

Upaya Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

Dedi Zega, Rezki

Universitas Islam Riau

Email: Dedyzega2017@gmail.com, rezki@edu.uir.ac.id

Abstrak

Abstrak Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya peningkatan teknik dasar *passing* atas bolavoli melalui metode variasi siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru. Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Dalam PTK ini yang dimaksud subjek penelitian adalah siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru yang berjumlah 35 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah penilaian unjuk kerja *passing* atas bolavoli. Berdasarkan analisa dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan teknik dasar *passing* atas bolavoli melalui metode variasi siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru sebesar 51,43%, dimana rata-rata nilai pada siklus I sebesar 79,57 dengan ketuntasan belajar sebesar 40% dan rata-rata nilai di siklus II sebesar 88.79 dengan ketuntasan belajar sebesar 91,43%.

Kata kunci: *Teknik Dasar Passing Atas Bolavoli, Metode Variasi*

Abstract

The aim of this research is to determine efforts to improve basic volleyball passing techniques through variation methods for class XI students at SMAN 7 Pekanbaru. This type of research is classroom action research. In this PTK, the research subjects are class XI students at SMAN 7 Pekanbaru, totaling 35 students. The research instrument used was an assessment of passing performance in volleyball. Based on the analysis and discussion, it can be concluded that the results of the research show an increase in basic volleyball passing techniques through the variation method for class and the average score in cycle II was 88.79 with learning completeness of 91.43%.

Keywords: *Basic Volleyball Passing Techniques, Variation Methods*

Pendahuluan

Pendidikan jasmani yang merupakan bagian pendidikan keseluruhan, pada hakikatnya adalah proses interaksi antara peserta didik (anak) dengan lingkungan yang dikelola melalui aktifitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia yang seutuhnya. Dalam proses pembelajaran

pendidikan jasmani, agar tercipta kondisi dan kegiatan belajar mengajar yang memungkinkan siswa tidak mengalami kesulitan dan mampu mencapai sasaran belajar maka perlu diperhatikan berbagai faktor yang mempengaruhi antara lain: faktor tenaga pengajar, metode pengajaran, media/ alat, dan fasilitas olahraga.

Proses kegiatan belajar merupakan suatu aktivitas yang bertujuan mengarahkan peserta didik pada perubahan tingkah laku yang diinginkan, pengertian ini kelihatan cukup simpel dan sederhana, akan tetapi bila pengertian ini lebih mendasar, maka akan terlihat lebih rumit dan begitu kompleksnya proses yang dituntut dalam pengelolaan itu sendiri, hal tersebut bisa dipahami karena mengarahkan peserta didik menuju perubahan, merupakan suatu perencanaan yang mantap berkesinambungan serta cara penerapan kepada peserta didik, sehingga peserta didik dapat mengalami perubahan yang diinginkan.

Dalam proses belajar mengajar, guru mempunyai tugas untuk mendorong, membimbing, dan memberi fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan. Guru mempunyai tanggung jawab untuk melihat segala sesuatu yang terjadi didalam kelas untuk membantu proses perkembangan siswa. Dari peranan yang dimiliki oleh seorang guru sudah jelas bahwa guru juga mempengaruhi hasil belajar siswa. Guru sebagai pendidik sangat menentukan hasil belajar siswa sehingga seorang guru harus membuat perencanaan yang baik, harus menggunakan strategi yang sesuai serta melakukan pendekatan metode yang tepat dan akan membangkit gairah-gairah belajar secara afektif.

Dalam proses belajar mengajar, guru mempunyai tugas untuk mendorong, membimbing, dan memberi fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan. Guru mempunyai tanggung jawab untuk melihat segala sesuatu yang terjadi didalam kelas untuk membantu proses perkembangan siswa. Dari peranan yang dimiliki oleh seorang guru sudah jelas bahwa guru juga mempengaruhi hasil belajar siswa. Guru sebagai pendidik sangat menentukan hasil belajar siswa sehingga seorang guru harus membuat perencanaan yang baik, harus menggunakan strategi yang sesuai serta melakukan pendekatan metode yang tepat dan akan membangkit gairah-gairah belajar secara afektif.

Pendidikan jasmani dapat dipandang sebagai bagian yang integral dari pendidikan menyeluruh yang memberikan kontribusi kepada perkembangan individu melalui medium gerak manusia. Adapun gerak manusia yang dimanfaatkan oleh pendidikan jasmani itu bukanlah sembarang gerak. Gerakan-gerakan itu sudah dikemas dalam paket-paket tertentu berupa berbagai cabang olahraga dan permainan seperti yang akan dibahas pada penelitian ini yaitu cabang olahraga bola voli.

Adapun gerak teknik dasar dalam permainan bola voli adalah servis, *passing*, *smash*, *blocking*. Salah satu teknik yang menjadi fokus pada penelitian ini adalah teknik *passing* atas bolavoli. Menurut Beutelstahl dalam (Sumarna &

Hidayat, 2020) *passing* atas (*over head pass*) adalah salah satu jenis teknik dasar bola voli dengan melambungkan bola dengan kedua telapak tangan untuk memberi bola kepada rekan setim. Selain itu, teknik dasar *passing* atas juga digunakan untuk menerima bola yang berada di atas kepala. *Passing* atas dapat diimplementasikan sebagai umpan terakhir sebelum *smash* (*spike*) dilakukan ke arah daerah pertahanan lawan. Dapat dikatakan bahwa *passing* atas memiliki tingkat kesulitan yang lumayan tinggi. Oleh karena itu, diperlukan keterampilan khusus untuk menguasai salah satu teknik dasar bola voli ini.

(Mahardika et al., 2015) *Passing* atas merupakan suatu teknik dasar di dalam permainan bola voli. Teknik dasar *passing* atas adalah jari-jari tangan terbuka lebar dan kedua tangan membentuk mangkuk hampir saling berhadapan. Sebelum menyentuh bola, lutut sedikit ditebuk sehingga tangan berada di muka setinggi hidung. Sudut antara siku dan badan kurang lebih 45^o. Bola disentuh dengan cara meluruskan kedua kaki dengan lengan.

Jika dilihat dari kedua pendapat di atas maka diketahui bahwa untuk dapat bermain bola voli dengan baik, minimal harus menguasai teknik-teknik dasar. Satu di antara teknik dasar yang harus dikuasai adalah *passing*. *Passing* adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang mana digunakan untuk memukul bola untuk mengoper kepada kawan satu regu..

Passing atas adalah salah satu teknik yang penting dalam olahraga bolavoli, kemampuan ini sangat berguna dalam memberikan umpan yang tepat bagi smasher dan memudahkan smasher untuk melakukan spike yang keras ke arah sasaran, sehingga dapat dengan mudah memenangkan pertandingan. Sebagaimana menurut (Lisa et al., 2023) Yang dimaksud dengan *passing* atas adalah cara mengoper dan menerima bola yang dilakukan dengan dua tangan diatas kepala.

Menurut Prasetyo yang dikutip oleh (Susila & Zulkifli, 2023) *passing* merupakan usaha seorang pemain menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengumpan bola yang dimainkan kepada teman seregunya agar dapat melakukan serangan terhadap regu lawan.

(Sistiasih & Pradana, 2022) Seperti dalam olahraga lainnya, kunci untuk menjadi pemain yang baik adalah mempelajari teknik bermain yang benar. *Passing* atas berguna untuk menerima servis, menerima operan dari teman, mengoper bola, mengoper *smash*, atau bahkan mengembalikan bola dalam permainan bola voli. *Passing* atas membutuhkan banyak latihan untuk mengontrol arah bola dan menghindari cedera jari.

Dari semua teori mengenai *passing* atas, maka dapat diartikan *passing* merupakan gerakan mengoperkan bola sebagai langkah menyusun pola serangan. *Passing* kerap ditemui dalam olahraga beregu. *Passing* memiliki beberapa jenis dan teknik dasar yang membedakannya dengan gerakan lain. Untuk dapat melancarkan teknik *passing*, dibutuhkan kerja sama tim yang baik

