

TINGKAT KETERAMPILAN PASSING BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLI

Dea Chisva Islami ¹⁾, Dicky Reva Apriana Sanga Dwi ²⁾

^{1,2}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Muhammadiyah Kuningan, Indonesia

Info Artikel	Abstract
<p><i>Sejarah Artikel:</i></p> <p>Diterima (Desember) (2021)</p> <p>Disetujui (Januari) (2021)</p> <p>Dipublikasikan (Februari) (2021)</p> <hr/> <p><i>Keywords:</i></p> <p><i>Training method, volleyball bottom passing</i></p>	<p><i>In the study, applying the volleyball bottom passing exercise. With practice being bounced off the wall and thrown by a friend in pairs. This study uses the research method of women's volleyball experiment at SMPN 1 Cilebak, totaling 20 people. The results of this research and development are data on the pretest posttest scores using the SPSS 22.0 for Windows program with a significant level of 0.05. The results of this study indicate that the increase in passing over volleyball is 18.90%. From the results of the research that has been done, it can be concluded that with the practice of passing down volleyball, it can be developed and applied in the training process. Based on these results, it can be used as a volleyball passing practice and at the same time an output product of a volleyball bottom passing exercise model.</i></p>

© Dea Chisva Islami, Dicky Reva Apriana Sanga Dwi
Under the license CC BY-SA 4.0

Corresponding Author:
Author, Dea Chisva Islami
Departement, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Afiliasi, STKIP Muhammadiyah Kuningan
Email: deachisvaislami@mhs.upmk.ac.id

PENDAHULUAN

Bola voli merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, masing-masing grup memiliki enam pemain (Nuril, 2007; Taryono, 2012). Pembelajaran bola voli dalam pendidikan jasmani bukan untuk prestasi, melainkan untuk memperoleh pengalaman koordinasi gerak, dalam permainan bola voli ada beberapa macam gerakan melalui permainan bola voli, Tingkat kebugaran jasmani anak menjadi meningkat dan bisa melihat bakat kemampuan anak dalam penampilan permainan bola voli (Buetelstalhl, 2013).

Teknik-teknik dalam permainan bola voli yang meliputi: servis, passing, umpan (*set up*), smash, dan bendungan (*block*). Salah satu yang harus dikuasai dalam permainan bola voli adalah *passing*. *Passing* terdiri dari dua macam diantaranya *passing* atas dan *passing* bawah. "*Passing* atas adalah upaya menerima dan mengoper bola dengan kedua tangan" (jari-jari) dari atas kepala depan. Dan *passing* bawah merupakan salah satu teknik dasar permainan bola voli yang tugasnya mengoper bola ke teman se-*teamnya* (Ahmadi, 2007). Sejalan dengan hal tersebut, (Muhajir, 2006) mengemukakan bahwa *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seteamnya untuk dimainkan dilapangan sendiri. Kemudian, *passing* dikategorikan yaitu operan atas (*overhand pass*) dan operan bawah (*underhand pass*) (Nazar, 1984). Dalam menerima bola servis biasanya seorang pemain menggunakan *passing* bawah. Karena mengingatkan fungsi *passing* bawah yaitu merupakan awalan dari sebuah penyerangan bola voli (Ahmadi, 2007).

Peserta ekstrakurikuler bola Voli belum pernah diberikan tes keterampilan dasar bermain voli, sehingga pelatih belum dapat mengidentifikasi seberapa baik kemampuan siswa dalam bermain voli.

Padahal hal ini penting untuk dilakukan agar pelatih dapat menyusun program latihan yang sesuai sehingga dapat mencapai hasil yang maksimal. Setiap individu mempunyai tingkatan keterampilan yang berbeda-beda dalam bermain bola voli. Ada yang baik ada pula yang kurang baik, Dalam segi teknik, banyak terlihat juga dalam diri setiap siswa di SMP Negeri 1 Cilebak.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang peneliti lakukan yaitu metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Peneliti menggunakan metode PTK, karena metode PTK itu sendiri sasaran atau subjek penelitiannya adalah siswa (Sugiyono, 2013). Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII A yang berjumlah 20 orang. Instrumen dalam PTK dapat dilihat dari dua sisi, yaitu sisi proses dan sisi yang diamati. Instrumen yang peneliti gunakan dalam memperoleh data penelitian menggunakan tes bolavoli dari Brady, dimana tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat penguasaan keterampilan bermain bolavoli (Depdiknas, 1999).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bagian ini disajikan hasil penelitian dari setiap siklus yang dilaksanakan oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung sesuai dengan tujuan penelitian sebagai berikut:

Siklus 1

Dalam pelaksanaan siklus 1, peneliti menetapkan perencanaan seperti (a) Peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan pembelajaran passing bawah dengan dipantulkan ke dinding, (b) Peneliti menyiapkan media pembelajaran, (c) Menyiapkan tes siklus I dengan materi yang telah dipelajari bersama.

