelumnya, tentang pembelajaran kemampuan passing bawah bola voli pada siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Mentibar Kabupaten Sambas dapat ditarik kesimpulan, yaitu penerapan metode pembelajaran passing bawah bola voli melalui pendekatan media bola karet terbukti dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah permainan bola voli. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli yang cukup baik, yaitu pada siklus I dengan nilai rata-rata 71, jadi peningkatannya sebesar 5,47 %. sedangkan nilai rata-rata pada siklus II adalah 80, jadi peningkatannya sebesar 18,84 %. yang dilakukan oleh guru dalam passing bawah bola voli telah direncanakan dengan baik sehingga dapat membuat siswa aktif karena didukung oleh adanya motivasi dalam melakukan passing bawah bola voli dan sarana prasarana yang memadai sehingga dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli melalui pendekatan media bola karet.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan dalam penelitian ini, dapat disarankan sebagai berikut :

1. Guru penjasorkes diharapkan dapat mengembangkan kreatifitas dan lebih inovatif pada proses pembelajaran dalam upaya meningkatkan kompetensi siswa.
2. Mengingat pembelajaran hasil belajar dasar passing bawah bola voli masih banyak berbagai persoalan yang belum teridentifikasi dan terpecahkan, maka diharapkan adanya penelitian metode pendekatan media bola karet yang dilakukan guru dapat meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli siswa.

3. Untuk meningkatkan kemampuan passing bawah bola voli dapat menggunakan metode pembelajaran yang media belajarnya menggunakan pendekatan media bola karet .

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Ali, Mohammad. (1993). **Strategi Penelitian Pendidikan**. Bandung: Angkasa
- Viera, Barbara L. (2004). **Bola Voli Tingkat Pemula**. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Yunus M. (1992). **Olahraga Pilihan Bola Voli**. Jakarta: Depdikbud: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan