



ISSN 2715-3886

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan *Passing* Atas Bolavoli Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menggunakan Metode Bermain Untuk Siswa SMK

Frisma Dwi Cahyanti^{1*}, Eko Hariyanto²

^{1,2}Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang, Jalan Semarang No 5, Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

*Penulis koresponden: frismacahyanti95@gmail.com, 081358545928

Artikel diterima: 1 Januari 2021; direvisi: 15 Maret 2021; disetujui: 20 Maret 2021

Abstract: The research objective was to improve the results of learning passing on volleyball for class X Catering Services 3 SMK Negeri 1 Batu Kota. This study uses quantitative data analysis with classroom action research (CAR), and uses a test instrument. The research subjects were students of class X Catering Services 3 at SMKN 1 Batu, totaling 35 students. Based on the results of the study, it can be concluded that the initial attitude, attitude, and final attitude on volleyball passing skills showed a significant increase, which was included in the very good category.

Keyword: volleyball, passing over, playing methods

Abstrak: Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan hasil belajar passing atas bolavoli siswa kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu Kota. Penelitian ini menggunakan analisis data secara kuantitatif dengan metode penelitian tindakan kelas (PTK), serta menggunakan instrumen berupa tes. Subjek penelitian adalah siswa kelas X Jasa Boga 3 SMKN 1 Batu yang berjumlah 35 siswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sikap awal, sikap perkenaan, dan sikap akhir pada keterampilan passing atas bolavoli menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan yaitu masuk pada kategori baik sekali.

Kata kunci: bolavoli, passing atas, metode bermain

PENDAHULUAN

Pendidikan olahraga yang terdapat di sekolah SMK/SMA adalah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK). PJOK merupakan salah satu bagian dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, membangun keterampilan gerak peserta didik, keterampilan berfikir, keterampilan sosial, membangun moral, dan pola hidup sehat dan menjaga lingkungan bersih.

Pendidikan jasmani merupakan suatu media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan kebiasaan pola hidup sehat yang menjadi pusat untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang (Anastasiia & Physical, 2017; Department for Education, 2013; Physical & Tools, 2014; Willis et al., 2013). Pada hakikatnya, pendidikan jasmani dan kesehatan adalah Pendidikan Jasmani sangat penting bagi

peserta didik, karena melalui pendidikan jasmani peserta didik dapat berinteraksi dalam melakukan aktivitas jasmani (Oh & Graber, 2019; Sprake & Temple, 2016; Tenpaku et al., 2018; Usher et al., 2016). Tercapainya pembelajaran pendidikan jasmani sangat tergantung dengan kemampuan pendidik yang bisa memberi pengetahuan kepada peserta didik, karena apabila pendidik memberikan pengajaran yang mudah dipahami atau bermutu itu akan menghasilkan pembelajaran yang efektif.

Peran pendidik sangat penting sebagai proses pembinaan PJOK yang diajarkan di sekolah, melalui interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola secara sistematis akan menghasilkan pembentukan manusia seutuhnya. Salah satu bentuk interaksinya dengan melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani dapat diartikan sebagai peserta didik untuk meningkatkan keterampilan motorik dan fungsional. Dengan kata lain, pembelajaran PJOK yang dikembangkan harus dapat memacu pada pembentukan, pengembangan dan peningkatan kualitas kemampuan unsur-unsur kognitif, afektif, dan psikomotorik. Pendidikan jasmani juga diartikan sebagai aktifitas fisik, karena salah satu tujuan utama yang menjadi salah satu prioritas dalam penjas adalah penguasaan keterampilan motorik.

