

**PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH PADA PEMBELAJARAN  
BOLA VOLI SISWA SMP NEGERI 4 NATAR**

**(Skripsi)**

**Oleh**

**FINGKAN ANGGUN YUNIAR**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2023**

## ABSTRAK

### PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *PASSING* BAWAH PADA PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA SMP NEGERI 4 NATAR

OLEH

FINGKAN ANGGUN YUNIAR

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pemanfaatan media modifikasi pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Natar.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari tiga siklus. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 4 Natar, sebanyak 32 siswa. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data pada penelitian ini adalah lembar penilaian *passing* bawah.

Berdasarkan hasil observasi, pembahasan dan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* bawah melalui pemanfaatan media modifikasi pada siswa kelas VII A SMP Negeri 4 Natar selama 3 siklus dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil pengamatan hasil belajar siswa dari 32 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mencapai nilai KBM 75 hanya 3 siswa atau sekitar 20% untuk kategori putra dan 2 siswa atau sekitar 11,8% untuk kategori putri, pada siklus I meningkat menjadi 40% atau sekitar 6 siswa untuk kategori putra dan 35,3% atau sekitar 6 siswa untuk kategori putri, kemudian pada siklus II, meningkat menjadi 60% atau sekitar 9 siswa untuk kategori putra dan 58,8% atau sekitar 10 siswa untuk kategori putri dan pada siklus III meningkat menjadi 13 siswa atau sekitar 86,7% siswa untuk kategori putra dan 14 siswa atau sekitar 82,4% siswa untuk kategori putri. Sehingga ketuntasan klasikal dalam kelas tersebut sudah lebih dari 85% siswa yang tuntas belajar.

**Kata Kunci:** bola voli, media modifikasi, *passing* bawah.

## **ABSTRACT**

### **UTILIZATION OF MODIFIED MEDIA TO IMPROVE PASSING SKILLS IN VOLLEYBALL LEARNING STUDENTS OF SMP NEGERI 4 NATAR**

**By**

**FINGKAN ANGGUN YUNIAR**

*This study aims to improve volleyball underhand passing learning through the use of modified media in class VII students of SMP Negeri 4 Natar.*

*This research is a Classroom Action Research (PTK) which consists of three cycles. The subjects of this study were 32 students in class VII A of SMP Negeri 4 Natar. The instrument used for data collection in this study was the bottom passing assessment sheet.*

*Based on the results of observations, discussion and research results, it can be concluded that learning passing down through the use of modified media in class VII A students of SMP Negeri 4 Natar for 3 cycles can improve student achievement. This can be proven from the results of observing the student learning outcomes of 32 students. In the initial conditions, the number of students who achieved a KBM score of 75 was only 3 students, or about 20% for the male category and 2 students, or around 11.8% for the female category, in cycle I it increased. to 40% or around 6 students for the male category and 35.3% or around 6 students for the female category, then in cycle II, it increased to 60% or around 9 students for the male category and 58.8% or around 10 students for the male category. daughter and in cycle III increased to 13 students or around 86.7% of students for the male category and 14 students or around 82.4% of students for the female category. So that the classical completeness in the class is more than 85% of students who have finished studying.*

**Keywords:** *modified media, bottom passing, volleyball.*

**PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN *PASSING BAWAH* PADA PEMBELAJARAN  
BOLA VOLI SISWA SMP NEGERI 4 NATAR**

**Oleh**

**FINGKAN ANGGUN YUNIAR  
1913051035**

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar  
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan  
Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2023**

Judul Skripsi : **PEMANFAATAN MEDIA MODIFIKASI  
UNTUK MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN PASSING BAWAH PADA  
PEMBELAJARAN BOLA VOLI SISWA SMP  
NEGERI 4 NATAR**

Nama Mahasiswa : **Fingkan Anggun Yuniar**

Nomor Pokok mahasiswa : **1913051035**

Program Studi : **S1-Pendidikan Jasmani**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



1. **Komisi Pembimbing**

Pembimbing I

**Drs. Herman Tarigan, M.Pd.**

**NIP 196012311988031018**

Pembimbing II

**Lungit Wicaksono, M.Pd.**

**NIP 198303082015041002**

2. **Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**

**Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.**

**NIP 197412202009121002**

**MENGESAHKAN**

1. **Tim Penguji**

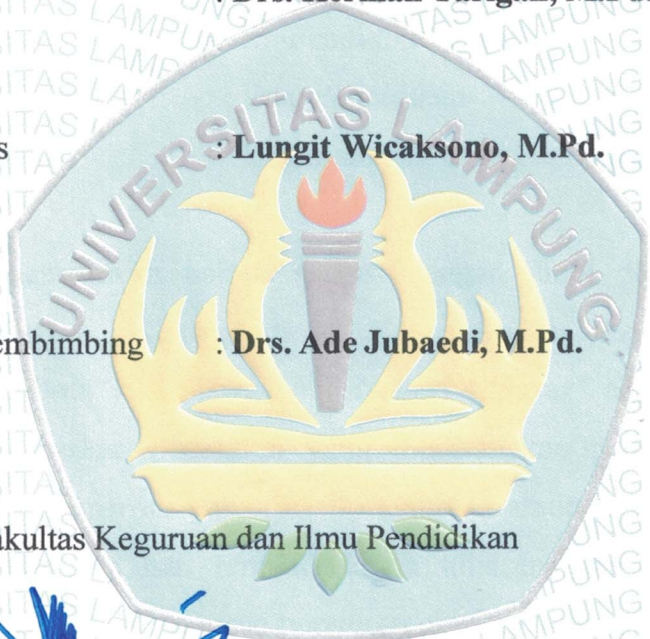
**Ketua : Drs. Herman Tarigan, M.Pd.**



**Sekretaris : Lungit Wicaksono, M.Pd.**



**Penguji  
Bukan Pembimbing : Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.**



2. **Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

**Prof. Dr. Sunyono, M.Si.**  
NIP 19651230 199111 1 001



**Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 10 Mei 2023**

## PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fingkan Anggun Yuniar  
NPM : 1913051035  
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa SMP Negeri 4 Natar”** adalah benar hasil karya penulisan berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Januari dan Februari 2023. Skripsi ini bukan hasil menjiplak ataupun hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari ternyata karya tulis ini ada indikasi/plagiat, saya bersedia di hukum sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku di Universitas Lampung. Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Bandar Lampung, 10 Mei 2023  
Yang membuat pernyataan



  
Fingkan Anggun Yuniar  
NPM 1913051035

## RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Fingkan Anggun Yuniar lahir di Candimas 3 Natar Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung pada 30 Januari 2001. Penulis merupakan anak terakhir dari pasangan Bapak Slamet Widiyanto dan Ibu Suratmi

Pendidikan formal diawali pada tahun 2006 di SD Negeri 1 Candimas Natar, kemudian melanjutkan studi di SMP Negeri 4 Natar Lampung Selatan pada tahun 2013 dan pada tahun 2017 melanjutkan studi di SMA Negeri 1 Bandar Lampung. Tahun 2019 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Unila melalui jalur SBMPTN

Pada tahun 2022 semester ganjil penulis melaksanakan kuliah kerja nyata di desa Banyumas Kabupaten Lampung Selatan dan praktik mengajar melalui program pengenalan lapangan di MTS Taufiqul Jannah. Demikian riwayat hidup penulis sampaikan dan mudah-mudahan penulis dapat menjadi orang yang berguna bagi agama, keluarga, masyarakat, bangsa dan Negara Kesatuan Republik Indonesia.



## **MOTTO**

Tetaplah Tertawa dan Tersenyum, Jangan Mundur Allah Tidak Tidur, Soal Rezeki  
Jangan Cemas Karna Bumi Allah Luas

**Fingkan Anggun Yuniar**

## **PERSEMBAHAN**

*Bismillahirrahmanirrahim*

Kupersembahkan karya kecil ku kepada Bapak dan Ibuku yang telah bekerja dan berusaha, mendoakan Anggun agar sampai pada titik ini. Terimakasih banyak atas jerih payah dan setiap tetes keringat yang tak terhitung jumlahnya.

Anggun sangat berterimakasih kepada Bapak dan Ibu yang selalu memberi semangat untuk tidak menyerah dalam segala hal, yang selalu memberi Anggun kasih sayang dan doa2 terbaik, terimakasih telat merawat Anggun hingga saat ini tidak ada yang ternilai selain jasa Bapak dan Ibu.

Kalian adalah penerang disaat kegelapan datang, terus lah menerangi jalan anak-anakmu hingga tercapainya kesuksesan anakmu ini. Sekali lagi Anggun ucapkan terimakasih banyak atas kerja keras Bapak dan Ibu yang tidak kenal waktu dan rasa sakit. Semoga hadiah kecil ini bisa membuat Bapak dan Ibu tersenyum.

*Serta*

*Almamater Tercinta Universitas Lampung*

## SANWACANA

*Assalammualaikum. Wr. Wb*

Puji syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi yang penulis susun ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Unila.dengan judul **“Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa SMP Negeri 4 Natar”**. Dalam penulisan skripsi ini Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., I.P.M., Rektor Universitas Lampung
2. Prof. Dr. Sunyono, M. Pd., Dekan FKIP Universitas Lampung.
3. Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Dr. Heru Sulistianta, S.Pd., M.Or., Ketua Program Studi S-1 Pendidikan Jasmani Universitas Lampung.
5. Drs. Herman Tarigan, M.Pd., Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu, memberi ilmu dan membimbing berupa saran, isi dan kritik sehingga saya dapat menyelesaikan tugas hingga akhir dengan baik.
6. Lungit Wicaksono, M.Pd., Seketaris Penguji yang telah memberikan waktu dan pengalamanya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
7. Drs. Ade Jubaedi, M.Pd., Penguji Utama saya yang telah memberikan kritikan saran sampai penulis dapat menyelesaikan tugas hingga akhir ini.

8. Dosen di Program Studi Penjaskesrek FKIP Unila yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan saat penulis menyelesaikan perkuliahan.
9. Kepala Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Natar dan Bapak Aris Budiman, S.Pd yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
10. Kakaku Fajar Angga Resta, Ririn Noviyani, Ridwan Ariyanto yang telah menghibur dan mendengarkan keluh kesah Anggun, yang selalu memberi semangat dan dukungan
11. Kepada Almarhum Kakeku Noto Suternsno terimakasih sudah memberi kenangan yang tidak terlupakan, kepada Nenekku Sami yang selalu mendoakan suksesanku dan memelukku
12. Temanku Erina Samosir, Diana Santika, Tika Septia Ningsih, Adisti Marsyah Naira yang selalu mendengarkan tangisan dan jeritanku terimakasih banyak karna kalian telah ada disetiap perjuanganku, memelukku dan menasehatiku, beserta teman teman seperjuangan Penjas 2019 yang telah memberi canda tawa
13. *My Sweetheart* yang memberi saya semangat, motivasi dan terimakasih telat menjadi samsak ketika saya marah
14. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dengan tulus dan ikhlas semoga diberikan kebaikan dari AllahS.W.T.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua, Aamiin. *Wassalammualaikum, Wr. Wb.*

Bandar Lampung, 10 Mei 2023  
Penulis



Fingkan Anggun Yuniar  
NPM 1913051035

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>I. PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	5
1.3 Batasan Masalah .....	5
1.4 Rumusan Masalah .....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	6
1.6 Manfaat Penelitian .....	6
1.7 Ruang Lingkup Penelitian .....	7
1.8 Penjelasan Judul .....	7
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani .....	8
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	8
2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani .....	9
2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani .....	10
2.2 Hakikat Pembelajaran .....	12
2.2.1 Pengertian Pembelajaran.....	12
2.2.2 Manfaat Pembelajaran.....	12
2.2.3 Tujuan Pembelajaran.....	13
2.3 Pembelajaran Penjas Berbasis HOTS .....	13
2.4 Belajar Motorik .....	15
2.4.1 Pengertian Belajar Motorik.....	15
2.4.2 Manfaat Belajar Motorik.....	17
2.4.3 Tujuan Belajar Motorik.....	17
2.5 Hakikat Media Modifikasi pada KBM Penjas .....	18
2.5.1 Pengertian Media Modifikasi.....	18
2.5.2 Manfaat Media Modifikasi.....	19
2.5.3 Tujuan Modifikasi.....	20
2.6 Modifikasi Sarana Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli .....	21
2.6.1 Modifikasi <i>Passing</i> Bawah Dengan Alat Papan Kayu.....	21

2.6.2	Modifikasi <i>Passing</i> Bawah dengan Bola Plastik Digantung.....	22
2.6.3	Modifikasi <i>Passing</i> Bawah Dengan Bola Karet dan Pembatas Tali.....	23
2.7	Permainan Bola Voli.....	24
2.8	Teknik Dasar Bermain Bola Voli.....	27
2.9	Tahapan <i>Passing</i> Bawah.....	29
2.10	Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah.....	31
2.11	Penelitian yang Relevan.....	33
2.12	Kerangka Berpikir.....	34
<b>III.</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1	Metode Penelitian.....	36
3.2	Jenis Penelitian.....	38
3.3	Populasi dan Sampel.....	40
3.3.1	Populasi.....	40
3.3.2	Sampel.....	40
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
3.4.1	Lokasi.....	41
3.4.2	Waktu.....	41
3.5	Personel Yang Terlibat.....	42
3.6	Defenisi Operasional.....	42
3.7	Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.8	Instrumen Penelitian.....	43
3.9	Rancangan Penelitian.....	44
3.10	Teknik Analisis Data.....	49
<b>IV.</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1	Hasil Penelitian.....	51
4.1.1	Pelaksanaan Tindakan.....	51
4.1.2	Pengolahan dan Analisis Data.....	58
4.1.3	Analisis Ketuntasan Klasikal dan Efektivitas Pembelajaran.....	71
4.2	Pembahasan.....	72
<b>V.</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1	Kesimpulan.....	76
5.2	Saran.....	77
5.3	Rekomendasi Penelitian.....	77
	<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>78</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>82</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Jumlah Sampel .....	40
3.2 Rencana Kegiatan Penelitian .....	41
3.3 Rubrik Penilaian.....	43
3.4 Interval Kategori <i>Passing</i> Bawah Bola Voli.....	50
4.1 Rekapitulasi Hasil Penelitian Pembelajaran <i>Passing</i> Bawah.....	58
4.2 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Tes Awal.....	60
4.3 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siklus I.....	63
4.4 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siklus II.....	66
4.5 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Siklus III.....	70
4.6 Ketuntasan Klasikal dan Efektivitas Pembelajaran .....	71

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Klasifikasi Gerak .....	16
2.2 Modifikasi <i>Passing</i> Bawah dengan Papan Kayu .....	21
2.3 Media Bola Gantung .....	23
2.4 <i>Passing</i> Bawah Melewati Tali/Net .....	24
2.5 Lapangan Permainan Bola Voli .....	26
2.6 Gerakan <i>Passing</i> Bawah .....	30
2.7 Kerangka Berpikir .....	35
3.1 Spiral Penelitian Tindakan Kelas .....	37
4.1 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Tes Awal.....	59
4.2 Hasil Penelitian pada Tes Awal .....	60
4.3 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Tes Awal.....	61
4.4 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus I.....	62
4.5 Hasil Penelitian pada Siklus I .....	63
4.6 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus I.....	64
4.7 Hasil Penelitian pada Siklus II .....	65
4.8 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus II .....	66
4.9 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus II .....	67
4.10 Hasil Penelitian pada Siklus III .....	68
4.11 Hasil Penelitian Siswa Tuntas dan Belum Tuntas pada Siklus III.....	69
4.12 Distribusi Frekuensi Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus III.....	70



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian .....	82
2. Surat Balasan Penelitian .....	83
3. Dokumentasi Penelitian.....	84
4. Tes Awal Keterampilan <i>Passing</i> Bawah (Putra).....	93
5. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus I (Putra) .....	95
6. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus I Putra).....	97
7. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus II (Putra).....	99
8. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus II Putra) .....	101
9. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus III (Putra) .....	103
10. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus III Putra).....	105
11. Tes Awal Keterampilan <i>Passing</i> Bawah (Putri).....	107
12. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus I (Putri).....	109
13. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus I Putri) .....	111
14. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus II (Putri) .....	113
15. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus II Putri).....	115
16. Hasil Keterampilan <i>Passing</i> Bawah pada Siklus III (Putri).....	117
17. Menghitung Peningkatan Siklus Per Siklus (Data Siklus III Putri).....	119
18. Bahan Ajar.....	121
19. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	131
20. Lembar Bimbingan.....	148

## **I. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai, sikap, mental, emosional, spiritual, sosial dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Menurut Seaton dalam Siti Safariatun (2008 : 1-5) dikatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran, sikap dan ketrampilan gerak manusia. Dengan pendidikan jasmani peserta didik akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Namun untuk meraih itu semua, banyak faktor yang turut mempengaruhi keberhasilan pembelajaran, sehingga harapan yang diinginkan tidak mudah untuk diwujudkan.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai sportifitas, jujur, dan kerjasama serta kebiasaan pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Untuk keberhasilan pembelajaran guru harus kembali pada pemikiran bahwa siswa akan belajar lebih baik jika lingkungan belajar diciptakan secara alamiah. Belajar akan lebih baik bermakna jika siswa mengalami apa yang dipelajari agar siswa memiliki kompetensi yang diharapkan. Bukan sekedar mengetahui saja. Pembelajaran yang berorientasikan pada keterampilan proses ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pada materi pembelajaran dan meningkatkan hasil belajar siswa yang memaksakan kehendak, melainkan guru adalah pembimbing siswa agar mereka dapat belajar sesuai dengan tahap perkembangannya. Dalam upaya meningkatkan minat belajar bagi siswa dan menanamkan kebiasaan belajar sendiri dengan bakat dan pengembangannya, diperlukan upaya yang terus menerus dan berkesinambungan dari para pelaku didik agar peningkatan minat belajar siswa dapat di tumbuh kembangkan secara mantap.

Guna mewujudkan tujuan pendidikan jasmani tersebut, salah satu upaya yang hendaknya dilakukan adalah dengan mengembangkan kemampuan gerak dengan memodifikasi alat. Salah satunya melalui cabang permainan bolavoli. Kegiatan belajar mengajar yang berlangsung di sekolah bersifat formal direncanakan dengan bimbingan guru untuk mencapai tujuan kegiatan belajar mengajar. Apa yang hendak dicapai dan dikuasai oleh peserta didik dituangkan dalam tujuan pembelajaran, dipersiapkan bahan apa yang harus dipelajari, dipersiapkan juga metode pembelajaran yang sesuai dan dilakukan evaluasi untuk mengetahui kemampuan belajar peserta didik.

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga permainan yang begitu populer di masyarakat, sehingga sangat diminati pula oleh anak-anak sekolah dalam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah. Gerakan dalam permainan bola voli membutuhkan keberanian, kelentukan tubuh, dan *power* /tenaga yang kuat, serta teknik yang benar, di samping itu olahraga ini sangat menyenangkan bagi anak sekolah khususnya SMP karena anak usia Sekolah Menengah Pertama sangat menyukai olahraga yang mengandung permainan

Menurut Nugraha (2010 : 21) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing-masing grup memiliki enam orang

pemain”. Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayah sendiri. Mem-voli adalah memukul bola sebelum bola jatuh mengenai lapangan, gerakan mem-voli dilakukan dengan cara memantulkan bola ke atas dengan menggunakan seluruh anggota tubuh dengan syarat sentuhan atau pantulan harus sempurna.

Menurut Herry Koesyanto (2003:10), belajar adalah berusaha atau berlatih agar mendapatkan kepandaian. Arti belajar dasar bermain bolavoli tak lain adalah berlatih teknik dasar bolavoli agar terampil dalam bermain bolavoli. Adapun teknik dasar bolavoli yang dapat dipelajari diantaranya adalah teknik dasar servis, pas (*passing*), umpan (*set- uper*), *smash*, dan bendungan (*block*).

Dalam permainan bola voli kemampuan *passing* bawah sangat menentukan menang kalahnya dalam bermain. Menurut Bebbi Oktara dikutip dari buku Iman, Dede, et.al (2018: 7) “*passing* bawah adalah jenis *passing* yang dilakukan dimana bola diumpan dari bawah dada”. Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Winarno, et.al (2013: 77) “*passing* bawah akan dilakukan oleh seorang pemain apabila bola yang datang jatuh berada di depan atau samping badan setinggi perut ke bawah”. Banyak sekali manfaat *passing* bawah, oleh sebab itu setiap anak wajib menguasai *passing* bawah. Adapun manfaat *passing* bawah antara lain menahan *smash*, menerima bola dari bawah dan menerima *spike*, mengoper bola ke pengumpan/tosser. Begitu banyak manfaatnya *passing* bawah sehingga dapat menentukan untuk dapat melakukan serangan ke daerah lawan.

Penggunaan pendekatan pembelajaran yang tepat bagi siswa yang sedang belajar *passing* akan memudahkan pelaksanaan proses belajar mengajar guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Adapun salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah yaitu dengan alat modifikasi pembelajaran. Dari alat modifikasi pembelajaran tersebut diharapkan bisa meningkatkan hasil belajar voli terutama *passing* bawah dalam permainan bola voli pada siswa.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan, selama ini pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 4 Natar saat praktek permainan bola voli masih mengalami kesulitan. Saat peneliti melihat proses pembelajaran *passing* bawah banyak siswa belum bisa dan kurang antusias. Ada juga peserta didik yang masih takut melakukan gerakan *passing* bawah. Hal ini karena pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan langsung pada tujuan yaitu belajar teknik secara sesungguhnya. Kenyataan hal tersebut dapat dilihat dari aktivitas peserta didik dalam permainan bolavoli masih sangat rendah sehingga menyebabkan peserta didik menjadi bosan. Di sisi lain peserta didik masih merasa sakit atau takut untuk memainkan bola dengan bola yang sesungguhnya. Maka apabila pembelajaran tidak menggunakan model bermain dan bola modifikasi maka peserta didik kurang semangat, dengan kata lain permainan tidak dapat mengoptimalkan gerak peserta didik. Ini menggambarkan rendahnya tingkat kemampuan siswa pada mata pelajaran tersebut. Jelas terlihat bahwa adanya perbedaan tentang kenyataan di lapangan dengan tujuan yang diharapkan pada kurikulum, juga harapan yang diinginkan guru dan peneliti pada umumnya yaitu siswa dapat mengikuti setiap pembelajaran dengan antusias atau semangat sehingga dapat mencapai tujuan. Untuk KBM pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 4 Natar adalah nilainya 75.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran dan rendahnya hasil belajar siswa, khususnya *passing* bawah bola voli, antara lain; bola jatuh pada kepalan tangan sehingga bola lebih sulit untuk dikontrol, kurangnya rasa percaya diri siswa ketika melakukan *passing* bawah karena masih merasakan sakit saat melakukan *passing*, strategi pembelajaran dan kurang antusias siswa dalam olahraga bola voli. Permasalahan di atas dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan banyak peserta didik tidak tercapainya Ketuntasan Belajar Minimal (75) dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli. Oleh karena itu, salah satu bentuk pemecahan masalah di atas adalah dengan memodifikasi alat dalam rangka meningkatkan hasil *passing* bawah bola voli pada peserta didik.

Modifikasi adalah suatu cara untuk merubah bentuk, ukuran dan berat dari sebuah barang dari yang bentuknya tidak menarik menjadi menarik tanpa menghilangkanan fungsi aslinya dengan tujuan untuk mempermudah proses pembelajaran

pendidikan jasmani. Berdasarkan hasil observasi diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pemanfaatan Media Modifikasi Untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Pada Pembelajaran Bola Voli Siswa SMP Negeri 4 Natar”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih ada di antara siswa SMP Negeri 4 Natar yang takut dan ragu dalam melakukan *passing* bawah
2. Kurangnya pengetahuan siswa SMP Negeri 4 Natar tentang *passing* bawah bola voli sehingga tidak dapat melakukan dengan benar
3. Guru belum melakukan modifikasi alat pada saat melakukan *passing* bawah bola voli untuk meningkatkan keterampilan siswa
4. Belum diketahui sejauh mana peningkatan proses pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi alat pada peserta didik SMP Negeri 4 Natar

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan keterbatasan dana, waktu, serta kemampuan peneliti maka ruang lingkup masalah dalam penelitian ini dibatasi yaitu hanya pada pemanfaatan media modifikasi untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah pada pembelajaran bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang dan ruang lingkup di atas, masalah yang dianalisis dalam penelitian ini dirumuskan yaitu:

1. Apakah dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan papan dan bola plastik dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar?
2. Apakah dengan menggunakan media modifikasi bola plastik digantung dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar?

3. Apakah dengan menggunakan media modifikasi bola karet dan tali dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah maka tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar dengan menggunakan media modifikasi *passing* dengan papan dan bola plastik
2. Untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar dengan menggunakan media modifikasi bola plastik digantung
3. Untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar dengan menggunakan media modifikasi bola karet dan tali

### **1.6 Manfaat Hasil Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Manfaat teoritis:
  - a. Hasil penelitian tindakan kelas ini dapat digunakan dalam mengajar dan sebagai acuan untuk proses pembelajaran yang akan dilaksanakan.
  - b. Penelitian ini harapannya dapat memberikan tambahan pengetahuan tentang penelitian tindakan kelas dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya pada mata pelajaran bola voli
2. Manfaat Praktik:
  - a. Bagi siswa dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar
  - b. Bagi guru sebagai masukan untuk dijadikan pedoman guru Penjasorkes siswa SMP Negeri 4 Natar akan pentingnya penggunaan modifikasi alat bantu dalam meningkatkan kemampuan dan menunjang untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli siswa.

## 1.7 Ruang Lingkup Penelitian

### 1) Tempat Penelitian

Lokasi yang digunakan pada penelitian ini di lapangan SMP Negeri 4 Natar, Lampung Selatan.

### 2) Objek Penelitian

Adapun objek penelitian ini adalah keterampilan *passing* bawah permainan bola voli siswa SMP Negeri 4 Natar.

### 3) Subjek Penelitian

Adapun subjek penelitian dalam penelitian ini adalah 32 orang siswa kelas VII SMP Negeri 4 Natar, Lampung Selatan.

## 1.8 Penjelasan Judul

### 1) Pemanfaatan

Pemanfaatan adalah suatu kegiatan, proses, cara atau perbuatan menjadikan suatu yang ada menjadi bermanfaat. Istilah pemanfaatan berasal dari kata dasar manfaat yang berarti faedah, yang mendapat imbuhan pe-an yang berarti proses atau perbuatan memanfaatkan (Poerwadarminto, 2002 : 125)

### 2) Media

Menurut Arsyad (2002: 4) media adalah semua bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan atau menyebar ide, gagasan atau pendapat, sehingga ide, gagasan atau pendapat yang dikemukakan itu sampai kepada penerima yang dituju.

### 3) Modifikasi

Modifikasi secara umum dapat diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik tanpa menghilangkan unsur-unsur pokok dari apa yang dimodifikasi.

### 4) *Passing* Bawah

Menurut Winarno, et.al (2013: 77) *passing* bawah akan dilakukan oleh seorang pemain apabila bola yang datang jatuh berada di depan atau samping badan setinggi perut ke bawah.



## **II. KAJIAN PUSTAKA**

### **2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani**

#### **2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani**

Menurut Seaton dalam Siti Safariatun (2008 : 1.5) dikatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran, sikap dan ketrampilan gerak manusia. Menurut Samsudin (2008 : 2) Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP ; 2006), Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang untuk meningkatkan individu secara organik neuromuskuler, perceptual, kognitif, sosial dan emosional yang direncanakan secara sistematis dan terstruktur. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah mempunyai peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis.

Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bentuk proses pendidikan yang akan dapat meningkatkan ketrampilan fisik, pembentukan sikap mental dan dapat meningkatkan kecerdasan.

### 2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara umum. Melalui program pendidikan jasmani dapat diupayakan peranan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian individu. Tanpa ada pendidikan jasmani di lingkungan sekolah, maka akan berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Menurut Agus Mahendra (2004: 7- 8) bahwa, secara umum manfaat pendidikan jasmani di sekolah mencakup:

- 1) Memenuhi kebutuhan anak akan gerak  
Pendidikan jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya. Semakin terpenuhi kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, semakin besar kemaslahatannya bagi keulaitas pertumbuhan itu sendiri.
- 2) Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya  
Pendidikan jasmani adalah waktu untuk berbuat. Anak-anak akan lebih memilih untuk berbuat sesuatu daripada hanya harus melihat atau mendengarkan orang lain ketika mereka sedang belajar. Suasana kebebasan yang ditawarkan di lapangan atau gedung olahraga sirna karena sekian lama terkurung di antara batas-batas ruang kelas. Keadaan ini benar-benar tidak sesuai dengan dorongan nalurinya. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya. Para ahli sepaham bahwa pengalaman ini penting untuk merangsang pertumbuhan intelektual dan hubungan sosialnya dan bahkan perkembangan harga diri yang menjadi dasar kepribadian kelak.
- 3) Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna  
Peranan pendidikan jasmani di sekolah dasar cukup unik, karena turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan dikemudian hari. Karena pada usia SD tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya, maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari keterampilan gerak sedangkan tiba pada masa kritisnya. Konsekuensinya, keterlantaran pembinaan pada masa ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.
- 4) Menyalurkan energi yang berlebihan  
Anak adalah makhluk yang sedang berada dalam masa kelebihan keseimbangan perilaku dan mental anak. Segera setelah kelebihan energi tersalurkan, anak akan memperoleh kembali keseimbangan dirinya, karena setelah istirahat, anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan energi secara optimal.
- 5) Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional

Pendidikan jasmani yang benar akan memberikan sumbangan yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral.

Pendapat di atas menunjukkan bahwa banyak manfaat yang diperoleh dari pendidikan jasmani di antaranya sebagai pemenuhan akan gerak anak, mengenalkan lingkungan dan potensi anak, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna, untuk menyalurkan energi yang berlebihan dan sebagai proses secara serempak baik fisik, mental maupun emosional. Hal ini artinya, pendidikan jasmani merupakan suatu pendidikan yang di dalamnya mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja, tetapi juga aspek mental, emosional dan spiritual.

### **2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani berusaha untuk mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan sarana jasmani yang merupakan saham khususnya yang tidak diperoleh dari usaha – usaha pendidikan yang lain. Kerena tujuan dari pendidikan jasmani tidak terbatas pada perkembangan tubuh atau fisik. Istilah jasmani harus dipandang dalam kerangka yang lebih abstrak dan lebih luas sebagai satu keadaan kondisi jiwa raga. Pendidikan jasmani berkewajiban meningkatkan jiwa dan raga yang mempengaruhi semua aspek kehidupan sehari–hari seseorang atau keseluruhan pribadi seseorang. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan keseluruhan yang mencakup semua kawasan baik organik , motorik, kognitif, maupun afektif manusia dipandang seutuhnya

Menurut Siti Safariatun (2008 :1.12 , 1.13) Tujuan Pendidikan jasmani adalah :

- 1) Pembentukan Gerak
  - a. Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak.
  - b. Penghayatan ruang, waktu dan bentuk serta pengembangan perasaan irama.
  - c. Mengenal kemungkinan gerak sendiri.
  - d. Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap

- e. Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak dengan melakukan pengalaman gerak.
- 2) Pembentukan prestasi
- a. Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengajarkan ketangkasan-ketangkasan.
  - b. Belajar mengarahkan diri pada pencapaian prestasi (kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri)
  - c. Penguasaan emosi.
  - d. Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri.
  - e. Meningkatkan sikap tepat terhadap nilai yang nyata dari tingkat dan bidang prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat dan olahraga.
- 3) Pembentukan Sosial
- a. Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama.
  - b. Mengikuti sertakan ke dalam struktur kelompok fungsional belajar bekerja sama, menerima pimpinan dan memberikan pujian.
  - c. Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi.
  - d. Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberikan pertolongan, memberi perlindungan dan berkorban.
  - b. Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktivitas untuk pengisian waktu senggang.
- 4) Pertumbuhan Badan
- a. Peningkatan syarat-syarat yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk dapat berprestasi secara optimal (kekuatan dan mobilitas, pelepasan ketegangan dan kesiap siagaan)
  - b. Meningkatkan keserasian jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.

## **2.2 Hakikat Pembelajaran**

### **2.2.1 Pengertian Pembelajaran**

Belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu melalui interaksi dengan lingkungan. Di dalam interaksi inilah terjadi serangkaian pengalaman – pengalaman belajar. (Oemar Hamalik, 2001: 28).

Pembelajaran menurut Agus Suprijono (2011: 13) diartikan sebagai upaya guru mengorganisir lingkungan dan menyediakan fasilitas belajar bagi peserta didik untuk mempelajarinya. Sedangkan pembelajaran menurut Martinis Yamin dan Bansu I. Ansari (2009) yaitu kemampuan dalam mengelola secara operasional dan efisien terhadap komponen – komponen yang berkaitan dengan pembelajaran, komponen – komponen tersebut antara lain guru, siswa, pembina sekolah, sarana prasarana dan proses pembelajaran. Di dalam pembelajaran terjadi proses interaksi antara pendidik dengan peserta didik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas yang dimaksud pembelajaran adalah upaya guru dalam mengorganisir komponen – komponen pembelajaran bagi peserta didik untuk mencapai tujuan pembelajaran sehingga dapat membantu peserta didik belajar dengan baik.

### **2.2.2 Manfaat Pembelajaran**

Berdasarkan hasil belajar peserta didik, dapat diketahui kemampuan dan perkembangan sekaligus tingkat keberhasilan pendidikan dalam sekolah. Sebagaimana dikemukakan Susanto Ahmad (2016, h. 20) bahwa: “Hasil belajar harus menunjukkan perubahan keadaan menjadi lebih baik, sehingga dapat bermanfaat untuk:

- 1) Menambah pengetahuan,
- 2) Lebih memahami sesuatu yang belum dipahami sebelumnya,
- 3) Lebih mengembangkan keterampilannya,
- 4) Memiliki pandangan yang baru atas sesuatu hal,
- 5) Lebih menghargai sesuatu dari pada sebelumnya.

Dapat disimpulkan bahwa istilah hasil belajar merupakan perubahan dari peserta didik sehingga terdapat perubahan dari segi pengetahuan, sikap dan keterampilan

### **2.2.3 Tujuan Pembelajaran**

Tujuan dalam pembelajaran merupakan komponen yang paling penting yang harus di tetapkan dalam proses pembelajaran yang mempunyai fungsi sebagai tolak ukur keberhasilan pembelajaran. Menurut Chris Kyriacou (2011: 44) tujuan pembelajaran merupakan upaya perubahan tingkah laku siswa yang berlangsung sebagai akibat dari keterlibatannya dalam sebuah pengalaman pendidikan. Sedangkan menurut Daryanto (2008: 58) tujuan pembelajaran (tujuan instruksional) yaitu tujuan yang menggambarkan pengetahuan, kemampuan, keterampilan dan sikap yang harus dimiliki siswa sebagai akibat dari hasil pembelajaran.

Kemampuan yang harus dimiliki peserta didik merupakan suatu tujuan yang ditargetkan oleh guru setelah berakhirnya proses pembelajaran. Dengan kata lain tujuan merupakan suatu komponen yang dapat mempengaruhi komponen pembelajaran lainnya seperti pemilihan metode, alat, sumber, dan alat evaluasi, yang harus disesuaikan dan digunakan untuk mencapai tujuan seefektif dan seefisien mungkin. Bila salah satu komponen tidak sesuai dengan tujuan, maka pelaksanaan kegiatan belajar mengajar tidak akan dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

### **2.3 Pembelajaran Penjas Berbasis HOTS**

Pengertian *Higher Order Thinking Skill* (HOTS) menurut pendapat Barratt, (2014: 131) yaitu keterampilan berpikir tingkat tinggi yang menuntut pemikiran secara kritis, kreatif, analitis, terhadap informasi dan data dalam memecahkan permasalahan Berpikir tingkat tinggi merupakan jenis pemikiran yang mencoba mengeksplorasi pertanyaan-pertanyaan mengenai pengetahuan yang ada terkait isu-isu yang tidak didefinisikan dengan jelas dan tidak memiliki jawaban yang pasti (Haig, 2014: 143). Dalam proses pengembangan pemikiran kritis menuntut latihan menemukan pola, menyusun penjelasan, membuat hipotesis, melakukan

generalisasi, dan mendokumentasikan temuan-temuan dengan bukti (Eggen, 2012: 261).

Seorang guru harus memiliki kualifikasi akademik serta mengetahui dasardasar keilmuan salah satunya melaksanakan kegiatan penyusunan RPP, sehingga dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar guru dapat mengarahkan kegiatan pembelajaran dari awal sampai akhir. Hal tersebut membuktikan bahwa seorang guru PJOK haruslah mampu menyusun RPP dengan baik dan sesuai dengan standar K13 dan akan lebih baik jika berorientasi HOTS (*High Order Thinking Skill*) yaitu merangsang peserta didik untuk lebih paham kritis dan berani dikarenakan guru yang berorientasi dengan HOTS akan cenderung membangun kelas dengan representasi, menguraikan materi setiap kali mengajar dan membangun hubungan dengan peserta didik dengan aktivitas yang melibatkan mental terlatih, agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.

Pendapat Kusuma, dkk., (2017: 26) mengemukakan bahwa kebanyakan soal yang digunakan oleh sekolah di Indonesia sebagai instrumen penilaian kognitif adalah soal yang cenderung bertujuan untuk menguji lebih banyak pada aspek memori, sedangkan soal untuk melatih kemampuan berpikir tingkat tinggi siswa tidak cukup banyak tersedia. Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sebelum diberlakukannya Kurikulum 13 sesungguhnya guru PJOK dapat merancang pembelajaran berpusat pada peserta didik yang aktif (Winarko & Syam, 2015: 771). Akan tetapi, kebanyakan kurangnya pemahaman dalam pemilihan metode pembelajaran. Selain itu juga disebabkan masih jarang ditemukan dalam strategi pembelajaran guru memilih gaya mengajar timbal balik (*reciprocal*), inklusi (*inclusion*), penemuan terpandu (*guided discovery*), bahkan melatih diri (*selfteaching*) (Doherty, 2008: 127).

Prinsip berpikir tingkat tinggi sesungguhnya sering diterapkan dalam pembelajaran PJOK jika sudah menerapkan konsep dan aplikasi dilaksanakan dalam permainan sesungguhnya baik permainan kecil atau permainan cabang olahraga. Seperti memutuskan strategi bermain, menerapkan langkah-langkah

prosedural keterampilan, memutuskan tindakan A, B, atau C untuk suatu keberhasilan timnya.

## **2.4 Belajar Motorik**

### **2.4.1 Pengertian Belajar Motorik**

Proses belajar gerak menurut Herman Tarigan (2019: 25) adalah Belajar yang di wujudkan melalui respon-respon muskular dan diekspresikan dalam gerak tubuh. Dalam proses belajar gerak ada tiga tahapan yang harus dilalui oleh siswa untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna (otomatis). Tiga tahapan belajar gerak ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya adalah prasyarat untuk tahap berikutnya. Apabila ketiga tahapan belajar gerak ini tidak dilakukan oleh guru pada saat mengajar pendidikan jasmani, maka guru tidak boleh mengharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani yang ideal. Tahapan belajar gerak adalah sebagai berikut::

#### **1. Fase Kognitif**

Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep- konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk motor plan, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak.

#### **2. Fase Asosiatif (Fiksasi)**

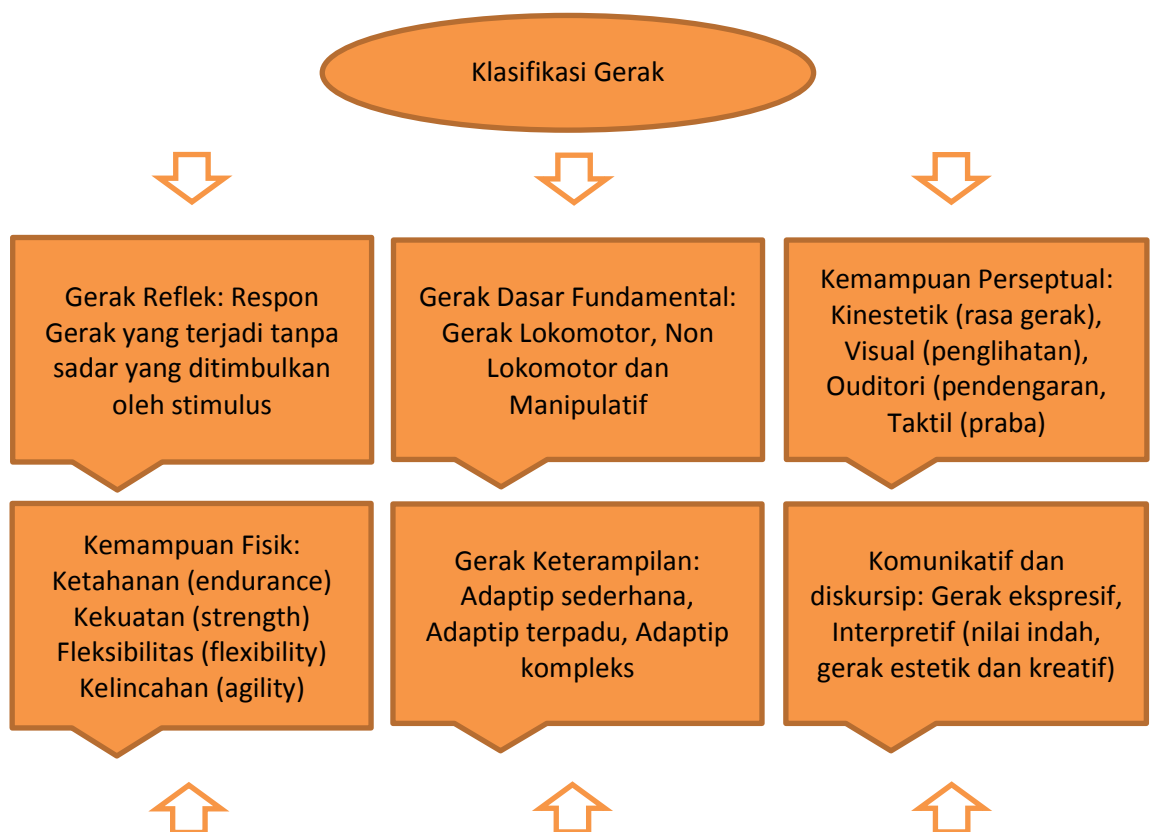
Pada tahap ini siswa mulai mempraktikkan gerak sesuai dengan konsep-konsep yang telah mereka ketahui dan pahami sebelumnya. Tahap ini juga sering disebut sebagai tahap latihan. Pada tahap latihan ini siswa diharapkan mampu mempraktikkan apa yang hendak dikuasai dengan cara mengulangulang sesuai dengan karakteristik gerak yang dipelajari. Apakah gerak yang dipelajari itu gerak yang melibatkan otot kasar atau otot halus atau gerak terbuka atau gerak tertutup? Apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di



sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

### 3. Fase Otomatisasi

Tahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda- tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas ahap ini siswa telah dapat melakukan aktivitas secara terampil, artinya siswa dapat merespon secara cepat dan tepat terhadap apa yang ditugaskan oleh guru untuk dilakukan. Tanda- tanda keterampilan gerak telah memasuki tahapan otomatis adalah bila seorang siswa dapat mengerjakan tugas



**Gambar 2.1 Klasifikasi Gerak**  
**Sumber : Tarigan, H., (2019: 25)**

### **2.4.2 Manfaat Belajar Motorik**

Pembelajaran motorik merupakan pembelajaran yang sangat penting dilaksanakan di sekolah. Pembelajaran motorik diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perubahan gerak motorik yang dimiliki siswa. Menurut Decaprio (2017:17) manfaat pembelajaran motorik antara lain yaitu : (1) meningkatkan kemampuan keterampilan yang dimiliki; (2) hasil belajar motorik relatif mengalami perubahan yang permanen; (3) umpan balik yang ada hubungannya dengan perasaan, diterapkan di dalam sistem saraf yang disimpan di memori untuk pergerakan; (4) meningkatkan koordinasi antara persepsi dan tindakan secara konsisten.

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran motorik memiliki banyak sekali manfaat yang bisa diambil yaitu dengan pembelajaran motorik siswa dapat mengembangkan keterampilan yang dimiliki dari mulai tidak bisa menjadi bisa, pembelajaran motorik juga melatih motorik siswa menuju perubahan gerak yang bersifat kekal. Oleh karena itu pembelajaran motorik sangat penting untuk kehidupan anak di masa yang akan datang.

### **2.4.3 Tujuan Belajar Motorik**

Menurut M. Yudha dkk (2005: 114) mengatakan tujuan belajar motorik merupakan penguasaan keterampilan yang tergambar dalam kemampuan menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukannya efektif dan efisien. Sehingga motorik kasar, memiliki tujuan dan fungsi pengembangan motorik kasar pada anak. Tujuan pengembangan motorik kasar meliputi:

- 1) Mampu meningkatkan keterampilan gerak
- 2) Mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- 3) Mampu menanamkan sikap percaya diri.
- 4) Mampu bekerjasama.
- 5) Mampu berperilaku disiplin, jujur dan sportif.

## 2.5 Hakikat Media Modifikasi pada KBM Penjas

### 2.5.1 Pengertian Media Modifikasi

Setiap pembelajaran yang di dalamnya memiliki materi pembelajaran, akan selalu berkembang dari waktu ke waktu. Proses perkembangan tersebut akan selalu membutuhkan inovasi dan modifikasi sebagai penunjang kesuksesan proses pembelajaran. Pembelajaran penjas yang merupakan pembelajaran dengan menggunakan aktifitas fisik dan praktik langsung di lapangan juga memerlukan adanya modifikasi. Siedentop (1991) dalam Suherman (2009) menjelaskan bahwa:

*This does not suggest that teaching can or should be viewed as a mechanistic enterprise. Not does it suggest that there is no room in effective teaching for personal style, inventiveness, intuition. Effective teachers artistically orchestrate a set off highly developed skills to meet the specific demands of a learning setting.*

Modifikasi secara umum dapat diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik tanpa menghilangkan unsur-unsur pokok dari apa yang dimodifikasi. Bahagia & Suherman (2000) menjelaskan bahwa Modifikasi juga tidak terfokus pada satu arah saja, tetapi ada modifikasi tujuan pembelajaran, modifikasi materi pembelajaran, modifikasi kondisi lingkungan pembelajaran dan modifikasi evaluasi pembelajaran. Oleh karena itu dalam melakukan modifikasi pembelajaran penjas, guru harus memperhatikan prinsip modifikasi, sehingga proses pembelajaran tetap dapat diikuti siswa karena sesuai dengan perkembangan kemampuan motorik siswa. Mengenai hal tersebut, (Bahagia & Suherman, 2000) menjelaskan bahwa:

Untuk mempermudah melakukan pengembangan dan modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes, kita mengenal aspek psikomotor yang harus dikembangkannya (misalnya kesegaran jasmani dan *skill*). Dalam pembelajaran kesegaran kita kenal komponennya (misalnya kekuatan dan fleksibilitas). Dalam pembelajaran skill kita kenal klasifikasinya (misalnya *open* dan *close skill*). Dalam pembelajaran konsep gerak kita kenal klasifikasinya (misalnya prinsip dan kualitas gerak).

### 2.5.2 Manfaat Media Modifikasi

Guru dapat memodifikasi suatu pembelajaran dengan bebas agar proses pembelajaran dapat bermakna dan membuat siswa berhasil meningkatkan kemampuannya. Suherman dan Bahagia (2000: 1) mendefinisikan modifikasi sebagai berikut:

Modifikasi adalah salah satu usaha yang dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Oleh karena itu, DAP termasuk didalamnya *body scalling* atau ukuran tubuh siswa, harus selalu dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan jasmani. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunkan dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dapat memperlancar siswa dalam belajarnya.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat diketahui bahwa modifikasi merupakan cara guru untuk lebih memudahkan proses pembelajaran di kelas. Guru dapat memodifikasi segala hal dalam pembelajaran seperti alat atau media pembelajaran. Lebih lanjut dijelaskan bahwa cara guru memodifikasi pembelajaran harus memperhatikan aspek analisa modifikasi sebagai berikut:

- 1) Tujuan, modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan tujuan pembelajaran dari mulai tujuan yang paling rendah sampai dengan tujuan yang paling tinggi.
- 2) Karakteristik materi, modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan keterampilan yang dipelajari.
- 3) Kondisi lingkungan, modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajaran. Misalnya alat yang akan digunakan, penataan ruang gerak dalam berlatih, jumlah siswa yang terlibat, dan organisasi atau formasi berlatih.
- 4) Evaluasi, maksudnya penyusunan aktivitas belajar yang berfokus pada evaluasi skill yang sudah dipelajari siswa berbagai situasi. Aktivitas evaluasi dapat merubah fokus perhatian siswa dari bagaimana seharusnya suatu skill dilakukan menjadi bagaimana skill itu digunakan atau apa tujuan skill itu.

Paparan di atas menunjukkan bahwa memodifikasi suatu permainan dan olahraga dalam hal ini permainan bola voli, maka membuat siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran karena lebih memudahkan siswa untuk mengembangkan

keterampilannya. Apalagi pada usia anak SMP yang suka akan bermain, maka guru harus kreatif dalam memodifikasi pembelajaran.

### **2.5.3 Tujuan Modifikasi**

Eaves et al., 2008a; Gréhaigne and Godbout, 1998; Kew, 1990; Usabiaga and Castellano, 2005 dalam Arias et al. (2011) menjelaskan bahwa : *Along with the complexity of all the variables that interact in the game, this makes it more difficult to determine the implications of rule modification.* Yang artinya modifikasi memiliki tujuan mendasar yaitu memudahkan beberapa permainan yang diberikan tanpa kehilangan konsep dasar yang ada Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan pula dengan tujuan pembelajaran, dari mulai tujuan yang paling rendah sampai dengan tujuan yang paling tinggi. Modifikasi tujuan pembelajaran ini dapat dilakukan dengan cara membagi tujuan pembelajaran ke dalam tiga komponen yakni: tujuan perluasan, tujuan penghalusan dan tujuan penerapan (Bahagia & Suherman, 2000).

Pertama adalah tujuan perluasan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan bentuk atau wujud keterampilan yang dipelajarinya tanpa memperhatikan aspek efisiensi atau efektifitasnya. Kedua adalah tujuan penghalusan maksudnya adalah tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan melakukan gerak secara efisien. Ketiga adalah tujuan penerapan maksudnya tujuan pembelajaran yang lebih menekankan pada perolehan pengetahuan dan kemampuan tentang efektif tidaknya gerakan yang dilakukan melalui kriteria tertentu sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.

Dengan pola modifikasi tersebut maka, diharapkan dapat mempermudah siswa untuk belajar gerak dan belajar melalui gerakan dalam pembelajaran penjas. Apabila siswa dapat belajar dengan baik maka siswa dapat meningkatkan komponen keterampilan gerak, kebugaran dan kerjasama untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan dalam dirinya.

## 2.6 Modifikasi Sarana Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli

### 2.6.1 Modifikasi *Passing* Bawah Dengan Alat Papan Kayu

Tujuan pendekatan alat modifikasi *passing* dengan papan kayu yaitu:

1. Meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam melakukan pembelajaran *passing* bawah bola voli.
2. Meningkatkan rasa percaya diri siswa untuk melakukan gerakan yang benar.
3. Meningkatkan keberanian siswa dalam mencoba teknik gerakan *passing* bawah bola voli yang benar.
4. Meningkatkan interaksi siswa.
5. Memberikan suasana atau nuansa baru dalam pembelajaran *passing* bawah bola voli



**Gambar 2.2 Modifikasi *Passing* Bawah dengan Papan Kayu**  
**Sumber: Udi Sahudi (2021)**

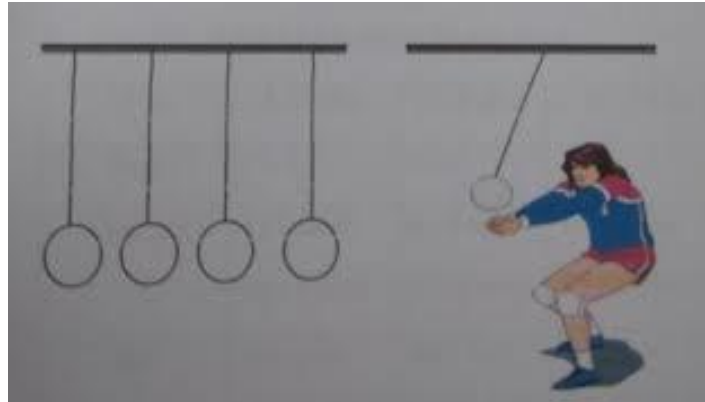
Modifikasi papan kayu merupakan bentuk modifikasi alat *passing* yang dirancang peneliti yaitu dengan menggunakan media papan kayu yang dimodifikasi sebagai alat *passing* bola voli. Bola yang digunakan yaitu bola plastik. Alat modifikasi ini dapat dimainkan dengan cara memegang papan menggunakan kedua tangan kemudian memukul atau *passing* bola plastik ke atas atausaling berpasangan. Pembuatan media ini sangat mudah dan tidak memerlukan banyak biaya.

Siswa melakukan gerak *passing* bawah dengan bantuan alat yang diharapkan dapat mempermudah siswa dalam melakukan *passing* bawah dalam pembelajaran bola voli. Siswa berpasangan dan berkelompok sehingga pembelajaran akan lebih menyenangkan dan berpengaruh pula pada hasil belajar Penjasorkes.

### 2.6.2 Modifikasi *Passing* Bawah dengan Bola Plastik Digantung

Karakteristik modifikasi *passing* bawah dengan bola plastik digantung dapat dijelaskan yakni bola voli dimasukkan ke dalam jaring atau diikat pada tali yang dibentangkan pada kedua tiang, dengan ketinggiannya kira-kira setinggi pinggang. Kemudian dengan posisi *passing*, bola dipukul ke depan dan akan kembali dan dipukul kembali berulang – ulang. Tali dibentangkan pada kedua tiang, kemudian bola voli dimasukkan ke dalam jaring dan diikatkan pada tali tersebut berjejer-jejer dengan jarak 1 meter. Ketinggian bola voli yang digantung kira-kira setinggi pinggang anak atau bisa juga disesuaikan dengan ketinggian masing-masing anak. Dengan posisi *passing* bawah bola di pukul ke depan dan pastinya bola akan kembali lagi dan siap untuk di *passing* lagi dan kembali lagi, *passing* lagi berulang-ulang yang pada dasarnya anak tidak akan berulang kali mengambil bola, karena setiap kali anak melakukan *passing* bawah maka bola akan kembali lagi siap untuk di *passing*, begitu seterusnya. Peraturan permainan bola gantung;

1. Yang pertama siswa dibariskan sebanyak 4 (empat) baris sesuai dengan jumlah bola yang sudah disiapkan oleh peneliti sebanyak 4 (empat) bola yang sudah digantung .
2. Siswa maju satu per satu sesuai urutannya untuk melakukan permainan bola gantung tersebut.
3. Pada saat melakukan permainan bola gantung pada *passing* bawah bola voli pertama-tama dalam posisi sikap awal, sikap saat pelaksanaan dan sikap akhir, siswa melakukan sebanyak 5 kali *mepassing* bola secara bergantian.
4. Kemudian setelah siswa melakukan 5 kali *mepassing* bola siswa harus kembali kebarisan paling belakang untuk menunggu giliran *mepassing* bola berikutnya.
5. Permainan bola gantung selama 5 menit. Adapun gambar *passing* bawah sebagai berikut:



**Gambar 2.3 Media Bola Gantung**  
**Sumber: Sukatamsi (2008:28)**

### **2.6.3 Modifikasi *Passing* Bawah Dengan Bola Karet dan Pembatas Tali**

Pembelajaran *pass* bawah berpasangan menggunakan tali adalah bentuk pembelajaran *pass* bawah berpasangan lewat tali yang direntangkan. Jadi pemain yang melakukan pembelajaran *pass* bawah tersebut harus melewati bola di atas tali yang direntang.

Adapun pelaksanaan pembelajaran tersebut adalah sebagai berikut: Siswa berdiri berhadapan masing-masing menghadap tali dengan jarak 3 meter. Salah satu siswa memegang bola, kemudian dilambungkan ke arah pasangannya dan melakukan *pass* bawah berpasangan lewat tali yang dibentangkan sepanjang 6 meter. Bola yang di *pass* bawah harus melambung tinggi melewati tali dan diusahakan dapat diterima dengan baik oleh pasangannya, begitu seterusnya. Dalam pembelajaran ini karena menggunakan tali maka siswa dapat melihat pasangannya, sehingga siswa tidak memerlukan respon yang tinggi dan siswa juga dapat mengantisipasi datangnya bola.

Dalam pembelajaran *pass* bawah menggunakan tali ini mempunyai keuntungan yaitu: siswa dapat melihat pasangannya sehingga pengoperan bola dapat diarahkan ke arah pasangannya dengan baik, siswa dapat mengantisipasi arah datangnya bola dari pasangannya. Di samping mempunyai keuntungan pembelajaran ini juga mempunyai keuntungan yaitu: bola kelihatan munculnya sehingga siswa tidak memerlukan respon yang cepat, dengan demikian siswa



kurang terlatih dengan bola-bola yang datangnya tiba-tiba: karena melihat munculnya bola, maka siswa kurang terlatih kecepatan reaksinya/refleksi.



**Gambar 2.4 *Passing Bawah Melewati Tali/Net***  
**Sumber: Eko Purnomo (2012:57)**

## **2.7 Permainan Bola Voli**

Bola voli merupakan salah satu jenis cabang olahraga permainan yang terus berkembang dan sudah sangat dikenal dan disukai oleh masyarakat luas. Hal ini terlihat dengan banyaknya pertandingan-pertandingan antar klub yang dilaksanakan di tingkat daerah sampai di tingkat nasional. Berkaitan dengan perkembangan olahraga permainan bola voli Wiradihardja, sudrajat dan Syarifudin (2017: 16) “permainan bola voli sangat menyenangkan, banyak orang yang melakukan salah satu kegiatan rekreasi. Sebagian lainnya melakukan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola voli yang diarahkan melalui prestasi”. Menurut Nugraha (2010 : 21) “bola voli adalah cabang olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing-masing grup memiliki enam orang pemain”. Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara mematikan bola di daerah lawan dan menjaga bola agar tidak mati di wilayah sendiri.

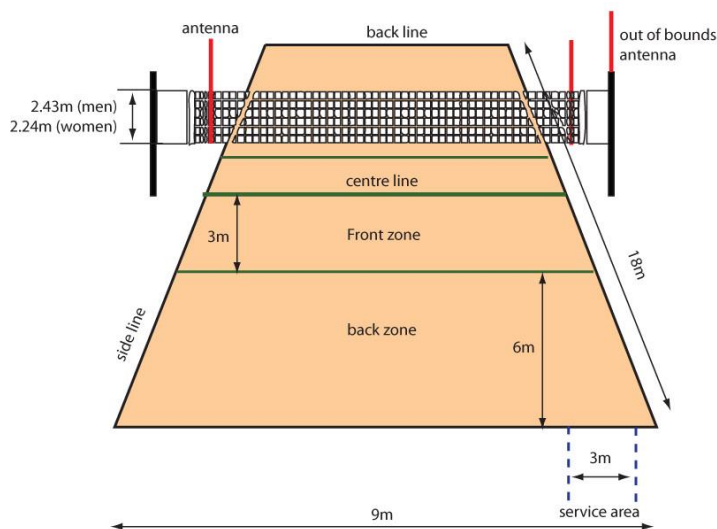
Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli bersifat beregu, sehingga keberhasilan untuk bermainnya banyak ditentukan oleh kerjasama pemain yang terdiri atas enam orang pemain. Prinsip permainan ini cukup

sederhana, yakni memainkan bola sebelum bola itu menyentuh lantai lapangan. Sedangkan tujuannya adalah memenangkan permainan dengan cara memantulkan bola di daerah lawan dan menjaga agar bola tidak jatuh di lapangan sendiri. Dengan demikian jelas bahwa permainan bola voli ini cukup sederhana dan tidak memerlukan peralatan yang banyak. Namun demikian setiap regu harus memiliki pemain yang memiliki teknik, fisik, taktik, dan mental yang memadai, serta kerja sama yang baik antara para pemain.

Permainan bola voli tidak akan berlangsung jika tidak ada peraturan- peraturan yang mengaturnya, sebagaimana diungkapkan El-Kabumaini, Nasin (2011: 40), “Olahraga bola voli, layaknya jenis olahraga lainnya, seperti sepak bola atau pendahulunya bola basket, tentu ada aturan mainnya. Seorang pemain bola voli terikat aturan yang harus dilaksanakan secara bersama-sama. Berikut adalah beberapa hal yang berkaitan dengan peraturan permainan bola voli. Urutan server, penghitungan angka”. Peralatan yang diperlukan dalam permainan bola voli adalah sebagai berikut:

- 1) Lapangan bola voli yang berbentuk empat persegi, dengan ukuran:
  - a) panjang lapangan : 18 meter
  - b) lebar lapangan : 9 meter
  - c) lebar garis : 5 centimeter
  - d) daerah garis serang adalah garis tengah sepanjang (9 x 3) meter daerah pertahanan adalah daerah yang dibatasi oleh garis serang dan garis serang dan garis belakang (9 x 6 meter).
- 2) Jaring atau net
  - a) panjang jaring atau net : 9,50 meter
  - b) lebar jaring atau net : 1,00 meter
  - c) petak-petak jaring atau net : 10 X 10 centimeter
  - d) tinggi jaring putra : 2, 43 meter
  - e) tinggi jaring putri : 2, 24 meter

Untuk lebih jelasnya di bawah ini penulis gambarkan lapangan bola voli sesuai dengan penjelasan di atas.



**Gambar 2.5 Lapangan Permainan Bola Voli**

**Sumber : Hidayat, Witono (2017: 24)**

3) Tongkat atau Rod

Di atas batas samping jaring harus dipasang tongkat yang menonjol setinggi 80 Centimeter. Tongkat atau rod terbuat dari bahan *fiberglass* dengan ukuran 180 Centimeter dan garis tengahnya 1 centimeter, diberi warna secara bersilang.

4) Bola

Ukuran bola adalah sebagai berikut:

Berat bola antara 250 – 280 gram

Keliling bola antara 65 – 67 centimeter

5) Kostum

Para pemain bola voli hendaknya menggunakan kostum yang seragam, yang diberi nomor pada dada dan punggung. Selain itu diharuskan pula memakai sepatu Olahraga.

Untuk dapat bermain bola voli dengan benar dan baik harus menguasai tata cara memainkannya. Agar dapat menguasai tata cara bermain bola voli pelajari terlebih dahulu uraian cara bermain bola voli atau teknik dasar permainan bola voli.

## 2.8 Teknik Dasar Bermain Bola Voli

Permainan bola voli dalam bentuk pertandingan yang diikuti oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri atas enam orang pemain yang harus memiliki dan menguasai aspek-aspek fisik, teknik, taktik dan mental untuk memenangkan pertandingan tersebut. Salah satu aspek yang perlu dikuasai adalah aspek teknik. Mengenai istilah teknik dalam cabang olahraga Hidayat, Witono (2017: 35) mengungkapkannya sebagai berikut:

Penggunaan istilah teknik dalam bahasan ini diartikan sebagai sebuah prosedur yang susah dikembangkan berdasarkan praktek serta memiliki tujuan untuk mencari penyelesaian sebuah masalah pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna. Dalam permainan bola voli, ada beberapa teknik dasar yang harus diketahui dan dikuasai oleh seorang pemain.

Berdasarkan pada pendapat Witono di atas, dapat penulis katakan bahwa teknik yang baik dalam permainan bola voli tentu dilandasi oleh teori dan hukum-hukum serta peraturan permainan bola voli. Oleh karena itu, menurut Hadzik, Khairul dan Anwar Musadad (2017: 18- 22) teknik yang harus dikuasi oleh pemain bola voli diantaranya : “a. *Pass Bawah*, b. *Pass Atas*, c. *Servis*, d. *Smash/ Spike*, e. *Bendungan/ Block*”. Adapun teknik dasar bola voli yang dimaksud dapat penulis jelaskan sebagai berikut:

### 1) *Passing bawah*

Menurut Bebbi Oktara dikutip dari buku Iman, Dede, et.al (2018: 7) “*passing bawah* adalah jenis *passing* yang dilakukan dimana bola diumpan dari bawah dada”. Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Winarno, et.al (2013: 77) “*passing bawah* akan dilakukan oleh seorang pemain apabila bola yang datang jatuh berada di depan atau samping badan setinggi perut ke bawah”. Dari pernyataan tersebut dapat di sebutkan bahwa *passing bawah* adalah usaha mengumpan bola dari bawah dada atau di depan perut

### 2) *Passing Atas*

Menurut Winarno, et.al (2013: 82) *passing atas* adalah operan bola yang dilakukan dengan menggunakan ujung jari-jari pada saat bola datang setinggi bahu atau lebih”. *Pass atas* sendiri biasanya dimaksudkan memberikan operan

kepada kawan satu regu untuk menyusun serangan ke daerah lawan, sehingga bola yang dihasilkan harus mudah diterima kawan satu regu.

3) *Smash*

Menurut Iwan Kristianto dikutip dari buku Winarno, et.al (2013: 116) “*smash* adalah pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan”. Dalam permainan bola voli, *smash* biasa dikatakan sebagai pukulan serangan yang sulit untuk diterima karena bola hasil dari pukulan *smash* melaju dengan kuat dan cepat. Menurut M. Mariyanto mengutip dari buku Winarno, et.al (2013: 116) “*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 di atas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah”. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa *smash* merupakan suatu pukulan yang melaju dengan cepat dan kuat sehingga bola yang dihasilkan sulit diterima oleh lawan.

4) Bendungan/ *Block*

Menurut Winarno, et.al (2013: 160) pada dasarnya *block* adalah “sebuah teknik dengan cara merintang atau menghalangi musuh ketika sedang melakukan serangan di depan net dengan cara mengangkat lengan tinggi-tinggi di atas jaring, pada tempat yang diduga menjadi arah jalannya bola”. Teknik *block* biasanya dilakukan pada saat tim lawan melakukan *smash* sehingga teknik *block* ini sendiri dapat menghalau bola dari pukulan *smash* lawan.

5) Servis

Definisi servis menurut Hidayat, Witono (2017: 36) mengemukakan bahwa “servis merupakan pukulan pertama dengan bola. Melalui pukulan servis ini, sebuah tim bisa melakukan serangan terhadap lawan. Bertolak dari definisi di atas maka servis merupakan suatu usaha untuk memasukkan bola ke daerah lawan oleh seorang pemain yang berhak melakukan servis. Upaya yang dimaksud, jika bisa harus langsung mematikan lawan. Seorang server yang telah diatur dan ditentukan dengan peraturan-peraturan permainan bola voli. Begitu pula server yang harus melakukan servis, tidak bisa sembarang orang

atau pemain, namun lebih ditetapkan sesuai peraturan yang berlaku. Juga mengenai gerakan anggota badan server, seperti: kaki, tangan, dan lain-lain, ketika melakukan servis harus memenuhi ketentuan-ketentuan yang berlaku. Servis tersebut dapat dikatakan sah dan mulus, apabila hasil servis tersebut dapat mematikan lawan, dan ini merupakan kemenangan bagi regu server.

Servis dari atas merupakan salah satu jenis servis yang cenderung paling hebat, sebab servis ini hampir bersifat menyerang, apabila dilakukan oleh seorang server yang handal. Servis dari atas ini dapat mempercepat laju bola dan dapat membuat jalannya bola menjadi menukik ke daerah lawan, apalagi jika ketika memukul bola *server* sambal meloncat tinggi, sehingga akan membuat bola sulit untuk diterima oleh lawan.

Cara yang dapat dilakukan oleh seorang server agar servisnya dapat memperoleh peluang untuk menjadi serangan yang memastikan adalah melakukan servis yang membuat jalannya bola dating ke daerah lawan yang kosong atau mengarahkannya kepada pemain yang sedang melakukan perpindahan posisi atau bisa pula kepada pemain yang baru menggantikan pemain yang lainnya. Terdapat beberapa jenis servis dalam permainan bola voli sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Anandita (2010: 25.26) sebagai berikut:

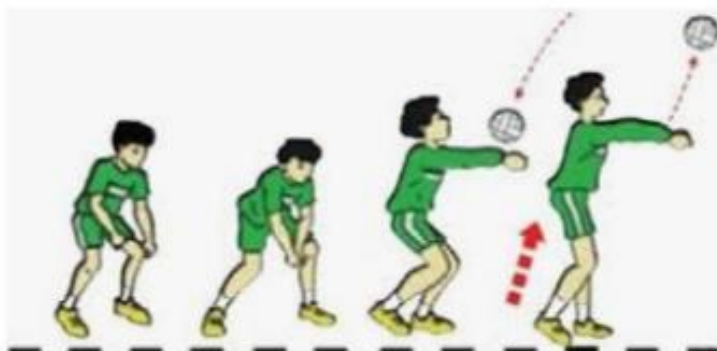
- a) Servis atas, yakni servis dengan awalan melemparkan bola ke atas seperlunya. Kemudian server melompat untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari atas.
- b) Servis bawah, yakni servis dengan awalan bola berada di tengah yang baik memukul bola. Tangan yang memukul bola bersiap dari belakang badan untuk memukul bola dengan ayunan tangan dari bawah.
- c) Servis mengapung, yakni servis atas dengan awalan dan cara memukul yang hampir sama. Awalan servis mengapung adalah melemparkan bola ke atas akan tetapi, tidak terlalu tinggi (tidak terlalu tinggi dari kepala). Tangan yang akan memukul bola bersiap di dekat bola dengan ayunan yang sangat pendek.

