

PENGGUNAAN METODE LATIHAN PASSING BERPASANGAN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA

Oleh
Budyanto
SMP Negeri 5 Airgegas
Budyanto.smpn5@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan yang timbul dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 5 Airgegas adalah keaktifan siswa sangat kurang, karena penggunaan metode pembelajaran yang kurang menarik, sehingga kemampuan motorik siswa kurang berkembang. Kondisi ini pada pembelajaran materi passing dalam olahraga permainan bola voli. Passing masih dianggap sebagai materi pelajaran yang susah terutama passing atas, bahkan menjadi trauma bagi siswa karena takut jari-jari tangannya terkilir atau cidera. Banyak siswa yang mendapatkan nilai tidak tuntas untuk materi passing atas. Untuk memperbaiki kelemahan tersebut maka penulis telah melakukan penelitian tindakan kelas penggunaan metode latihan passing berpasangan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII SMPN 5 Airgegas pada materi passing permainan Bola Voli. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilakukan di SMP Negeri 5 Airgegas dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 34 orang siswa. Penelitian tindakan kelas ini terdiri 4 tahap yaitu, perencanaan, pelaksanaan, observasi dan tindakan. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan persentase. Hasil dari penggunaan metode latihan passing berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Airgegas pada materi passing permainan bola voli, yaitu meningkat dari 73,03 menjadi 79,94 dan ketuntasan belajar siswa dari 22 siswa yang tuntas menjadi 29 siswa tuntas. siswa menjadi senang dalam belajar. Mereka tidak lagi bosan, tegang, takut bahkan tidak lagi menganggap olahraga merupakan pelajaran yang menakutkan

Kata Kunci: Hasil belajar, permainan bola voli, latihan passing berpasangan

ABSTRACT

The problem that arises in the learning process of Physical Education at SMP Negeri 5 Airgegas is that student activity is very lacking, because the use of learning methods is less attractive, so that students' motor skills are less developed. This condition is in material learning passing in the sport of volleyball. Passing is still considered a subject matter that is difficult especially over passing, even traumatized by students for fear of sprained or injured fingers. Many students who get scores are not completed for the passing material. To correct these weaknesses, the authors have conducted classroom action research using the method of paired passing training to improve learning outcomes of class VII students of SMPN 5 Airgegas on the passing material of Volleyball games. This study is a classroom action research conducted at Airgegas 5 Public Middle School with 34 research subjects. This classroom action research consists of 4 stages, namely, planning, implementation, observation and action. Research data were analyzed using percentages. The results of using the method of paired passing training can improve the learning outcomes of Class VII students of Airgegas State Middle School in the volleyball passing game material, which increased from 73.03 to 79.94 and students' mastery of learning from 22 students completed 29 students. students become happy in learning. They are no longer bored, tense, afraid they will no longer even consider sport a scary lesson

Keywords: Learning outcomes, volleyball games, paired passing exercises

PENDAHULUAN

Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran sebagai proses belajar yang dibangun oleh guru untuk mengembangkan kreativitas berpikir yang dapat meningkatkan kemampuan berpikir siswa, serta dapat meningkatkan kemampuan mengkonstruksi pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pelajaran. Pembelajaran merupakan segala upaya yang dilakukan oleh pendidik agar terjadi proses belajar pada diri peserta didik (M. Sobry Sutikno, 2014:12). Sejalan dengan pengertian tersebut Sumiati dan Asra (2007:3) juga berpendapat bahwa pembelajaran merupakan suatu proses yang kompleks (rumit), namun dengan maksud yang sama yaitu memberikan pengalaman belajar kepada siswa sesuai dengan tujuan.

Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang telah direncanakan agar terjadi proses belajar pada siswa sehingga tujuan dapat diperoleh dengan maksimal. Secara implisit di dalam pembelajaran ada kegiatan memilih, menetapkan dan mengembangkan metode atau model untuk mencapai hasil belajar yang diharapkan. Pembelajaran menekankan pada cara-cara untuk mencapai tujuan dan berkaitan dengan bagaimana cara pengorganisasian isi pembelajaran, menyampaikan isi dan mengelola pembelajaran. Dalam pembelajaran, guru tidak semata-mata memberikan pengalaman kepada siswa. Siswa harus dapat membangun pengalaman/pengetahuan di dalam benaknya sendiri.