Namun berdasarkan hasil pengamatan yang telah peneliti lakukan di SMA Negeri 7 Pekanbaru, terlihat bahwa siswa cukup menyenangi dan terlihat memiliki minat dan antusias yang tinggi terhadap pembelajaran bolavoli hanya saja siswa masih kurang terampil dalam melakukan teknik *passing* atas pada permainan bolavoli, hal ini dikarenakan jadwal belajar penjasorkes yang ada hanya 1 kali dalam 1 minggu, sehingga jadwal belajar praktek siswa untuk teknik *passing* atas bolavoli menjadi sedikit. Teknik *passing* atas yang cukup sulit dilakukan siswa seperti saat memposisikan tubuhnya sewaktu bola datang dan siswa sulit menerima bola dengan kedua tangan dan jari-jari tangan yang terbuka untuk menerima bola dengan *passing* atas, perkenaan jari-jari tangan tidak tepat pada bawah belakang bolavoli, sehingga bola oleh bola terkesan lama berada ditangan siswa, dan gerakan siswa terlihat kaku, kemudian ketepatan arah bola masih belum tepat karena koordinasi mata-tangan siswa juga masih kurang maksimal yang mengakibatkan bola yang diumpangkan kurang terarah dengan baik kepada *smasher*.

Untuk memperbaiki keadaan tersebut maka dibutuhkan suatu metode pembelajaran yang dapat membantu siswa memahami dan mendalami secara mendalam tentang teknik *passing* atas bolavoli, yaitu dengan memberikan variasi pembelajaran *passing* atas bolavoli kepada siswa, dapat meningkatkan kemampuannya dalam melakukan teknik dasar *passing* atas bolavoli.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti terdorong untuk meneliti dan mengetahui tentang adakah “Upaya Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru”.

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, yaitu penelitian yang dilakukan dalam kelas dengan tujuan untuk meningkatkan *passing* atas bolavoli pada siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru menggunakan metode variasi. Menurut (Arikunto, 2011) jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu penelitian yang dilakukan oleh guru, bekerja sama dengan peneliti (atau dilakukan oleh guru sendiri yang juga bertindak sebagai peneliti) di kelas atau di sekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktis pembelajaran. Penelitian PTK ini terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi dimana penelitian ini dilakukan dengan siklus belajar yang terstruktur hingga siswa mencapai hasil atau tujuan yang telah ditetapkan. Populasi dan sampel dari seluruh populasi. yaitu siswa putra 14 dan 21 orang perempuan pada kelas XI SMAN 7 Pekanbaru dengan total 35 orang siswa. Sedangkan instrumen penelitian yang digunakan adalah penilaian unjuk kerja teknik dasar *passing* atas bolavoli. Teknik analisa data yang digunakan adalah Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai 84 dari hasil penilaian rubrik kerja *passing* atas. Ketuntasan klasikal

tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu melakukan teknik *passing* atas dengan benar dengan nilai minimal 84 maka kelas itu dikatakan tuntas.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan terhadap siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru melalui metode variasi sebagai upaya dalam meningkatkan teknik dasar *passing* atas bolavoli dengan menggunakan rubrik penilaian dapat dilihat pada penjelasan berikut ini:

1. Hasil Penilaian Siklus I Pada Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

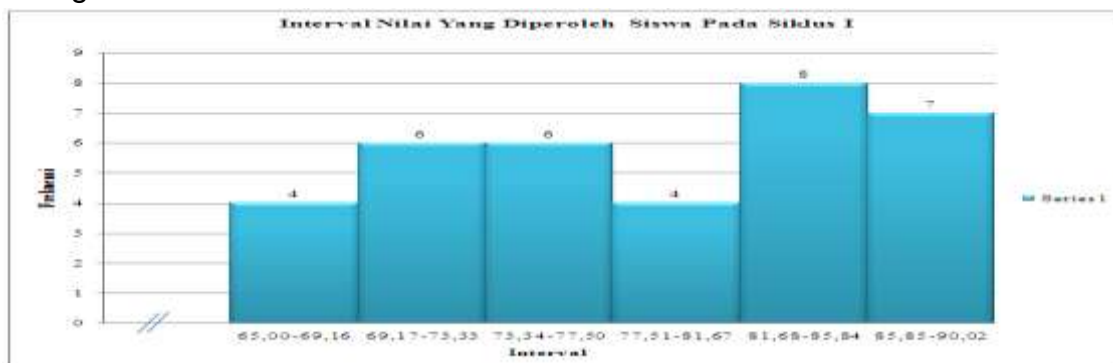
Penilaian teknik dasar *passing* atas bolavoli pada siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru dimana nilai tertinggi adalah 90 dan nilai terendah adalah 65, Mean (rata-rata) adalah 79.57 dari sampel yang berjumlah 35 orang. Dimana nilai tersebut terdistribusi pada 6 kelas interval dengan panjang kelas interval sebanyak 4.17 yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	65,00 - 69,16	4	11,43%
2	69,17 - 73,33	6	17,14%
3	73,34 - 77,50	6	17,14%
4	77,51 - 81,67	4	11,43%
5	81,68 - 85,84	8	22,86%
6	85,85 - 90,02	7	20,00%
Σ		35	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa pada interval kelas pertama dengan rentang nilai 65.00-69.16 terdapat frekuensi absolut sebanyak 4 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 11.43%, pada interval kelas kedua dengan rentang nilai 69.17-73.33 terdapat frekuensi absolut sebanyak 6 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 17.14%, pada interval kelas ketiga dengan rentang nilai 73.34-77.50 terdapat frekuensi absolut sebanyak 6 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 17.14%, pada interval kelas keempat dengan rentang nilai 77.51-81.67 terdapat frekuensi absolut sebanyak 4 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 11.43%, pada interval kelas kelima dengan rentang nilai 81.68-95.84 frekuensi absolut sebanyak 8 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 22.86%, pada interval kelas keenam dengan rentang nilai 85.85-90.02 frekuensi absolut sebanyak 7 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 20%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Data yang tertuang pada tabel tersebut juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram berikut :



Grafik 1. Histogram Data Penilaian Rubrik Kerja Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

2. Hasil Belajar Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru Pada Siklus I

Hasil penilaian pada siklus I atau setelah diterapkannya melalui metode variasi bahwa pada siklus I menunjukkan bahwa pada kategori Kurang tidak ada, pada kategori Cukup diperoleh 4 orang siswa dengan persentase 11.43%, pada kategori Baik diperoleh 12 orang siswa dengan persentase 34.29%, dan pada kategori Sangat Baik diperoleh 19 orang siswa dengan persentase 54.29%. Kemudian dari tabel diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus I, yakni 79.57 atau dalam kategori “Baik”. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Analisis Kemampuan *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Siklus I

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	< 60	Kurang	0	0.00%
2	$60 \leq C \leq 69$	Cukup	4	11.43%
3	$70 \leq B \leq 79$	Baik	12	34.29%
4	$80 \leq AB \leq 100$	Sangat Baik	19	54.29%
Jumlah			35	100%
Rata-rata			79.57	
Kategori			Baik	
Jumlah Siswa Yang Tuntas			14 orang atau 40%	

Berdasarkan hasil penilaian pada siklus I diketahui nilai rata-rata siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru dalam melakukan teknik dasar *passing* atas bolavoli hanya 79.57 yang tergolong pada kategori baik dengan total siswa yang mendapat nilai di atas nilai KKM (84) hanya ada 14 orang atau sebanyak 40% dari siswa yang berjumlah 35 orang sehingga siswa belum mencapai ketuntasan klasikal sebesar 80%.

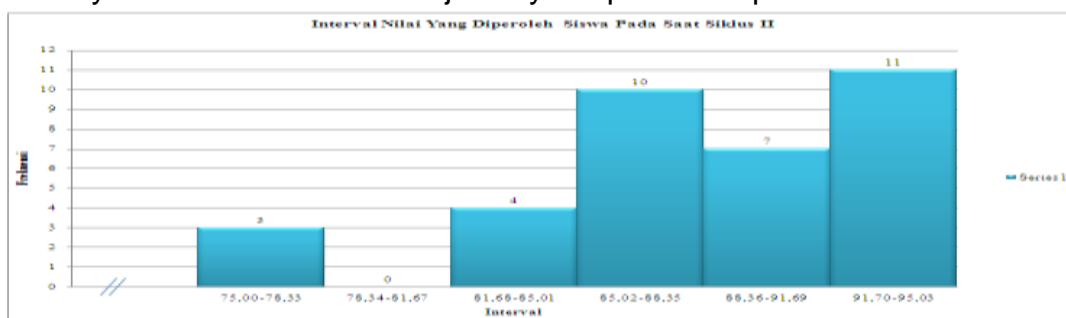
3. Distribusi Frekuensi Nilai Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