## **2.9 Tahapan *Passing* Bawah**

Tahapan teknik *passing* bawah menurut Beutelsthahl (2005: 35), siap menunggu datangnya bola. Mula-mula pemain menjulurkan kaki yang paling dekat dengan

arah bola ke arah luar. Bola jangan sampai jatuh ke belakang lapangan. Bola disentuh dengan kedua lengan dijulurkan ke sisi dan tubuh menghadap ke arah yang sama. Apabila bola datang dengan keras sekali, atau pukulan kita sendiri cukup keras, maka lengan harus dapat mengikuti laju bola itu. Pemain bergerak ke sisi untuk menghilangkan efek benturan bola. Jari tangan tetap digenggam, siku tetap terkunci, landasan mengikuti bola ke sasaran, lengan sejajar di bawah bahu, pindahkan berat badan ke arah sasaran, perhatikan bola bergerak ke sasaran lalu bersiap kembali *passing*.

Tahapan teknik melakukan *passing* bawah meliputi 1) Kedua lutut ditekuk, 2) Badan condong ke depan (antara lutut dan bahu), 3) Persentuhan bola pada pergelangan tangan, 4) Pandangan mata ke depan, 5) Koordinasi gerakan lutut (Tim Bina Karya Guru, 2004: 18). Berikut ini contoh gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli.



**Gambar 2.6 Gerakan *Passing* Bawah**  
**Sumber: Tim Bina Karya Guru, (2004: 18)**

Sementara menurut 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 jemari 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) Siku terkunci
  - g) Lengan sejajar dengan paha
  - h) Pinggung lurus

- i) Pandangan kearah bola
- 2) Pelaksanaan
  - a) Terima bola didepan badan
  - b) Kaki sedikit diulurkan
  - c) Berat badan dialihkan ke depan
  - 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 kesarasan
  - d) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
  - e) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran

Pendapat yang lainnya dikemukakan oleh Anandita (2010: 26) bahwa tahapan melakukan passing bawah meliputi:

- 1) Tahap pertama (persiapan) yakni bersiap-siap dengan stance dasar kaki yang satu di depan kaki yang lain. Kedua lutut ditekuk sedikit, kedua tangan diluruskan kedepan tubuh. Kedua tangan disilangkan menjadi satu, siku diluruskan dan bola diterima dengan lengan bawah di sekitar pergelangan tangan.
- 2) Tahap kedua, kontak dengan bola, pemain menerima bola dibagian dalam kedua lengan sebelah bawah. Kemudian menggali sesuai dengan arah yang dituju.
- 3) Tahap ketiga, gerakan diteruskan dengan follow through. Kemudian segera mengambil posisi berikutnya dengan persiapan untuk memainkan bola kembali. Teknik ini selain digunakan untuk mengoperkan bola juga digunakan untuk menerima bola serta mengambil bola yang datangnya rendah.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat diketahui bahwa tahapan teknik passing bawah dalam permainan bola voli pada umumnya terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan dan gerakan lanjutan.

## **2.10 Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan *Passing Bawah***

Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Ma'mun dan Yudha (2000: 70), 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 berbedabeda, 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.

*Passing* bawah bolavoli merupakan salah satu bentuk keterampilan yang *Passing* bawah bolavoli merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks. Tidak jarang para siswa sering kali melakukan kesalahan. Menurut Vierra (2000: 21), kesalahan-kesalahan *passing* bawah adalah sebagai berikut;

- 1) Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola. Lanjutan lengan berada di atas bahu;
- 2) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang *dipassing* terlalu rendah dan terlalu kencang;
- 3) Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka;
- 4) Lengan terpisah sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operan salah;
- 5) Bola mendarat di lengan daerah siku, atau menyentuh tubuh.

Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Ahmadi (2007: 24-25) kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan *passing* bawah, antara lain meliputi:

- 1) Lengan pemukul ditekuk pada siku sehingga papan pemukul sempit. Akibatnya bola berputar dan menyeleweng arahnya.
- 2) Terlalu banyak gerakan lengan pukulan ke depan dibandingkan gerakan keatas. Sehingga sudut datang bola terhadap lengan bawah pemukul tidak
- 3) Bola jatuh pada kepalan telapak tangan.
- 4) Dua lengan bawah sebagai pemukul kurang sejajar.
- 5) Tidak ada koordinasi yang harmonis antara gerakan lengan, badan, dan kaki.
- 6) Gerakan ayunan secara keseluruhan terlalu eksplosif, sehingga bola lari jauh melenceng.
- 7) Kurang menekuk pada lutut langkah persiapan pelaksanaan.
- 8) Persentuhan pada bola dengan lengan bawah terlambat (lebih tinggi dari dada). Sehingga bola arahnya ke atas belakang yang tidak sesuai dengan tujuan *passing*.

- 9) Bola tinggi yang seharusnya diambil dengan *passing* atas,
- 10) Terlambat melangkah ke samping atau ke depan agar bola selalu terkurung di depan badan sebelum persentuhan bola oleh lengan pemukul.
- 11) Pemain malas melakukan *passing* atas terutama wanita setelah menguasai teknik *passing* bawah.
- 12) Kurang dapat mengatur perkenaan yang tepat sesuai dengan datangnya bola (cepat, lambat berputar).
- 13) Lengan pemukul digerakan dua kali.
- 14) Lengan pemukul diayunkan lebih tinggi dari bahu

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat diketahui bahwa banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli diantara faktor pribadi, situasional, dan proses belajar. Selain itu, adanya kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *passing* bawah adalah posisi berdiri terlalu tegak, lengan terlalu tinggi saat menerima bola, pandangan tidak terfokus kepada bola, saat bergerak kedua lengan sudah disatukan.

### **2.11 Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teori. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan Sukarti (2010), yang berjudul “*Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola voli dengan Modifikasi Bola Pada Siswa Kelas IV SD Kadisobo 2 Sleman*”. Penelitian tersebut merupakan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, panduan observasi dan angket tanggapan siswa. Hasil penelitian tindakan kelas ini menunjukkan bahwa (1) Dengan adanya modifikasi bola motifasi siswa meningkat, hal ini ditunjukkan dengan adanya antusias dan semangat siswa dalam mengikutipembelajaran, (2) Efektifitas pembelajaran bola voli semakin meningkat 85% hal ini ditunjukkan dengan adanya kemauan siswa yang terdorong untuk bisa bermain bola voli, (3) hasil belajar yang dicapai siswa meningkat ditunjukkan dengan motifasi yang tinggi dan siswa senang selama pembelajaran sehingga tujuan dari permbelajaran akan tercapai.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Agus Susanto (2010), yang berjudul “*Upaya Meningkatkan Pembelajaran Bola voli Melalui Pendekatan Bermain*”.

*dengan Bola Plastik pada siswa kelas IV SD Negeri 2 Rogojati Kecamatan Sokoharjo Kabupaten Wonosobo*". Metode yang digunakan penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian ini menggunakan instrument yaitu, melalui lembar observasi, wawancara, RPP, dan tes hasil belajar permainan bola voli. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan bermain pada proses pembelajaran bola voli dengan bola plastic dapat memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 2 Rogojati Kecamatan Sokoharjo Kabupaten Wonosobo berdasarkan hasil nilai rata-rata kelas, siklus I 70,95 dan siklus II 73,85 sehingga besar kenaikan nilai rata-rata kelas adalah 2,9 serta dapat dilihat dari peningkatan presentase ketuntasan belajar pada siklus I 65% dan siklus II 80% jadi besar presentase ketuntasan belajarnya adalah 15%

## **2.12 Kerangka Berpikir**

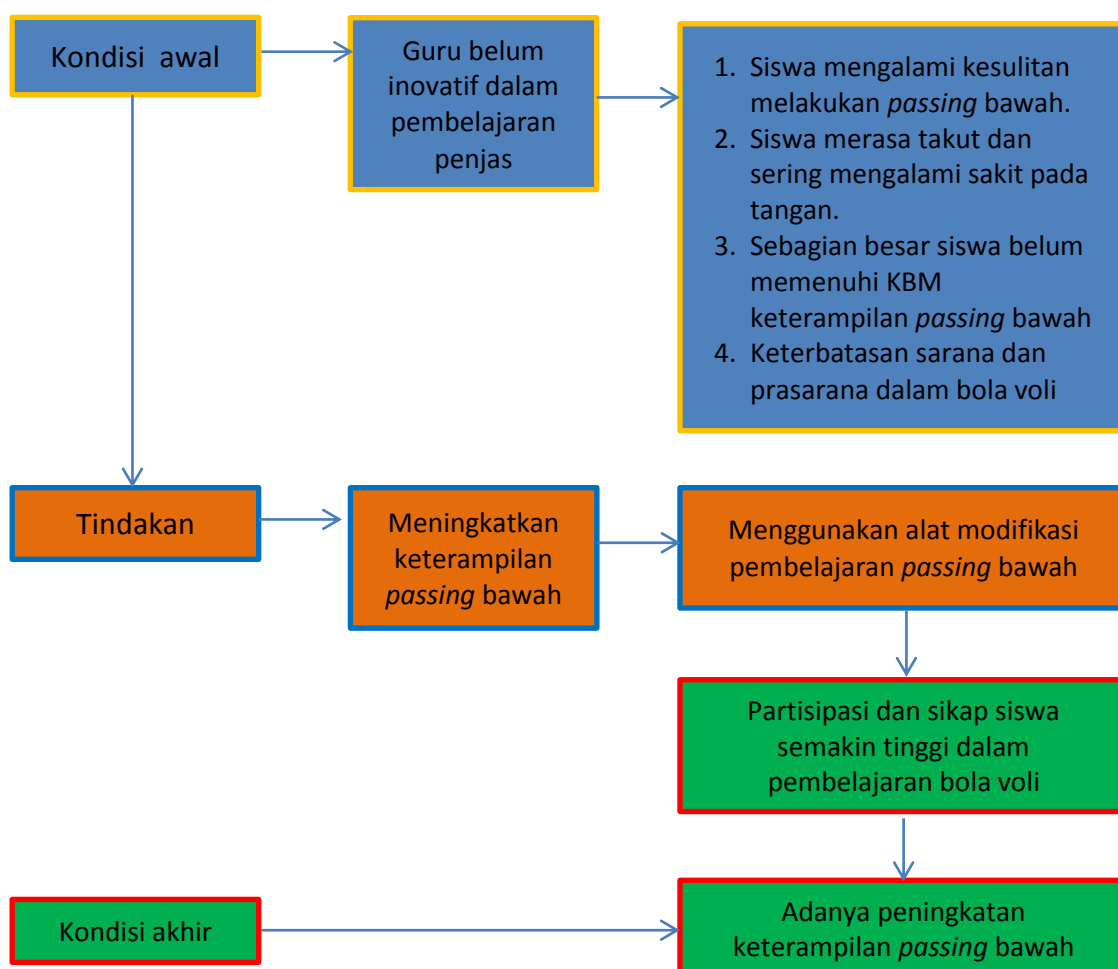
Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu melibatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa diarahkan untuk menyelesaikan masalah yang sesuai dengan konsep pembelajaran dan sesuai dengan konsep yang dipelajari. Dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada umumnya guru cenderung mengalami kesulitan karena minimnya sarana dan prasarana olahraga yang tersedia di sekolah, sehingga keaktifan siswa akan menjadi kurang.

Dalam pembelajaran, siswa banyak yang duduk diam menunggu giliran menggunakan alat dalam melakukan latihan. Akibatnya siswa tidak dapat memahami materi pendidikan jasmani yang diterima dengan maksimal, siswa menjadi pasif dan hanya mempunyai sedikit kesempatan untuk melakukan aktivitas gerak, serta interaksi antar siswa kurang terbangun. Sehingga siswa menjadi kurang tertarik dan berminat mempelajari pendidikan jasmani.

Berpijak pada permasalahan dalam pembelajaran pendidikan jasmani tersebut, maka perlu adanya suatu inovasi pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran. Guru perlu menciptakan strategi pembelajaran yang mampu mengaktifkan siswa, membangkitkan minat dan perhatian siswa, serta

memudahkan siswa dalam memahami materi pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

Dalam penelitian ini pembelajaran yang akan diteliti yaitu materi *passing* bawah pada permainan bola voli yaitu dengan menggunakan alat bantu papan kayu, bola plastik digantung dan bola karet untuk mempermudah siswa melakukan *passing* bawah. Dengan adanya modifikasi diharapkan siswa dapat meningkatkan hasil belajar dan aktifitas siswa terhadap pembelajaran Penjasorkes. Untuk lebih jelasnya, kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dibuat skema sebagai berikut:



**Gambar 2.7 Kerangka Berpikir**  
Sumber: Penulis

### III. METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Metode Penelitian

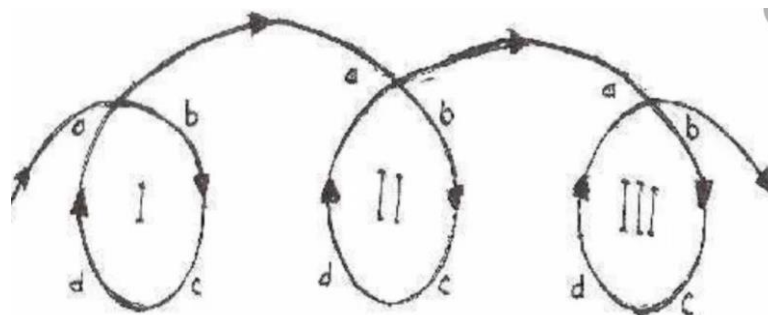
Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan modifikasi alat. Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Menurut Rochiati (2009: 13), penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasi kondisi praktik pembelajaran dan belajar dari pengalaman, dengan mencoba suatu gagasan perbaikan dari praktik pembelajaran dan melihat pengaruh nyata dari upaya itu.