Pembelajaran permainan bola besar yang diajarkan salah satunya adalah bolavoli. Permainan bolavoli memiliki 4 teknik dasar yaitu *service*, *passing*, *smash*, dan *block*. Penguasaan teknik dasar bolavoli harus dilakukan dengan baik, supaya dapat menciptakan suatu permainan bolavoli yang sempurna. Permainan bolavoli merupakan cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh enam orang setiap regu. Permainan bolavoli akan berjalan dengan baik apabila setiap pemain dapat menguasai teknik dasar bermain bolavoli (Allard & Starkes, 2016; Marques Junior, 2018; Reeser et al., 2013; Tilp & Rindler, 2013; Zhang, 2016). Dalam permainan bolavoli teknik yang paling dasar yang harus dikuasai adalah *passing*. Teknik melakukan *passing* terdapat kriteria-kriteria gerakan yang harus diperhatikan. Bolavoli merupakan permainan beregu, tetapi meskipun demikian kemampuan perseorangan yang tinggi, akan memudahkan dalam melakukan suatu kerja sama hingga dapat memberikan hasil akhir yang baik (Ajeesh & Pradeep, 2013; Beardt et al., 2018; Mergheş et al., 2014; Palao & sup 2, 2014). *Passing* atas merupakan teknik dasar bolavoli yang harus diperhatikan, karena teknik dasar *passing* atas sering kali dilakukan dengan sesuai kemampuan peserta didik, jadi masih banyak yang belum bisa melakukan dengan teknik yang benar.

Berdasarkan hasil observasi awal pelaksanaan kegiatan pembelajaran PJOK yang dilakukan pada tanggal 14 Februari 2018 pada materi *passing* atas bolavoli pada 35 siswa di kelas X Jasa Boga 3 SMKN 1 Batu ditemukan bahwa 69% siswa salah dalam melakukan sikap persiapan, 74% siswa salah dalam melakukan sikap perkenaan, dan 74% siswa salah dalam melakukan sikap akhir pada teknik *passing* atas bolavoli.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan meningkatkan hasil belajar *passing* atas bolavoli dalam pendidikan jasmani siswa kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode penelitian tindakan kelas (PTK). PTK merupakan penelitian yang muncul karena dipicu oleh kesadaran diri guru bahwa praktik dalam proses pembelajaran yang dilakukan selama ini di kelas mempunyai masalah yang perlu diselesaikan (Ariffiansyah, 2019; Hendarto et al., 2020; Utami & Winarno, 2020; Wahyudi et al., 2020). Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang berarti penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut (Bryman & Bell, 2015; Curry-Sumner & van der Schaaf, 2018; Kumar et al., 2013; Schulz, 2017). Penelitian ini terdapat dua siklus, yang masing-masing siklus terdiri dari tiga pertemuan. Kekurangan waktu pada penelitian ini adalah penelitian dilakukan satu kali dalam satu minggu yang dilaksanakan pada jam mata pelajaran pendidikan jasmani disekolah tersebut. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis kualitatif dan kuantitatif. Teknik analisis deskriptif kualitatif diperoleh dari catatan lapangan, hasil observasi dari kegiatan pembelajaran yang berlangsung, dan hasil wawancara dengan guru pendidikan jasmani di kelas X Jasa Boga SMK Negeri 1 Batu. Sedangkan data dari analisis deskriptif kuantitatif berupa presentase. Teknik ini digunakan untuk menganalisis data yang diperoleh dari hasil observasi dengan menggunakan lembar pengamatan.

HASIL

Berdasarkan hasil observasi awal Pada hari rabu tanggal 14 Februari 2018, peneliti telah mengumpulkan data dari hasil tes observasi awal melakukan teknik *passing* atas bolavoli sebelum diberikan tindakan oleh peneliti. Diperoleh kesimpulan bahwa dari permainan bola besar, peserta didik sering melakukan kesalahan dalam melakukan teknik *passing* atas bolavoli. Saat melakukan teknik dasar *passing* atas ada tiga keterampilan dasar yang menjadi tolak ukur dalam penelitian ini yaitu: Sikap persiapan, sikap perkenaan, sikap akhir, dari ketiga keterampilan dasar tersebut telah diperoleh data *passing* atas bolavoli dengan jumlah peserta didik 35 terdapat 14 peserta didik (40%) melakukan dengan benar yaitu 31% peserta didik melakukan sikap persiapan benar, 26% peserta didik melakukan sikap perkenaan benar, 26% peserta didik melakukan sikap akhir benar. Dapat diartikan lebih dari 60% peserta didik kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu masih belum tuntas. Peserta didik dapat dinyatakan tuntas jika mampu melakukan 6 poin dari 9 poin pada indikator.