Penilaian teknik dasar *passing* atas bolavoli melalui metode variasi siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru saat siklus II dimana nilai tertinggi adalah 95 dan nilai terendah adalah 75, Mean (rata-rata) adalah 88.79 dari sampel yang berjumlah 35 orang. Lalu kumpulan nilai tersebut didistribusikan pada 6 kelas interval dengan panjang kelas interval sebanyak 3.34 yang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Penilaian Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	75,00 - 78,33	3	8,57%
2	78,34 - 81,67	0	0,00%
3	81,68 - 85,01	4	11,43%
4	85,02 - 88,35	10	28,57%
5	88,36 - 91,69	7	20,00%
6	91,70 - 95,03	11	31,43%
Σ		35	100%

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa pada interval kelas pertama dengan rentang nilai 75.00-78.33 terdapat frekuensi absolut sebanyak 3 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 8.57%, pada interval kelas kedua dengan rentang nilai 78.34-81.67 tidak ada, pada interval kelas ketiga dengan rentang nilai 81.68-85.01 terdapat frekuensi absolut sebanyak 4 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 11.43%, pada interval kelas keempat dengan rentang nilai 85.02-88.35 terdapat frekuensi absolut sebanyak 10 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 28.57%, pada interval kelas kelima dengan rentang nilai 88.36-91.69 frekuensi absolut sebanyak 7 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 20%, pada interval kelas keenam dengan rentang nilai 91.70-91.69 frekuensi absolut sebanyak 11 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 31.43%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:



Grafik 2. Histogram Data Penilaian Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru

4. Hasil Belajar Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi Pada Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru Pada Siklus II

Hasil penilaian pada siklus II atau setelah diterapkannya melalui metode variasi bahwa pada siklus II menunjukkan bahwa pada kategori Kurang tidak ada, pada kategori Cukup tidak ada, pada kategori Baik diperoleh 3 orang siswa dengan persentase 8.57%, dan pada kategori Sangat Baik diperoleh 33 orang siswa dengan persentase 91.43%. Kemudian dari tabel diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus II, yakni 88.79 atau dalam kategori "Sangat Baik". Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Analisis Hasil Belajar *Passing* Kaki Bagian Dalam Pada Siklus II

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	< 60	Kurang	0	0.00%
2	$60 \leq C \leq 69$	Cukup	0	0.00%
3	$70 \leq B \leq 79$	Baik	3	8.57%
4	$80 \leq AB \leq 100$	Sangat Baik	32	91.43%
Jumlah			35	100%
Rata-rata			88.79	
Kategori			Sangat Baik	
Jumlah Siswa Yang Tuntas			32 orang atau 91.43%	

Berdasarkan hasil penilaian pada siklus II diketahui nilai rata-rata siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru dalam melakukan teknik dasar *passing* atas bolavoli hanya 88.79 yang tergolong pada kategori sangat baik dengan total siswa yang mendapat nilai di atas nilai KKM (84) hanya ada 32 orang atau sebanyak 91.43% dari siswa yang berjumlah 35 orang sehingga siswa sudah melewati ketuntasan klasikal sebesar 80%:

Diketahui bahwa indikator keberhasilan yang tercapai pada siklus II adalah 91.43%. Pernyataan tersebut membuktikan bahwa indikator keberhasilan sudah tercapai yaitu lebih dari 80% siswa memperoleh nilai minimal 84. Sehingga Penelitian Tindakan Kelas dengan menerapkan melalui metode variasi ini sudah dapat dikatakan berhasil dan tidak perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

5. Daya Serap Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru Dalam Belajar Teknik Dasar *Passing* Atas Bolavoli Melalui Metode Variasi