Menurut Pardjono, dkk. (2007: 12) mengatakan penelitian tindakan kelas adalah suatu penelitian yang dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di kelasnya, misi tindakan ini adalah pemberdayaan guru dan sekaligus siswa. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006: 14) penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan penelitian tindakan kelas adalah proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru, yang melibatkan kolaborator dan siswa yang diteliti untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sehingga hasil belajar siswa meningkat.

Rancangan penelitian menurut Masnur Muslich (2010: 144), rencana dan struktur penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti akan memperoleh jawaban untuk pertanyaan penelitiannya. Proses pelaksanaan tindakan dilaksanakan secara bertahap sampai penelitian ini berhasil. Prosedur tindakan dimulai dari (1) perencanaan tindakan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) pengamatan dan evaluasi serta (4) analisis dan refleksi.

Suharsimi Arikunto (2006: 98-99) berpendapat bahwa, penelitian tindakan kelas dapat dilaksanakan melalui empat langkah utama, yaitu: (1) Perencanaan atau *planning*, yang dijelaskan tentang apa, mengapa, kapan, di mana, oleh siapa, dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan, (2) Tindakan atau *acting*, yaitu implementasi atau penerapan isi rancangan di dalam kancah, yaitu mengenakan tindakan di kelas, (3) Pengamatan atau *observing*, yaitu pelaksanaan pengamatan oleh pengamat, (4) Refleksi atau *reflecting*, yaitu kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah terjadi.

Hubungan antara ke empat komponen tersebut menunjukkan sebuah siklus atau kegiatan berulang. Siklus inilah yang sebenarnya menjadi salah satu ciri utama dari penelitian tindakan, yaitu bahwa penelitian tindakan harus dilaksanakan dalam bentuk siklus, bukan hanya satu kali intervensi saja. Pelaksanaan penelitian ini mengikuti tahap-tahap penelitian tindakan kelas yang terdiri atas pengamatan, pendahuluan/perencanaan, dan pelaksanaan tindakan. Pelaksanaan tindakan terdiri atas beberapa siklus, setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan tindakan, pemberian tindakan, observasi, dan refleksi. Tahap-tahap penelitian dalam masing-masing tindakan terjadi secara berulang yang akhirnya menghasilkan beberapa tindakan dalam penelitian tindakan kelas. Tahap-tahap tersebut membentuk spiral. Tindakan penelitian yang bersifat spiral itu dapat digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 3.1 Spiral Penelitian Tindakan Kelas**  
**Sumber: Herman Tarigan (2011 : 103)**

### 3.2 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas atau *Classroom Action Research*. Menurut Suharsimi Arikunto (2008: 3) penelitian tindakan kelas merupakan pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Penelitian tindakan kelas (PTK) dilaksanakan sebagai strategi pemecahan masalah dengan memanfaatkan tindakan nyata kemudian merefleksi terhadap hasil tindakan.

Penelitian tindakan cocok untuk meningkatkan kualitas subyek yang akan diteliti. Penelitian ini dilaksanakan untuk meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran PJOK dengan penerapan media modifikasi dalam pembelajarannya. Pada pelaksanaannya, penelitian ini dilaksanakan secara kolaborasi antara peneliti dengan guru. Peneliti bertindak sebagai observer dan guru bertindak sebagai pengajar. Dalam hal ini peneliti berkolaborasi dengan guru dengan tujuan agar lebih mudah dan teliti dalam kegiatan observasi.

Menurut Rochiati (2009: 13), penelitian tindakan kelas adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasi kondisi praktik pembelajaran dan belajar dari pengalaman, dengan mencobakan suatu gagasan perbaikan dari praktik pembelajaran dan melihat pengaruh nyata dari upaya itu. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, dkk. (2008: 20) ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu merencanakan, pelaksanaan (implementasi), pengamatan (observasi), dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut adalah unsur untuk membuat sebuah siklus. Jadi satu siklus dimulai dari perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada memilih atau tidaknya tindakan itu diperlukan.

Tindakan dianggap cukup tergantung pada permasalahan pembelajaran yang akan dipecahkan semakin banyak permasalahan yang akan dipecahkan maka semakin banyak siklus akan lebih baik. Berikut penjelasan dari kegiatan-kegiatan dalam siklus penelitian tindakan dan apabila siklus pertama belum meningkat maka dilanjutkan ke siklus kedua dengan harapan sudah terjadi peningkatan.

### 1. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini peneliti bersama kolaborator berdiskusi untuk menetapkan materi dalam pembelajaran. Peneliti merencanakan waktu pembelajaran yang akan berlangsung. Setelah menetapkan permasalahan yang dihadapi kemudian menentukan langkah solusi yang harus dikerjakan, harapannya dengan pengembangan proses pembelajaran dapat menjawab kesulitan atau masalah yang dihadapi bagi siswa SMP Negeri 4 Natar.

Dalam tahap perencanaan, peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung dan melaksanakan skenario tindakan tersebut. Secara rinci kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah, tujuan penelitian dan tindakan disosialisasikan kepada kolaborator dan siswa. Peneliti dan kolaborator melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam penyampaian materi pembelajaran *passing* bawah. Tukar pikiran dilakukan agar ada kesamaan dalam :

- a. Membuat rencana pembelajaran (RPP) pendidikan jasmani dengan materi pokok pembelajaran *passing* bawah.
- b. Menyiapkan fasilitas pembelajaran berupa bola dan alat bantu lain.
- c. Peneliti membuat dan menyusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan pembelajaran-pembelajaran *passing* bawah bola voli, mempersiapkan lembar observasi dan angket yang dikonsultasikan kepada orang yang ahli dalam pembelajaran bola voli untuk selanjutnya diimplementasikan dalam tindakan.
- d. Menyiapkan kegiatan dan refleksi.

### 2. Pelaksanakan tindakan (*Action*)

Pada tahap ini guru melaksanakan pembelajaran bola voli dengan metode penyampaian materi berupa praktik di lapangan dan pemberian contoh pada kelompok siswa. Pada proses pembelajaran tersebut kolaborator mengamati, mencatat, mengomentari terhadap berlangsungnya pembelajaran terkait dengan aktifitas siswa maupun guru.



### 3. Observer (*Observation*)

Selama proses pembelajaran berlangsung peneliti melakukan aktivitas pembelajaran yang dilakukan dengan siswa, sedangkan dua orang kolabolator mengamati proses pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli kemudian mencatat prestasi siswa yang diraih berdasarkan kriteria seperti dalam instrument, dengan menggunakan lembar pengamatan sebagai panduan.

### 4. Refleksi (*Reflection*)

Pada tingkat refleksi ini hasil dari observasi didiskusikan bersama oleh peneliti dan kolaborator. Hasil diskusi digunakan sebagai dasar bagi penyusunan rencana tindakan pada siklus berikutnya agar dapat berjalan lancar dan memperoleh hasil lebih baik dari siklus sebelumnya, seandainya pada siklus sebelumnya masih ditemukan kekurangan – kekurangan

## 3.3 Populasi dan Sampel

### 3.3.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2017:117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang menjadi populasinya adalah keseluruhan siswa kelas VII A SMP Negeri 4 Natar berjumlah 32 siswa.

### 3.3.2 Sampel

Menurut Noor (2011: 147) sampel adalah sejumlah anggota yang di pilih dari populasi, subjek adalah suatu anggota dari sampel. Sebagaimana elemen anggota dari populasi. Sampel (*sampling*) adalah proses memilih sejumlah elemen secukupnya dari populasi.

**Tabel 3.1 Jumlah Sampel**

Nomor	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	VII <sup>A</sup>	15	17	32

**Tata Usaha: SMP Negeri 4 Natar**

Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *sampling* jenuh menurut Sugiyono (2017: 124) *sampling* jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.

### 3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian

#### 3.4.1 Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Natar. Subyek penelitian mengenai *passing* bawah bola voli disini adalah siswa kelas VII A pada saat semester 1 tahun pelajaran 2022/2023.

#### 3.4.2 Waktu

Berikut bagan untuk pelaksanaan penelitian tindakan kelas:

**Tabel 3.2 Rencana Kegiatan Penelitian**

No	Rencana Kegiatan	Tahun 2022/2023				
		Okt	Nov	Des	Jan	Feb
1	Persiapan					
	a. Observasi					
	b. Identifikasi masalah					
	c. Penentuan tindakan					
	d. Penyusunan proposal					
	e. Pembuatan Instrumen					
	f. Seminar proposal					
	g. Pengajuan penelitian					
2	Pelaksanaan					
	a. Siklus I					
	b. Siklus II					
	c. Siklus III bila perlu					
3	Analisis Data dan Laporan					
	a. Analisis Data					
	b. Penulisan laporan					

### 3.5 Personel yang Terlibat

Penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif. Dengan maksud, peneliti tidak melakukan penelitian secara sendiri, namun berkolaborasi atau bekerjasama dengan teman sejawat. Tim kerja/ kolaborator dalam penelitian ini antara lain:

1. Guru pamong: Abdul Rohman, S.Pd selaku guru PJOK SMP Negeri 4 Natar
2. Teman sejawat: Erina Samosir

### 3.6 Defenisi Operasional

1. Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah proses pelaksanaan perencanaan yang disusun, kemudian dilakukan suatu observasi dan evaluasi yang di pakai sebagai masukan untuk melakukan refleksi atas apa yang terjadi pada tahap pelaksanaan. Hasil dan proses refleksi ini kemudian melandasi upaya perbaikan dan penyempurnaan rencana tindakan berikutnya.
2. Peningkatan pembelajaran adalah salah satu upaya dalam meningkatkan suatu kegiatan yang bernilai edukatif, yang mewarnai suatu proses interaksi antara guru dan anak didik, sehingga kegiatan belajar mengajar yang dilakukan dapat diharapkan mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pengajaran di mulai.
3. *Passing* permainan bola voli merupakan salah satu teknik yang cukup kompleks dan memiliki koordinasi gerakan dalam pelaksanaannya dimana ada aturan dan tahapan dalam melakukannya, sehingga dapat di katakana mampu melakukan teknik bermain bola voli dengan baik dan benar
4. Modifikasi alat adalah salah satu teknik mengubah suatu dengan cara memodifikasi ukuran berat, lapangan permainan, waktu bermaian serta peraturan permainan atau jumlah pemain. Dalam penelitian ini peneliti menggunkana modifikasi alat pada bola.

### 3.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Teknik observasi merupakan pengamatan awal ke lapangan atau ke lokasi penelitian yang dilakukan terhadap objek penelitian yang ada, untuk mencari

data peningkatan keterampilan *passing* bawah permainan bola voli melalui modifikasi alat pada siswa kelas VII<sup>A</sup> SMP Negeri 4 Natar.

## 2. Kepustakaan

Teknik kepustakaan digunakan untuk mendapatkan informasi tentang defenisi, konsep-konsep, jurnal dan teori-teori yang mendukung penelitian dan berhubungan masalah yang diteliti oleh peneliti untuk dapat dijadikan landasan teori dalam penelitian ini.

## 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) di susun untuk 6 kali pertemuan setiap RPP yang digunakan memuat tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran penelitian, media/alat dengan berpedoman pada langkah-langkahkooperatif model modifikasi alat.

## 4. Tes dan Pengukuran

Penilaian aspek psikomotor berdasarkan unjuk kerja siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bola bawah. Asesmen penilaian teknik dasar *passing* bola voli menggunakan *passing* bawah

### 3.8 Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:192) “Instrumen adalah alat pada waktu penelitian menggunakan suatu metode”. Alat tersebut memenuhi persyaratan akademis, yang dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan data mengenai suatu variabel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrument Asesmen penilaian teknik dasar *passing* bola voli menggunakan *passing* bawah.

**Tabel 3.3 Rubrik Penilaian**

Indikator	Deskriptor	Kualitas Gerak/ Skor				
		1	2	3	4	5
Sikap Permulaan	a. Kedua lutut ditekuk					
	b. Badan condong kedepan					
	c. Tangan lurus ke depan					
	d. Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapaktangan kiri saling berpegangan					

Sikap Perkenaan	a. Ayunkan kedua lengan ke arah bola					
	b. Persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus					
	c. Perkenaan bola pada bagian tangan dari lenga di atas pergelangan tangan					
	d. Lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus					
Sikap Lanjutan	a. Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah kedepan					
	b. Ambil posisi siap kembali					
	c. Ayunkan lengan untuk <i>passing</i> bawah ke depan					
	d. Tangan tidak melebihi 90 derajat bahu/ badan					

Sumber : Dhewa, 2013 (Aulia 2015:72)

Keterangan:

- Skor 4 : apabila hanya 4 deskriptor dapat dilakukan.
- Skor 3 : apabila hanya 3 deskriptor dapat dilakukan.
- Skor 2 : apabila hanya 2 deskriptor dapat dilakukan.
- Skor 1 : apabila hanya 1 deskriptor dapat dilakukan.

### 3.9 Rancangan Penelitian

#### Siklus I

##### 1. Perencanaan

- a. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus dengan menggunakan modifikasi alat
- b. Menyiapkan sarana pendukung yang diperlukan saat pengajaran
- c. Menyediakan modifikasi alat untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran

##### 2. Tindakan

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan RPP yang telah disusun pelaksanaan tindakan terdiri dari:

Kegiatan awal

- a. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.
- b. Menjelaskan tujuan pembelajaran.
- c. Melakukan pemanasan

#### Kegiatan inti

##### Memperaktekkan:

- a. Guru terlebih dahulu memberikan contoh *passing* bawah bola voli dengan koordinasi gerakan yang baik dan benar
- b. Peserta didik menerapkan berbagai keterampilan gerak *passing* bawah kedalam permainan bola voli (*passing* bawah secara individual dan berpasangan) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.
- c. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.
- d. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.
- e. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola voli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerja sama.