Peneliti memperoleh data hasil ketuntasan setiap indikator pada observasi awal dijelaskan pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Data Hasil Penilaian Observasi Awal Teknik *Passing* Atas Bolavoli (N=35)

	Teknik <i>Passing</i> Atas Bolavoli									Hasil	Skor Maksimal
	Sikap Persiapan			Sikap Perkenaan			Sikap Akhir				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
Jumlah Benar	27	18	18	16	19	15	13	19	17	162	315
Jumlah Maksimal	35	35	35	35	35	35	35	35	35	315	315
Persentase Ketuntasan	77%	51%	51%	46%	54%	43%	37%	54%	49%	51%	

Berdasarkan hasil observasi awal pada tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa persentase ketuntasan keseluruhan pada indikator teknik *passing* atas bolavoli sebesar 51%. Persentase ketuntasan paling rendah 37% pada indikator sikap akhir, sikap setelah bola dipassing, gerakan lengan bergerak lurus sebagai gerakan lanjutan. Persentase ketuntasan paling tinggi 77% pada indikator sikap persiapan kedua kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu kaki berada di depan.

Paparan Data pada Siklus 1

Setelah mengetahui tingkat kesulitan dalam memahami materi pembelajaran yang dialami oleh peserta didik, peneliti berkoordinasi dan berkonsultasi dengan guru pendidikan jasmani untuk mencari alternatif pemecahan masalah dalam hal teknik *passing* atas. Salah satu alternatif yang dilakukan adalah dengan mengajarkan *passing* atas dikombinasikan dengan bolavoli gandu, supaya memudahkan peserta didik melakukan *passing* atas. Selanjutnya perlu disusun sebuah RPP untuk tiga kali pertemuan dengan menggunakan metode bermain.

Kemudian melaksanakan pembelajaran dengan materi teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar yang dilakukan pada hari Selasa 23, 30 Juli dan 6 Agustus, dimana pada siklus 1 berlangsung selama tiga kali pertemuan. Hasil tindakan pada siklus 1 dilihat dari aspek sikap persiapan yang dilakukan oleh 35 peserta didik. Pada saat **sikap persiapan**: (1) pada indikator kedua kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu kaki berada didepan, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 80% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 80%, (2) sikap lutut ditekuk, badan agak condong sedikit kedepan dengan tangan siap berada di depan dada, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 63% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 66%, (3) sikap jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah bulatan dan jarak antara jari-jari yang satu dengan yang lainnya agak diregangkan sedikit, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* sebanyak 54% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 57%. Dilihat dari aspek sikap perkenaan yang dilakukan oleh 35 peserta didik. Pada saat **Sikap perkenaan**: (1) pada indikator pada saat *passing* atas, bola bersentuhan dengan ujung jari pada ruas pertama dan kedua ibu jari, didapatkan

hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 54% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 54%, (2) sikap ketika jari-jari bersentuhan dengan bola, maka jari-jari agak ditegangkan sedikit, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 57% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 57% , (3) sikap gerakan lanjutan pergelangan tangan kearah depan atas dengan gerakan agak eksplosif, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 40% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 43%. Dilihat dari aspek sikap akhir yang dilakukan oleh 35 peserta didik. Pada saat **Sikap akhir**: (1) pada indikator setelah bola *dipassing*, gerakan lengan bergerak lurus sebagai gerakan lanjutan, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 49% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 49%, (2) sikap diikuti badan dan langkah kaki kedepan agar koordinasi gerakan terjaga dengan baik, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 63% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 63%, (3) sikap pandangan pemain harus tetap mengikuti arah bola, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 77% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 80%.