Penelitian yang telah dilakukan pada pada siklus I kategori Kurang tidak ada, pada kategori Cukup diperoleh 4 orang siswa dengan persentase 11.43%, pada kategori Baik diperoleh 12 orang siswa dengan persentase 34.29%, dan pada kategori Sangat Baik diperoleh 19 orang siswa dengan persentase 54.29%. Kemudian dari tabel diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus I, yakni 79.57 atau dalam kategori "Baik". Kemudian pada siklus II kategori Kurang tidak ada,

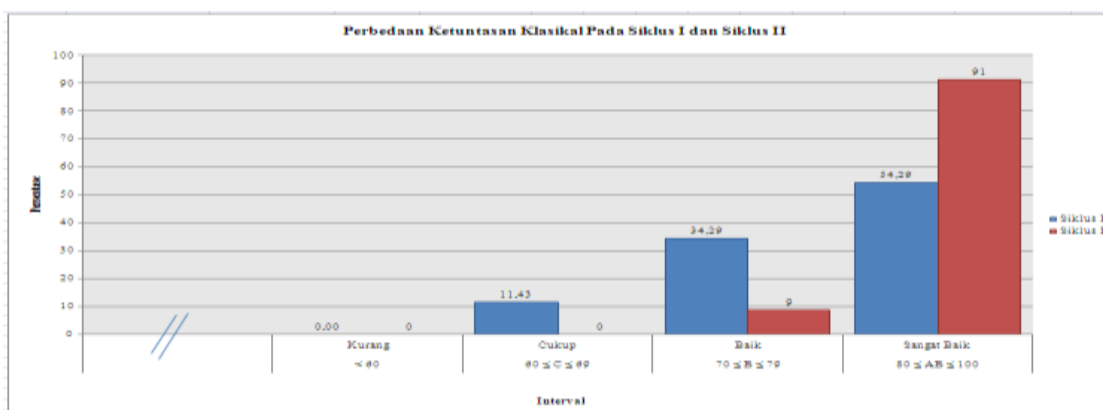
pada kategori Cukup tidak ada, pada kategori Baik diperoleh 3 orang siswa dengan persentase 8.57%, dan pada kategori Sangat Baik diperoleh 33 orang siswa dengan persentase 91.43%. Kemudian dari tabel diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus II, yakni 88.79 atau dalam kategori “Sangat Baik”.

Keterampilan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru pada siklus I, dan siklus II menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari melalui metode variasi yang telah diberikan, sehingga ini menunjukkan bahwa siswa dapat beradaptasi dengan menyerap materi pembelajaran dengan baik dengan kemampuan daya serap sebesar 84,18%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Rekapitulasi Daya Serap Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru Dalam Melakukan *Passing* Atas Bolavoli Pada Siklus I dan Siklus II

No	Interval	Kategori	Ketuntasan Belajar	
			Siklus I	Siklus II
1	< 60	Kurang	0,00	0,00
2	$60 \leq C \leq 69$	Cukup	11,43	0,00
3	$70 \leq B \leq 79$	Baik	34,29	8,57
4	$80 \leq AB \leq 100$	Sangat Baik	54,29	91,43
Jumlah (%)			100	100
Jumlah Siswa			35	
Daya Serap Tiap Siklus			79,57	88,79
Rata-rata Daya Serap			84,18	

Data tersebut juga dapat dilihat dalam bentuk gambar grafik di bawah ini:



Grafik 3. Daya Serap Siswa Kelas XI SMAN 7 Pekanbaru Dalam Melakukan *Passing* Atas Bolavoli Pada Siklus I dan Siklus II.

Analisa Data

Ketuntasan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru melalui metode variasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 8. Ketuntasan Hasil Belajar *Passing* Kaki Bagian Dalam Siswa Dari Siklus I dan Siklus II

Pembelajaran	Kriteria	Jumlah	%	Rata-rata	Kategori Ketuntasan Klasikal
Siklus I	Tuntas	14	40,00%	79,57	Belum Tuntas
	Belum Tuntas	21	60,00%		
Siklus II	Tuntas	32	91,43%	88,79	Tuntas
	Belum Tuntas	3	8,57%		

51,43%

Peningkatan Hasil Belajar *Passing* Atas

Dari tabel di atas diketahui bahwa persentase ketuntasan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru melalui metode variasi pada siklus I dengan nilai rata-rata sebesar 79,57 dan ketuntasan klasikal sebesar 40% (14 siswa), sedangkan siklus II dengan nilai rata-rata sebesar 88,79 dan ketuntasan belajar tercapai sebesar 91,43% (32 siswa). sehingga dapat diketahui adanya peningkatan dari nilai rata-rata yang dicapai oleh siswa sebesar 51,43%.