#### Kegiatan penutup

- a. Pendinginan (*colling down*) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.
  - b. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.
  - c. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.
3. Pengamatan (observasi)

Menurut kusumawati, (2015: 125) setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu mengulang dan dinilai, apabila belum mencapai

target nilai yang telah ditentukan yaitu minimal 85% siswa memiliki nilai 75. Dilanjut dari hasil siklus II.

Observasi yang digunakan adalah dengan format lembar observasi yang disesuaikan. Aspek yang diminta adalah:

- a. Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli
  - b. Pelaksanaan *passing* bawah dengan menggunakan modifikasi alat
4. Refleksi
- a. Melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat di lihat dari hasil skor yang di peroleh siswa
  - b. Mengadakan perubahan menggunakan modifikasi alat.

## **Siklus II**

1. Perencanaan
  - a. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus dengan menggunakan modifikasi alat
  - b. Menyiapkan sarana pendukung yang diperlukan saat pengajaran
  - c. Menyediakan modifikasi alat untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran
    - d. Penyempurnaan keterampilan *passing* bawah

## 2. Tindakan

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan RPP yang telah disusun pelaksanaan tindakan terdiri dari:

Kegiatan awal

- a. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.
- b. Menjelaskan tujuan pembelajaran.
- c. Melakukan pemanasan

Kegiatan inti

Memperaktekkan:

- a. Guru terlebih dahulu memberikan contoh *passing* bawah bola voli dengan koordinasi gerakan yang baik dan benar

- b. Peserta didik menerapkan berbagai keterampilan gerak *passing* bawah kedalam permainan bola voli (pasing bawah secara individual dan berpasangan) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.
- c. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.
- d. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.
- e. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola voli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerja sama.

#### Kegiatan penutup

- a. Pendinginan (*colling down*) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.
- b. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.
- c. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.

#### 3. Observasi

Menurut kusumawati, (2015: 125) setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu mengulang dan dinilai, apabila belum mencapai target nilai yang telah ditentukan yaitu minimal 85% siswa memiliki nilai 75. Dilanjut dari hasil siklus III.Observasi yang digunakan adalah dengan format lembar observasi yang disesuaikan. Aspek yang diminta adalah:

- a. Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli
- b. Pelaksanaan *passing* bawah dengan menggunakan modifikasi alat

#### 4. Refleksi

- a. Melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat di lihat dari hasil skor yang di peroleh siswa
- b. Mengadakan perubahan menggunakan modifikasi alat.



### Siklus III

#### 1. Perencanaan

- a. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan silabus dengan menggunakan modifikasi alat
- b. Menyiapkan sarana pendukung yang diperlukan saat pengajaran
- c. Menyediakan modifikasi alat untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran
- d. Penyempurnaan keterampilan *passing* bawah

#### 2. Tindakan

Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan RPP yang telah disusun pelaksanaan tindakan terdiri dari:

Kegiatan awal

- a. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.
- b. Menjelaskan tujuan pembelajaran.
- c. Melakukan pemanasan

Kegiatan inti

Memperaktekkan:

- a. Guru terlebih dahulu memberikan contoh *passing* bawah bola voli dengan koordinasi gerakan yang baik dan benar
- b. Peserta didik menerapkan berbagai keterampilan gerak *passing* bawah kedalam permainan bola voli (*passing* bawah secara individual dan berpasangan) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.
- c. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.
- d. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.
- e. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola voli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerja sama.

#### Kegiatan penutup

- a. Pendinginan (*colling down*) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.
  - b. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.
  - c. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.
3. Observasi
- Menurut Kusumawati, (2015: 125) setelah tindakan dilakukan, diamati, dikoreksi, diberikan waktu mengulang dan dinilai, apabila belum mencapai target nilai yang telah ditentukan yaitu minimal 85% siswa memiliki nilai 75. Dilanjut dari hasil siklus III. Observasi yang digunakan adalah dengan format lembar observasi yang disesuaikan. Aspek yang diminta adalah:
- a. Aktivitas siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli
  - b. Pelaksanaan *passing* bawah dengan menggunakan modifikasi alat
4. Refleksi
- a. Melihat kemajuan dalam kegiatan belajar yang dapat di lihat dari hasil skor yang di peroleh siswa
  - b. Mengadakan perubahan menggunakan modifikasi alat.

### 3.10 Teknik Analisis Data

- 1) Untuk menentukan nilai akhir hasil belajar yang diperoleh masing-masing siswa, digunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Gerakan benar}}{\sum \text{Jumlah seluruh gerakan benar}} \times 100$$

- 2) Untuk menentukan nilai rata-rata kelas, yaitu:

$$\text{Rata - rata nilai siswa} = \frac{\sum \text{Nilai siswa}}{\sum \text{Siswa}}$$

- 3) Untuk menentukan tingkat tuntas belajar klasikal, yaitu:

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\sum \text{Siswa yang mendapat nilai} \geq 75}{\sum \text{Siswa yang mengikuti tes}} \times 100$$

- 4) Untuk menentukan nilai hasil observasi yang meliputi penilaian psikomotorik, digunakan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100$$

(Arikunto S, 2006: 306-307)

- 5) Penghitungan Efektivitas, menggunakan rumus sebagai berikut :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\%$$

(Goodwin dan Coates dalam Surisman, 1997)

Keterangan :

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan

$\bar{X}_n$  : Rerata nilai akhir

$\bar{X}_i$  : Rerata tes awal

Bila hasil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

**Tabel 3.4 Interval Kategori *Passing* Bawah Bola Voli**

Nomor	Interval	Kategori
1	91% - 100%	Sangat Baik
2	80% - 90%	Baik
3	70% - 79%	Cukup
4	60% - 69%	Kurang
5	< 60%	Kurang Sekali

Sumber: Kusumawati (2015:132)

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Natar dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus dalam penelitian ini terdiri atas empat tahapan, meliputi: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diungkapkan dalam bab 4, diperoleh simpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Peningkatan kualitas berupa proses pembelajaran dan juga kemampuan melakukan keterampilan *passing* bawah bola voli yang dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang mengalami peningkatan dari sebelum tindakan hingga akhir siklus terakhir, dalam penelitian ini adalah akhir siklus III. Sebelum pelaksanaan tindakan, siswa yang berhasil tuntas menurut ketuntasan belajar minimal dengan nilai 75 untuk hasil belajar keterampilan *passing* bawah bola voli adalah sebanyak 3 siswa atau sekitar 20% untuk kategori putra dan 2 siswa atau sekitar 11,8% untuk kategori putri.
- 5.1.2 Setelah diberi perlakuan berupa penerapan modifikasi sarana pembelajaran, maka didapat nilai pada akhir siklus I yaitu siswa yang berhasil tuntas meningkat menjadi 40% atau sekitar 6 siswa untuk kategori putra dan 35,3% atau sekitar 6 siswa untuk kategori putri.
- 5.1.3 Sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 60% atau sekitar 9 siswa untuk kategori putra dan 58,8% atau sekitar 10 siswa untuk kategori putri.
- 5.1.4 Titik tertinggi peningkatan hasil belajar *passing* bawah bola voli pada penelitian ini adalah pada akhir siklus III, dimana hasil belajar siswa telah melebihi target indikator keberhasilan siswa yang telah ditetapkan. Siswa

yang mampu mencapai ketuntasan belajar minimal sebanyak 13 siswa atau sekitar 86,7% siswa untuk kategori putra dan 14 siswa atau sekitar 82,4% siswa untuk kategori putri. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Natar dalam upaya meningkatkan meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli dengan menerapkan modifikasi sarana pembelajaran telah berhasil meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada guru penjasorkes SMP Negeri 4 Natar sebagai berikut:

- 5.2.1 Penelitian ini masih sangat terbatas sehingga belum mampu menuntaskan 100% dari jumlah siswa, sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut.
- 5.2.2 Guru perlu banyak melakukan perbaikan pembelajaran dalam rangka meningkatkan pencapaian nilai Ketuntasan Belajar Minimum.
- 5.2.3. Bagi siswa agar lebih percaya diri dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli maupun materi lainnya, serta membantu teman yang belum mencapai nilai Ketuntasan Belajar Minimum.
- 5.2.4 Bagi sekolah agar menyediakan dan memperbaiki sarana prasarana Olahraga, sehingga semua siswa dapat terpenuhi dalam melakukan Olahraga dengan senang.

## **5.3 Rekomendasi**

Untuk penelitian selanjutnya peneliti harus lebih kreatif dan inovatif dalam mengembangkan materi media modifikasi yang akan diberikan kepada siswa/siswi, supaya siswa/siswi dapat memahami dan mengerti terhadap materi yang diberikan peneliti pada saat penelitian dan untuk peneliti harus lebih semangat dan memotivasi untuk siswa/siswinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adrian R, Nugraha. 2010. *Mengenal Aneka Cabang Olahraga*. PT. Cahaya Pustaka Raga, Bekasi.
- Ahmad, Susanto. 2016. *Teori Belajar & Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Prenadamedia Group, Jakarta.
- Ahmadi, N. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Era Pustaka, Surakarta.
- Anandita. 2010. *Mengenal Olahraga*. Quadra, Bandung
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Tindakan Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Karya, Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Aulia, Rahmi Raswin. 2015. Upaya Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Mini Melalui Pembelajaran Menggunakan Media Bola Karet. *Jurnal Ilmu Keolahragaan* 14 : 68-77.
- Bahagia, Y., dan Suherman. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan Dan Modifikasi Cabang Olahraga*, Departemen Pendidikan Nasional.
- Barbara L. Viera, MS; Bonnie Jill Ferguson, MS. 2004. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Alih Bahasa Monti. Dahara Prize Semarang, Jakarta.
- Beutelstahl, D. 2005. *Belajar Bermain Bola Volley*. CV Pionir Jaya, Bandung.
- Daryanto. 2008. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Penerbit Apollo, Surabaya.
- Decaprio, Richard. 2017. *Panduan Mengembangkan Kecerdasan Motorik Siswa*. DIVA Press, Yogyakarta.

- Depdiknas. 2003. Undang-undang RI No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Eggen, P, Kauchak. 2012. *Strategi dan Model Pembelajaran*. PT. Indeks, Jakarta.
- El-kabumaini, Nasin dan Anno D Sanjani. 2011. *Ensiklopedi Mini Bola Voli*. CV. Aulia Publishing, Bandung.
- Hadziq, Khairul dan Anwar Musadad. 2017. *Penjas Orkes*. Margahayu Permai, Yrama Widya, Bandung.
- Haig, Yvonne. 2014. *Higher Order Thinking And Assessment*. International Seminar on current issues in Primary Education: Prodi PGSD Universitas Muhammadiyah Makasar.
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Bumi Aksara, Hidayat, Jakarta.
- Jatmiko, Agus Dwi. 2011. *Peningkatan Permainan Pembelajaran Bolavoli Melalui Pendekatan Pakem Pada Siswa Kelas V A SDIT Alam Nurul Islam (Skripsi)*. UNY, Yogyakarta. 108 hlm.
- Koesyanto, Herry. 2003. *Belajar Bermain Bola Voli*. FIK Unnes Semarang.
- Kusuma, dkk. 2017. The Development of Higher Order Thinking Skill HOTS Instrument Assessment In Physics Study. *Journal of Research & Method in Education IOSR-JRME* 7 : 1, 108 hlm.
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Alfabeta, Bandung.
- Kyriacou, Chris. 2011. *Effective Teaching Theory and Practice*. Penerjemah M. Khozim. Nusa Media, Bandung.
- Ma'mun, A dan Yudha. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta.
- Mahendra, Agus. 2004. *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Tenaga Kependidikan. Bagian Proyek Pengendalian dan Peningkatan Mutu Guru Penjas Dikdasmen, Jakarta.
- Martinis Yamin & Bansu I. Ansari. 2009. *Taktik Pengembangan Kemampuan Individual Siswa*. Gaung Persada Perss, Jakarta.
- Muslich, M. 2010. *Melaksanakan PTK Penelitian Tindakan Kelas Itu Mudah*. PT. Bumi Aksara, Jakarta.

- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. Prenadamedia Group, Jakarta.
- Nugraha, R. 2010. *Mengenal Aneka Cabang Olahraga*. PT. CahayaPustaka Raga, Bekasi.
- Pardjono, dkk. 2007. *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*, UNY, Yogyakarta
- Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan.
- Rochiati. 2009. *Metode Penelitian Tindakan Kelas Untuk Meningkatkan Kinerja Guru dan Dosen*. PT Remaja Rosdakarya, Jakarta.
- Safariatun, Siti. 2008. *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Universitas Terbuka.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Prenada Media Group, Jakarta.
- Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono. 2009. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 1*. Kementrian Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Sugihartono, dkk. 2012. *Psikologi Pendidikan*. UNY Press, Yogyakarta.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Suharno. 2009. *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Percetakan Siliwangi, Yogyakarta.
- Suherman, Adang. 2009. *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. FPOK UPI, Bandung.
- Suprijono, Agus. 2011. *Model-Model Pembelajaran*. Gramedia Pustaka Jaya, Jakarta.
- Sutikno, M. Sobry. 2009. *Belajar Pembelajaran*. Prospeet, Bandung.
- Tarigan, Herman. Efektifitas Model Pembelajaran Passing Ball Terhadap Kecakapan Pengembalian Smash Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Progresif*. 1: 2, Tahun 2011. Universitas Lampung.
- Tarigan, Herman. 2019. *Belajar Gerak dan Aktivitas Ritmik Anak- anak*. Penerbit Hamim Grup, Metro.
- Tim Bina Karya Guru. 2004. *Terampil Bermain Bola Voli untuk Pemula*. Erlangga, Jakarta.



- Viera, B.L & Ferguson, B.J. 2000. *Bola Voli Tingkat Pemula*. PT Rajagrafindo Persada, Jakarta.
- Winarno, et.al. 2013. *Teknik Dasar Bermain Bola Voli*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Malang.
- Wiradihardja, Sudrajat dan Syarifudin. 2017. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud, Jakarta.
- Witono. 2017. *Buku Pintar Bola Voli*. Anugrah, Jakarta.
- Yamin, Martinis. 2005. *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Gaung Persada Press, Ciputat.
- Yusmar, A. 2017. Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Universitas Riau* 1 : 143-152.