Hasil dari siklus 1 dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Data Hasil Analisis Penelitian Teknik *Passing* Atas Bolavoli pada Pertemuan Ketiga Siklus 1 (N=35)

	Teknik <i>Passing</i> Atas Bolavoli									Hasil	Skor Maksimal
	Sikap Persiapan			Sikap Perkenaan			Sikap Akhir				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
<i>(observer</i> 1)											
Jumlah Hasil	28	22	19	19	20	14	17	22	27	188	315
Jumlah Maksimal	35	35	35	35	35	35	35	35	35	315	315
Persentase Ketuntasan	80%	63%	54%	54%	57%	40%	49%	63%	77%		
Persentase ketuntasan <i>passing</i> atas bolavoli										60%	
<i>(observer</i> 2)											
Jumlah Hasil	28	23	20	19	20	15	17	22	28	192	315
Jumlah Maksimal	35	35	35	35	35	35	35	35	35	315	315
Persentase Ketuntasan	80%	66%	57%	54%	57%	43%	49%	63%	80%		
Persentase ketuntasan <i>passing</i> atas bolavoli										61%	

Berdasarkan hasil data mengenai tingkat keberhasilan peserta dalam melakukan teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar di kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu Kota Batu telah diperoleh hasil dari tindakan siklus 1 selama tiga kali pertemuan, pada *passing* atas bolavoli tingkat keberhasilan persentasenya mencapai kategori cukup. Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penelitian ini sudah tercapai, akan tetapi peneliti masih perlu mengoptimalkan dan meningkatkan lagi. Berdasarkan evaluasi dan refleksi pada siklus 1 yang dilakukan peneliti dengan guru pendidikan jasmani, maka perlu diadakan perbaikan untuk dapat meningkatkan teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar dengan metode bermain yang dilakukan pada siklus 2.

Paparan Data pada Siklus 2

Berdasarkan hasil evaluasi dan refleksi pada siklus 1 yang dilakukan peneliti dengan guru pendidikan jasmani, maka perlu diadakan perbaikan untuk dapat meningkatkan teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar dengan metode bermain yang dilakukan pada siklus 2. Peneliti akan mempersiapkan RPP pada siklus 2 untuk tiga kali pertemuan.

Kemudian melaksanakan pembelajaran dengan materi teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar yang dilakukan pada hari Selasa 13, 20, 27 Agustus 2019, dimana pada siklus 2 berlangsung selama tiga kali pertemuan. Hasil tindakan pada siklus 2 dilihat dari aspek sikap persiapan yang dilakukan oleh 35 peserta didik. Pada saat **sikap persiapan**: (1) pada indikator kedua kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu kaki berada didepan, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 97% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 97%, (2) sikap lutut ditekuk, badan agak condong sedikit kedepan dengan tangan siap berada di depan dada, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 91% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 91%, (3) sikap jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah bulatan dan jarak antara jari-jari yang satu dengan yang lainnya agak diregangkan sedikit, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* sebanyak 83% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 86%. **Sikap Perkenaan**: (1) pada indikator pada saat *passing* atas, bola bersentuhan dengan ujung jari pada ruas pertama dan kedua ibu jari, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 77% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 80%, (2) sikap ketika jari-jari bersentuhan dengan bola, maka jari-jari agak ditegangkan sedikit, didapatkan hasil persentase benar siswa dari *observer* 1 sebanyak 80% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 83% , (3) sikap gerakan lanjutan pergelangan tangan kearah depan atas dengan gerakan agak eksplosif, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 74% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 74%. **Sikap akhir**: (1) pada indikator setelah bola dipassing, gerakan lengan bergerak lurus sebagai gerakan lanjutan, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 66% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 69%, (2) sikap diikuti badan dan langkah kaki kedepan agar koordinasi gerakan terjaga dengan baik, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 86% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 86%, (3) sikap pandangan pemain harus tetap mengikuti arah bola, didapatkan hasil persentase siswa dari *observer* 1 sebanyak 94% sedangkan dari *observer* 2 sebanyak 94%. Hasil dari siklus 2 dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Data Hasil Analisis Penelitian Teknik *Passing* Atas Bolavoli pada Pertemuan Ketiga Siklus 2 (N=35)