Pembahasan

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, guru memegang peranan dalam terlaksananya proses pembelajaran. Guru harus memperhatikan banyak hal berkenaan dengan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, seperti aspek pertumbuhan dan perkembangan serta karakteristik psikologi siswa. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan juga merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang ideal. Oleh karena itu, materi pembelajaran, metode pembelajaran, sarana dan prasarana yang digunakan, serta alat-alat evaluasi harus disesuaikan dengan tahap perkembangan, karakteristik, dan kebutuhan siswa. Dengan demikian, tujuan pembelajaran kemungkinan besar akan dapat tercapai secara optimal

Pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas bolavoli dengan bergerak (dinamis). Pada proses observasi yang dilakukan diperoleh berbagai informasi mengenai fakta yang ada di lapangan. Dimulai dari bagaimana hasil belajar siswa melalui metode variasi apakah yang paling tepat digunakan. Proses observasi dilakukan dengan menggunakan tes hasil belajar menggunakan penilaian rubric kerja teknik dasar *passing* atas bolavoli, yang

disusun berdasarkan kajian teori yang dituangkan dalam proposal skripsi. Tes hasil belajar teknik dasar *passing* atas bolavoli merujuk pada proses gerak yang dilakukan berdasarkan sumber referensi yang valid. Proses penilaian tes hasil belajar dilakukan oleh guru terhadap siswa. Penilaian hasil belajar dilakukan pada setiap siswa juga digunakan pada siklus I dan siklus II.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru terdapat peningkatan, dimana pada siklus I hanya 14 orang siswa yang tuntas sedangkan pada siklus II ada 32 orang siswa yang tuntas. Peningkatan kemampuan yang terjadi dikarenakan adanya asosiasi pengetahuan yang diperoleh anak pada pertemuan sebelumnya dengan pengetahuan yang baru dan asosiasi tersebut semakin kuat ketika dilakukan secara berulang. Hal tersebut menunjukkan bahwa metode variasi dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa.

Menurut Simaremare yang dikutip oleh Lubis (2017) menyatakan bahwa ada beberapa manfaat dari variasi pembelajaran, antara lain: (1) Mengurangi kebosanan siswa dalam mengikuti pembelajaran; (2) Meningkatkan motivasi siswa; (3) Mengacu mengembangkan serta mengikat perhatian siswa pada pelajaran yang mereka ikuti; (4) Menumbuhkan rasa ingin tahu siswa pada hal-hal baru sedang dipelajari; (5) Menumbuhkan perilaku belajar positif pada siswa; (6) Meningkatkan partisipasi siswa dalam interaksi kegiatan pembelajaran; (7) Memperlancar dan memperjelas komunikasi antara guru dan siswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dipahami bahwa melalui metode variasi terbukti dapat digunakan untuk meningkatkan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sehingga metode ini dapat juga digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi pembelajaran yang lain.

Kesimpulan

Berdasarkan analisa dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan teknik dasar *passing* atas bolavoli melalui metode variasi siswa kelas XI SMAN 7 Pekanbaru sebesar 51,43%, dimana rata-rata nilai pada siklus I sebesar 79,57 dengan ketuntasan belajar sebesar 40% dan rata-rata nilai di siklus II sebesar 88,79 dengan ketuntasan belajar sebesar 91,43%.