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik, yang meliputi berbagai cabang olahraga seperti atletik, permainan, olahraga air dan olahraga bela diri. Salah satu bentuk olahraga permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah bola voli. Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi di masyarakat dan banyak penggemarnya. Permainan bola voli merupakan suatu permainan dengan memainkan bola dengan cara memukul-mukul bola di udara kesana kemari melewati atas jaring yang membentang, membagi lapangan menjadi dua daerah. Permainan ini dengan cepat menarik perhatian karena hanya sedikit memerlukan keterampilan dasar, mudah dikuasai dalam jangka waktu latihan yang singkat, dan dapat dilakukan oleh pemain dengan berbagai tingkat kebugaran (Muhajir, 2007:8).

Menurut Faruq (2009:48) permainan bola voli dan olahraga bola voli dengan optimal seorang pemain harus mengetahui dan mempraktikkan teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan ini. Beberapa teknik dasar itu mempassing bola, mensmes bola, membendung bola dan menservis bola. Penguasaan teknik dasar dalam permainan bola voli ini penting mengingat beberapa hal sebagai berikut: 1) hukuman terhadap pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan dalam melakukan teknik; 2) terpisahnya tempat antara regu satu dengan regu yang lain, sehingga tidak terjadi sentuhan badan dari pemain lawan maka pengawasan wasit terhadap kesalahan teknik ini lebih seksama; 3) banyaknya unsur-unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik, antara lain: membawa bola, mendorong bola, mengangkat bola, dan pukulan rangkap; 4) permainan bola voli adalah permainan cepat, artinya waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, sehingga penguasaan teknik-teknik yang kurang sempurna akan memungkinkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar; 5) penggunaan taktik yang tinggi hanya dimungkinkan kalau penguasaan teknik dasar dan tinggi dalam bola voli cukup sempurna (Suharno, 1984:11).

Berdasarkan pengalaman penulis saat mengajar Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 5 Airgegas, keaktifan siswa dalam proses pembelajaran sangat kurang, karena penggunaan metode pembelajaran yang kurang menarik, sehingga kemampuan motorik siswa kurang berkembang. Kondisi ini juga terjadi pada pembelajaran materi passing dalam olahraga permainan bola voli. Passing masih dianggap sebagai materi pelajaran yang susah terutama passing atas, bahkan menjadi trauma bagi siswa karena takut jari-jari tangannya terkilir atau cidera. Sehingga banyak siswa yang mendapatkan nilai tidak tuntas untuk materi passing atas.

Oleh karena itu, penggunaan metode yang menarik, tepat dan efektif akan berdampak pada peningkatan keaktifan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa akan merasa senang, tidak tegang dan nyaman. Dengan kondisi itu siswa akan lebih mudah memahami materi yang sedang dipelajarinya. Siswa belajar seakan-akan menjadi sesuatu yang dinanti, siswa akan merasa gelisah apabila tidak terjadi kegiatan pembelajaran. Namun, kenyataan sekarang masih banyak kita jumpai pembelajaran bersumber pada guru, sehingga siswa kurang diberi kesempatan untuk mengembangkan kemampuan diri secara optimal.

Berdasarkan kondisi tersebut, maka perlu dicarikan solusi agar siswa mampu mengembangkan kemampuan diri secara optimal dan hasil belajar siswa dapat meningkat. Salah satunya adalah dengan menggunakan metode latihan *passing* berpasangan.

Dalam permainan bola voli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bola voli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Salah satu teknik dasar permainan bola voli itu adalah passing. Teknik passing merupakan teknik yang paling dasar dari sekian teknik dasar yang ada, oleh karena itu sangat penting diberikan sebab merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan permainan bola voli (Margono,dkk.1993: 92). Pembelajaran teknik passing perlu diajarkan dengan menerapkan prosedur, metode dan teknik belajar mengajar yang tepat dan efektif. Menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain (2013:7) bahwa guru membutuhkan variasi dalam penggunaan teknik penyajian supaya kegiatan belajar mengajar yang berlangsung tidak membosankan.