	Teknik Passing Atas Bolavoli									Hasil	Skor Maksimal
	Sikap Persiapan			Sikap Perkenaan			Sikap Akhir				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
<i>(observer</i>											
1)											
Jumlah	34	32	29	27	28	26	23	30	33	262	315
Hasil											
Jumlah	35	35	35	35	35	35	35	35	35	315	315
Maksimal											
Persentase Ketuntasan	97%	91%	83%	77%	80%	74%	66%	86%	94%		
Persentase ketuntasan <i>passing</i> atas bolavoli										83%	
<i>(observer</i>											
2)											
Jumlah	34	32	30	38	28	29	26	30	33	266	315
Hasil											
Jumlah	35	35	35	35	35	35	35	35	35	315	315
Maksimal											
Persentase Ketuntasan	97%	91%	86%	80%	83%	74%	69%	86%	94%		
Persentase ketuntasan <i>passing</i> atas bolavoli										84%	

Melihat dari hasil data mengenai tingkat keberhasilan peserta didik kelas X Jasa Boga 3 dalam melakukan teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar yang telah diperoleh dari tindakan siklus 2, maka dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini telah tercapai dan tidak perlu diadakan tindak lanjut pada siklus berikutnya.

PEMBAHASAN

Peneliti melakukan observasi awal pada pembelajaran dengan materi teknik *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar di SMK Negeri 1 Batu dan hasil observasi awal yang dilaksanakan oleh peneliti dalam proses kegiatan pembelajaran dengan materi teknik *passing* atas bolavoli memperoleh hasil belajar peserta didik yang masih banyak melakukan kesalahan pada praktik teknik *passing* atas bolavoli, sehingga persentase hasil belajar peserta didik berada pada taraf kurang. Berdasarkan hasil belajar peserta didik yang masih dalam taraf persentase yang kurang, maka peneliti dan guru melakukan diskusi tentang perencanaan pelaksanaan tindakan menggunakan metode bermain yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar teknik *passing* atas bolavoli.

Pentingnya observasi dalam kegiatan evaluasi pembelajaran mengharuskan guru untuk lebih teliti. Menurut pendapat beberapa ahli menyatakan bahwa karakteristik anak usia SMA dibagi menjadi 3, yaitu secara fisikal, secara kognitif, dan secara afektif (Rogers, 2021; S. Sihalo et al., 2019; Sarmiento & Orale, 2016; Soegoto et al., 2018). Observasi adalah suatu proses pengamatan dan pencatatan secara sistematis, logis, objektif, dan rasional mengenai berbagai fenomena, baik dalam situasi yang sebenarnya maupun dalam situasi buatan untuk mencapai tujuan tertentu (de Vries, 2018; van Gestel, 2018; Van Hoecke, 2016; Webley, 2016). Metode bermain cukup populer digunakan oleh para guru untuk membangun suasana kelas yang menyenangkan. Melalui permainan, metode yang baik digunakan dalam pembelajaran akan menciptakan anak dapat belajar dengan baik dan sungguh-sungguh Zaman & Helmi (2009:4). Metode bermain adalah cara yang digunakan guru dalam menyampaikan ilmu yang tepat melalui hubungan dengan anak pada saat berlangsung pembelajaran sehingga menghasilkan pemahaman yang maksimal dengan mencapai kompetensi yang ditetapkan melalui aktifitas yang dipilih sendiri oleh anak atas dasar kesenangan bukan karna hadiah atau pujian tanpa pertimbangan akhir (Andrews, 2017; Eichberg, 2015; Gil-Gimeno et al., 2018; Pill, 2014).

Peneliti mengamati dan mencatat keterampilan *passing* atas dari beberapa indikator yang meliputi: (1) sikap persiapan, (2) sikap perkenaan, (3) sikap akhir. Dari hasil pengamatan, peneliti menyimpulkan bahwa untuk pembelajaran permainan bola besar yang paling rendah adalah *passing* atas. Peneliti melakukan tes keterampilan *passing* atas melalui game sederhana dengan cara *passing* atas secara berpasang-pasangan, peneliti mengamati dan mencatat keterampilan *passing* atas dalam pembelajaran permainan bola besar dengan melakukan tes selama 30 detik.