BIBLIOGRAFI

- Arikunto, S. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
Beutelstahl, D. (2013). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.
Br Karo, S., & Sari, D. M. (2022). Implementasi Variasi Permainan Dalam Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Atas Bola Voli. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v2i1.615>

- Fajar, Kamarudin, & Zulraflil. (2023). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Siswa Ekstrakurikuler SMAN 3 Singingi Hilir Kabupaten Kuantan Singingi. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume*, 3(2), 14719–14731. <https://doi.org/10.31004/innovative.v3i2.2099>
- Fatmawati, F., & Kamarudin, K. (2022). Level of Physical of Extracurricular Volleyball Students At Senior High School 5 Pekanbaru. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan (ORKES)*, 1(3), 535–544. <https://doi.org/10.56466/orkes/Vol1.Iss3.50>
- Kosasih, E. (2016). *Strategi Belajar dan Pembelajaran Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Yrama Widya.
- Lisa, Hidasari, F. P., & Haetami, M. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli Melalui Permainan Volsal Pada Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.26418/jppk.v7i1.23299>
- Lubis, A. E., & Agus, M. (2017). Peningkatan hasil belajar *passing* atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13(2), 58–64. <https://doi.org/10.21831/jpji.v13i2.21028>
- Mahardika, I. M. G. A., Marhaeni, A., & Program, K. W. (2015). Pengaruh variasi pelatihan *passing* terhadap kemampuan melakukan *passing* atas pada permainan bola voli pada siswa SMALB SLB B Negeri Sidakarya Tahun ajaran 2014/2015. *E-Journal Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha Program Studi Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.23887/jpepi.v5i1.1547>
- Munawar, A. Al, Abady, A. N., & Tanjung, K. U. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Xi Mas Yaspi Labuhan Deli. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(2), 13–17. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i1.454>
- Nugraha, U., & Yuliawan, E. (2021). Meningkatkan hasil belajar *passing* atas bola voli melalui pendekatan gaya mengajar latihan dengan menggunakan audio visual. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 231–242. <https://doi.org/10.36706/altius.v10i2.15871>
- Oktarisno, A., & Cendra, R. (2019). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Bolavoli Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Kuantan Mudik Kabupaten Kuantan Singingi. *Science and Education Journal*, 2(3), 486–496. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i3.151>
- Pratiwi. (2020). *Pembelajaran Bolavoli*. Banjarmasin. Bening Media Publishing.
- Pratiwi, C. P., & Ediyono, S. (2019). Analisis Keterampilan Guru Sekolah Dasar Dalam Menerapkan Variasi Pembelajaran. *JS (JURNAL SEKOLAH)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.24114/js.v4i1.16065>
- Qurahman, M. T., Rusli, K., & Cayati. (2023). Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Variasi Pembelajaran *Passing* Bawah Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Liukang Tangaya. *Education, Language, and Culture (EDULEC)*, 3(1), 69–81. <https://doi.org/10.56314/edulec.v3i1.118>
- Rohendi, Aep & Suwandar, Etor. (2018). Metode Latihan Dan Pembelajaran

- Bolavoli Untuk Umum. Bandung. Alfabeta.
- Sinurat, S. Y., & Bangun, S. Y. (2019). Peningkatan Hasil Belajar *Passing* Atas Bola Voli, Siswa SMK Melalui Variasi Pembelajaran. *Publikasi Pendidikan*, 9(2), 125. <https://doi.org/10.26858/publikan.v9i2.9072>
- Sistiasih, V. S., & Pradana, S. R. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil *Passing* Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi)*, 5(2), 571–580. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2>
- Sudijono, A. (2004). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sumarna, D., & Hidayat, A. (2020). Latihan *Passing* Menggunakan Bola Basket Dalam Meningkatkan Kualitas *Passing* Atas Bola Voli. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 5(2), 21–27. <https://doi.org/10.54438/sportif.v5i2.52>
- Susila, D., & Zulkifli. (2023). Upaya Meningkatkan Teknik Dasar *Passing* Atas Permainan Bola Voli Melalui metode variasi Siswa Kelas IX SMP PGRI Pekanbaru. *Integrated Sport Jurnal*, 01(02), 88–98. <https://doi.org/10.44231/ISJ.v1i2.2215>
- Yulianti, M. (2016). Pengaruh Penggunaan Metode Pembelajaran Analitis dan Metode Pembelajaran Sintesis Dalam Kegiatan Pengembangan Diri Bolavoli di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau. *Journal Sport Area*, 1(2), 35. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1\(2\).389](https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(2).389)

Copyright holder:

Dedi Zega (2024)

First publication right:

Catha : Journal of Creative and Innovative Research