Kemudian dilanjutkan dengan tahap tindakan meliputi (a) Guru memberikan appersepsi kepada peserta didik untuk mengetahui sejauhmana kemampuan peserta didik dalam pelaksanaan passing bawah, (b) Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari yaitu tentang passing bawah bola voly, (c) Peserta didik dibariskan, (d) Setelah guru selesai memberikan materi tentang passing bawah peserta didik diminta untuk melakukan passing bawah dengan dipantulkan ke dinding, (e) Setelah semua peserta didik melaksanakan passing bawah yang dipantulkan ke dinding, guru meminta beberapa peserta didik untuk tunjuk jari manakala pertanyaan yang ada di tangannya penting untuk dibahas, (f) Setelah jawaban disampaikan, peserta didik lainnya menanggapi apabila jawaban peserta didik lainnya tidak sama, guru memberikan kesempatan kepada beberapa peserta didik untuk memberikan jawaban lain, lalu guru memberikan apresiasi.

Langkah selanjutnya yaitu pengamatan meliputi (a) Peneliti mengamati aktivitas peserta didik dalam pelaksanaan passing bawah yang dipantulkan ke tembok, (b) Mengamati partisipasi aktif peserta didik dalam menanggapi jawaban dari pertanyaan peserta didik lain, (c) Mengamati hasil kerja peserta didik pada siklus I.

Kemudian langkah terakhir adalah refleksi yang meliputi (a) Menganalisis hasil pengamatan untuk membuat simpulan sementara terhadap pelaksanaan pembelajaran pada siklus I, dan (b) Mendiskusikan hasil analisis untuk tindakan perbaikan pada pelaksanaan kegiatan penelitian dalam siklus II.

Siklus 2

Dalam pelaksanaan siklus 2, materi yang akan dibahas adalah passing bawah secara berpasangan dengan teman. Perencanaan yang dilakukan meliputi (a) Menyiapkan materi pembelajaran, (b) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, serta (c) Menyiapkan alat/media pembelajaran.

Langkah selanjutnya adalah tindakan, meliputi (a) Guru menjelaskan pelaksanaan passing bawah yang dilakukna secara berpasangan seperti apa, (b) Guru merangsang peserta didik untuk dapat bertanya dan peserta didik lainnya menjawab, prosesnya seperti pada siklus I, (c) Peserta didik bersama-sama guru menyimpulkan materi pembelajaran, (d) Guru memberikan tes untuk mengetahui sampai sejauh mana penerapan ini berhasil, (e) Kegiatan pembelajaran diakhiri dengan evaluasi.

Kemudian dilanjutkan dengan pengamatan meliputi (a) Peneliti mengamati aktivitas peserta didik dalam pelaksanaan pembelajaran, dan (b) Mengamati dan mencatat peserta didik aktif dalam proses pelaksanaan pembelajaran. Pada langkah terakhir yaitu refleksi dengan melakukan proses mengamati dan mencatat peserta didik aktif dalam proses pelaksanaan pembelajaran.

Berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas yang dirancang dan dilaksanakan dengan sistematis dan terencana dengan baik, maka peneliti dapat mengumpulkan data-data penelitian yang merupakan informasi penting hasil penelitian seperti yang disajikan dalam hasil penelitian di atas. Pemberian perlakuan latihan passing bawah dengan bentuk latihan di pantulkan ke dinding dan latihan passing bawah melalui bentuk latihan dengan bantuan teman (berpasangan) selama 16x pertemuan memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan passing bawah siswa kelas VII-A SMP Negeri 1 Cilebak, yaitu rata-rata sebesar 17,7%.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dengan latihan passing bawah dengan bentuk latihan dipantulkan ke dinding berpengaruh terhadap peningkatan ketepatan passing bawah peserta didik kelas VII SMPN 1 Cilebak. Latihan passing bawah melalui bentuk latihan dengan bantuan teman (berpasangan) diduga dapat meningkatkan ketepatan passing bawah peserta didik kelas VII SMPN 1 Cilebak. Kedua bentuk latihan tersebut diduga dapat berpengaruh dalam mengembangkan penguasaan teknik passing bawah. Sehingga diterapkan dalam proses latihan. Berdasarkan hasil tersebut dapat dijadikan model latihan passing atas bola voli dan sekaligus menjadi produk luaran sebuah model latihan passing atas bola voli.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini berisi ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang berperan penting dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Nuril. (2007:22). Panduan olahraga bola voli. Solo : Era Pustaka Utama.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bule, J., & __, D. (2020). Perbedaan Latihan Passing Target dan Rangkaian Latihan Passing terhadap Kemampuan Passing Bawah Atlet Bolavoli SMAN 8 Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 26-31.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2003. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdiknas
- H. Nazar. (1984). *Bimbingan Bermain Bola Volley*. Jakarta: Mutiara.
- Margono, S. 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Teoridan Peraktik 1*. Jakarta: Erlangga.
- Rahmat, D.Wahidi, R. (2018). Pengaruh Pembelajaran Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli". *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(2), 96-103.
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2013. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.