Berdasarkan hasil tes keterampilan awal diperoleh hasil tes keterampilan *passing* atas bolavoli ditemukan bahwa 69% siswa salah dalam melakukan sikap persiapan, 74% siswa salah dalam melakukan sikap perkenaan, dan 74% siswa salah dalam melakukan sikap akhir pada teknik *passing* atas bolavoli.

Untuk itu peneliti melakukan tindakan guna untuk meningkatkan keterampilan *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar menggunakan metode bermain. Pada saat melakukan penelitian, pelaksanaan pembelajaran siklus 1 dilakukan tiga kali pertemuan di setiap hari Selasa pukul 13.00 WIB sampai dengan 14.30 WIB.. Berdasarkan paparan data penelitian siklus 1 melalui penerapan metode bermain dalam pembelajaran PJOK dengan materi teknik *passing* atas bolavoli dalam permainan bola besar pada kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu. Metode bermain dipilih yaitu permainan lari *zig-zag* dan lempar tangkap, permainan jongkok dan berdiri, permainan bola bergilir untuk diterapkan pada pembelajaran PJOK karena dengan adanya penerapan metode bermain peserta didik dapat melakukan pembelajaran lebih *rieks* dan juga tanpa unsur keterpaksaan yang membuat peserta didik menjadi semangat ketika proses pembelajaran dengan permainan sehingga peserta didik menjadi senang ketika melakukan pembelajaran PJOK.

Kesimpulan yang diperoleh dari siklus 1 yaitu hasil belajar yang didapatkan masih kurang maksimal, hal ini disebabkan oleh fokus mayoritas peserta didik terhadap pembelajaran masih kurang, Terdapat peserta didik yang belum melakukan teknik *passing* atas bolavoli dengan baik dan benar, dikarenakan terdapat peserta didik yang bergurau, mengobrol, dan tidak memperhatikan ketika guru sedang memberikan materi. Oleh karena itu penelitian dilanjutkan ke siklus berikutnya atau siklus 2 untuk mendorong peserta didik memperoleh hasil maksimal dan memperbaiki kelemahan yang muncul pada siklus 1.

Pelaksanaan siklus 2 dilakukan tiga kali pertemuan di setiap hari Selasa pukul 13.00 WIB sampai dengan 14.30 WIB.. Berdasarkan paparan data penelitian siklus 1 melalui penerapan metode bermain dalam pembelajaran PJOK dengan materi teknik *passing* atas bolavoli dalam permainan bola besar pada kelas X Jasa Boga 3 Negeri 1 Batu. Jenis permainan yang dipilih untuk digunakan pada pembelajaran PJOK yaitu permainan berjalan dan sasaran, permainan *feed and move* (mengumpan dan berpindah), dan permainan

throw and catch (lempar dan tangkap). Jenis permainan tersebut merupakan hasil dari diskusi dan kajian peneliti dengan guru berdasarkan evaluasi dan refleksi siklus 1.

Kesimpulan yang diperoleh dari siklus 2 yaitu dalam suasana pembelajaran seluruh peserta didik mengikuti proses pembelajaran dengan baik meskipun masih ada enam peserta didik yang masih belum tuntas dalam melaksanakan teknik *passing* atas bolavoli, dengan catatan cukup dalam ketuntasan melaksanakan teknik *passing* atas bolavoli, dikarenakan peserta didik tersebut memiliki kemampuan untuk menyerap materi belajar yang masih rendah dibandingkan dengan teman sebayanya selain itu ada beberapa peserta didik yang belum melakukan pembelajaran secara maksimal dikarenakan tidak mengikuti seluruh proses pembelajaran.

Berdasarkan paparan data di atas dapat dinyatakan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik pada tahap prasiklus (observasi awal), ke tahap siklus 1 dan siklus 2. Nilai hasil belajar peserta didik pada siklus 1 dan siklus 2 sudah mencapai persentase ketuntasan belajar yang sudah ditargetkan. Dengan demikian dapat dibuktikan dengan adanya penerapan metode bermain pada pembelajaran PJOK dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi teknik *passing* atas bolavoli dalam permainan bola besar.