Menurut (Suharno, 1984:47) *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan menggunakan teknik tertentu, mengoperkan bola kepada teman regunya untuk dimainkan sendiri. M. Yunus (1992:118) berpendapat *passing* adalah proses pengoperan bola pada pengumpan dan merupakan awal sentuhan bola oleh seorang pemain dalam permainan bola voli, untuk dioperkan kepada teman seregunya yang biasanya adalah pengumpan untuk selanjutnya dimainkan di lapangan sendiri yaitu diumpangkan kepada *smasher* untuk melakukan serangan terhadap regu lawan.

Sedangkan metode latihan (*training*) menurut Engkos Kosasi (1983:46) dijelaskan proses kerja yang harus dilakukan secara otomatis, berulang-ulang dan jumlah yang diberikan semakin hari semakin bertambah". Sedangkan menurut Harsono (1988:101) "Latihan (*training*) adalah proses yang sistematis dari latihan atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya". Tujuan latihan menurut Harsono (1988:100) adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin.

Latihan *passing* berpasangan adalah teknik latihan yang dilakukan oleh dua pemain dan mengambil posisi saling bertatap muka dengan jarak 3 sampai 4 meter, kemudian salah satu pemain mengambil posisi memegang bola dan mendorong bola ke arah temannya yang sudah siap menunggu. Usahakan dorongan bola sampai ke teman sudah siap. Bila dorongan bola dari teman tidak sampai tepat ke arah si penerima, maka si penerima harus bergerak maju ke depan dan ke belakang menyesuaikan dengan bola yang datang sehingga diterima ditepat kedua tangan (Muhajir, 2007:8).

Pemilihan metode ini didasarkan atas keuntungan latihan *passing* dengan cara berpasangan, yaitu a) siswa tidak merasa bosan dalam melakukan *passing*, b) siswa lebih termotivasi dalam upaya meningkatkan kemampuan *passing*, c) siswa lebih merasa bergembira, karena kegiatan belajar lebih menarik, d) siswa dapat melakukan berbagai bentuk variasi latihan *passing*.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis melakukan penelitian tindakan kelas dengan tentang penggunaan metode latihan *passing* berpasangan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII SMPN 5 Airgegas pada materi passing permainan Bola Voli. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatkan hasil belajar siswa dalam permainan bola voli dengan menggunakan metode latihan *passing* berpasangan di kelas VII SMP Negeri 5 Airgegas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (action research), karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai.

Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 21 Februari 2017 sampai 25 April 2017 di SMP Negeri 5 Airgegas kabupaten Bangka Selatan. Letak SMP Negeri 5 Airgegas berada di Jl. Raya Desa Bencah Kecamatan Airgegas Kabupaten Bangka Selatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII sebanyak 34 siswa yang terdiri dari 17 laki-laki dan 17 perempuan. Pemilihan kelas VII SMP Negeri 5 Airgegas sebagai lokasi dan subyek penelitian ini didasarkan atas pertimbangan materi *passing* merupakan materi kelas VII dan dari tahun ke tahun tergolong materi yang sulit bagi siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi proses belajar mengajar dengan mengamati aktivitas siswa yang dibantu oleh rekan sejawat, angket, dan lembar penilaian hasil praktik siswa yang merupakan penilaian hasil tes diakhir materi pelajaran untuk setiap siklus yang dilakukan.