KESIMPULAN

Dari hasil data yang diperoleh pada semua tindakan yang telah dilakukan pada siklus 1 dan 2, maka dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan *passing* atas bolavoli pada permainan bola besar di kelas X Jasa Boga 3 SMK Negeri 1 Batu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeesh, P. T., & Pradeep, C. S. (2013). Personality characteristics of men and women volleyball players. *International Journal of Social Science and Interdisciplinary Research*, 2(5), 79–85.
- Allard, F., & Starkes, J. L. (2016). Perception in Sport: Volleyball. *Journal of Sport Psychology*, 2(1), 22–33. <https://doi.org/10.1123/jsp.2.1.22>
- Anastasiia, M., & Physical, C. (2017). Forming Physical Culture Teachers' Motivation To Study. *Science and Education*, 23(8), 150–156. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-8-22>
- Andrews, G. J. (2017). From post-game to play-by-play. *Progress in Human Geography*, 41(6), 766–794. <https://doi.org/10.1177/0309132516660207>
- Ariffiansyah, G. (2019). Peningkatan Kemampuan Kelincahan Gerak Akibat Latihan Kelincahan T-Drill Maju dan T-Drill Mundur Terhadap Kelincahan Gerak Olahragawan Karate Dojo Cakrawala Kota Malang. *Sport Science and Health*, 1(3), 227–232. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/index>
- Beardt, B. S., McCollum, M. R., Hinshaw, T. J., Layer, J. S., Wilson, M. A., Zhu, Q., & Dai, B. (2018). Lower-extremity kinematics differed between a controlled drop-jump and volleyball-takeoffs. *Journal of Applied Biomechanics*, 34(4), 327–335. <https://doi.org/10.1123/jab.2017-0286>
- Bryman & Bell. (2015). Business Research Methods. *Business Research Method*, 777.
- Curry-Sumner, I., & van der Schaaf, M. (2018). The Theory and Practice of Teaching and Guiding Legal Research Skills. *Law and Method*, 1(1), 64–84. <https://doi.org/10.5553/rem/221225082011001001005>
- de Vries, U. (2018). Kuhn and Legal Research. *Law and Method*, 3(1), 7–25. <https://doi.org/10.5553/rem/221225082013003001002>
- Department for Education. (2013). Physical education programmes of study: key stages 3 and 4 National curriculum in England Purpose of study. London: DfE, 1–3. https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/239086/SECONDARY_national_curriculum_-_Physical_education.pdf
- Eichberg, H. (2015). Play as production – production as game? *East Asian Sport Thoughts*, 4, 25–44.
- Gil-Gimeno, J., Sánchez-Capdequí, C., & Beriain, J. (2018). Play, game, and videogame: The metamorphosis of play. *Religions*, 9(5). <https://doi.org/10.3390/rel9050162>

- Hendarto, M. H., Januarto, O. B., & Tomi, A. (2020). Meningkatkan Backhand Overhead Clear Bulutangkis Dengan Metode Drill. *Sport Science and Health*, 2(4), 232–238. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11685/5575>
- Kumar, M., Talib, S. A., & Ramayah, T. (2013). Research Design and Proposal Writing. *Business Research Method*, 1(Spring), 56–56.
- Marques Junior, N. K. (2018). Specific periodization for the volleyball: a training organization overview. *MOJ Sports Medicine*, 2(3). <https://doi.org/10.15406/mojm.2018.02.00056>
- Mergheş, P. E., Grădinaru, S., & Grădinaru, S. (2014). Study on the somatic profile of the volleyball outside hitter. *Timisoara Physical Education & Rehabilitation Journal*, 7(13), 21–26. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=s3h&AN=100329137&lang=pt-br&site=ehost-live>
- Oh, J., & Graber, K. C. (2019). Physical Education Teacher Education Leaders' Perceptions on a National Curriculum in Physical Education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 90(3), 362–376. <https://doi.org/10.1080/02701367.2019.1603988>
- Palao, J. M., & sup 2, D. (2014). Normative profiles for serve speed for the training of the serve and reception in volleyball. *Sport Journal*, 1(10), 1. <http://ezproxy.library.ubc.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=sph&AN=101867279&login.asp&site=ehost-live&scope=site>
- Physical, T., & Tools, L. (2014). Physical Literacy Assessment in Canada. *Physical & Health Education Journal*, 80(1), 38–40.
- Pill, S. (2014). Game Play: What Does It Mean for Pedagogy to Think Like a Game Developer? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(1), 9–15. <https://doi.org/10.1080/07303084.2013.838119>
- Reeser, J. C., Fleisig, G. S., Cools, A. M. J., Yount, D., & Magnes, S. A. (2013). Biomechanical insights into the aetiology of infraspinatus syndrome. *British Journal of Sports Medicine*, 47(4), 239–244. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090918>
- Rogers, M. (2021). Possible Articulation for the Junior High School with the Elementary School and the Senior High School. *The Mathematics Teacher*, 38(6), 252–258. <https://doi.org/10.5951/mt.38.6.0252>
- S. Sihaloho, F. A., Martono, T., & Daerobi, A. (2019). The Implementation of School Literacy Movement at the Senior High School. *International Journal of Educational Research Review*, 4(1), 88–96. <https://doi.org/10.24331/ijere.486907>
- Sarmiento, D. H., & Orale, R. L. (2016). Senior High School Curriculum in the. *Of Academic Research*, 3, 12–23.
- Schulz, J. (2017). Visual research methods in educational research. *International Journal of Research & Method in Education*, 40(3), 327–328. <https://doi.org/10.1080/1743727x.2017.1308657>
- Soegoto, E. S., Yunus, I. P., & Valentina, T. (2018). Smart School for Senior High School. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 407(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/407/1/012003>
- Sprake, A., & Temple, C. (2016). Physical Education or Physical Entertainment: where's the education in PE? *Journal of Qualitative Research in Sport Studies*, 10(1), 157–176. https://www.researchgate.net/profile/Andrew_Sprake/publication/327645699_Physical_Education_or_Physical_Entertainment_where's_the_education_in_PE/links/5b9b790392851ca9ed06af95/Physical-Education-or-Physical-Entertainment-wheres-the-education-in-PE.pdfhtt
- Tenpaku, M., Honda, T., Health, M., & Education, P. (2018). Circulating extracellular vesicles are associated with lipid and insulin metabolism 3. *Am J Physiol Endocrinol Metab*.
- Tilp, M., & Rindler, M. (2013). Landing techniques in beach volleyball. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12(3), 447–453.
- Usher, W., Keegan, R., & Edwards, A. (2016). Taking the “physical” out of physical education. *Cogent Education*, 3(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2016.1181025>

- Utami, A. I. S., & Winarno, M. E. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Ortodoks Melalui Metode Bermain di SMP Negeri 1 Durenan. *Sport Science and Health*, 2(2), 99–104. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11217/5283>
- van Gestel, R. (2018). Research Methodologies in EU and International Law. *Law and Method*, 2(1), 72–77. <https://doi.org/10.5553/rem/221225082012002001006>
- Van Hoecke, M. (2016). Methodology of Comparative Legal Research. *Law and Method*. <https://doi.org/10.5553/rem/.000010>
- Wahyudi, A. (Universitas N. M., Wahyudi, U. (Universitas N. M., & Amiq, F. (Universitas N. M. (2020). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal Menggunakan Metode Drill dan Metode Bermain pada Ekstrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah. *Sport Science and Health*, 2(1), 24–31. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11103/5115>
- Webley, L. (2016). Stumbling Blocks in Empirical Legal Research: Case Study Research. *Law and Method*. <https://doi.org/10.5553/rem/.000020>
- Willis, M. S., Education, P., & Box, C. (2013). Heart Rate Variability (HRV) as a Tool for Diagnostic and Monitoring Performance in Sport and Physical Activities. *Journal of Exercise Physiology Online*, 16(3), 103–131.
- Zaman, S., & Helmi, D. R. (2009). *12 Permainan untuk Meningkatkan Intelegensi Anak*. Visimedia.
- Zhang, Y. (2016). Analysis of influential factors of Asian volleyball pass technique. *Journal of Computational and Theoretical Nanoscience*, 13(12), 10130–10133. <https://doi.org/10.1166/jctn.2016.6226>