Metode analisis data yang digunakan adalah model alur, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data adalah suatu kegiatan menyeleksi dan mengolah data mentah menjadi sebuah informasi yang bermakna dari tes dan observasi yang telah dilakukan. Kegiatan yang dilakukan untuk mengetahui hasil belajar siswa dan ketuntasan belajar, baik secara individu maupun klasikal. Untuk mencari presentase siswa yang telah tuntas secara individu setiap siklus, maka digunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{S_i}{S_t} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Daya serap perorangan

Si = Skor yang diperoleh siswa

St = Skor maksimum siswa

Seorang dikatakan tuntas belajar, jika telah mencapai daya serap atau lebih dari 75% dan menentukan daya serap klasikal suatu tes kelas dengan rumus:

$$P = \frac{N}{X} \times 100\%$$

Keterangan:

D = persentase kelas yang sudah tuntas belajar

X = jumlah siswa yang telah tuntas belajar

N = jumlah siswa

Penyajian data adalah kegiatan analisis data berupa penyusunan atau penggabungan dari sekelompok informasi yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Setelah data diolah, maka data disajikan dalam bentuk paparan naratif. Setelah data disajikan dan dianalisis, maka ditarik kesimpulan dari sajian data tersebut berupa keberhasilan atau kegagalan dalam pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data penelitian diperoleh dari data observasi pada setiap siklus. Data observasi diambil dari dua pengamatan yaitu data pengamatan penggunaan metode latihan *passing* berpasangan yang digunakan untuk mengetahui pengaruh penggunaan metode latihan *passing* berpasangan dalam meningkatkan hasil belajar siswa dan data pengamatan aktivitas guru dan siswa. Data tes praktik untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa setelah digunakannya metode latihan *passing* berpasangan.

1. Siklus 1

a. Perencanaan

Perencanaan pada tahap ini dilaksanakan pada tanggal 22 sampai 27 Februari 2017. Pada tahap siklus 1 ini direncanakan dua kali pertemuan atau 4 x 40 menit dengan materi teknik dasar *passing* bawah. Adapun yang dipersiapkan adalah sebagai berikut:

- 1) Menyusun jadwal penelitian pada siklus 1 direncanakan dua kali pertemuan yaitu hari setiap hari Selasa tanggal 28 Februari dan 7 Maret 2017 sesuai dengan jadwal pelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga kelas VII.
- 2) Menyusun rencana pembelajaran (RPP) dengan menggunakan metode latihan *passing* bawah berpasangan.
- 3) Menyusun kegiatan praktik.
- 4) Menyusun lembar observasi.
- 5) Menyusun skenario pembelajaran.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran siklus 1 ini selama dua pertemuan yaitu tanggal 28 Februari dan 7 Maret 2017. Adapun kegiatan pembelajaran mengacu pada skenario pembelajaran dan rencana pembelajaran (RPP) yang telah dipersiapkan. Adapun materi yang disampaikan adalah teknik-teknik dasar *passing* bawah permainan bola voli dan *passing* bawah dengan satu tangan dan dua tangan dengan berpasangan. Pada pertemuan kedua dilaksanakan kegiatan evaluasi hasil belajar kegiatan siklus 1.

Pelaksanaan pembelajaran mengacu pada skenario pembelajaran yang disiapkan. Pembelajaran berjalan dengan lancar. Adapun kegiatan pembelajarannya adalah sebagai berikut:

- 1) Guru membuka kegiatan pembelajaran
- 2) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran
- 3) Guru memotivasi siswa untuk mempelajari materi
- 4) Kegiatan inti pembelajaran sebagai berikut:
 - a. Siswa dibagi menjadi kelompok kecil yang beranggotakan 6 – 8 orang saling berpasangan
 - b. Siswa melakukan latihan *passing* bawah secara berpasangan
 - c. Melakukan percobaan *passing* bawah dengan satu dan dua tangan
 - d. Mengumpulkan data tentang kelebihan dan kekurangan latihan *passing* bawah berpasangan
 - e. Siswa kembali berkumpul
 - f. Setiap siswa secara bergiliran mempraktikkan hasil dari belajar di kelompok masing-masing
 - g. Siswa merefleksikan kegiatan belajar dan membuat kesimpulan dengan bantuan guru
- 5) Guru menutup kegiatan pembelajaran.

c. Tahap Evaluasi

Pada akhir pertemuan kedua, siswa diberi tes praktik dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Adapun data hasil penelitian pada siklus 1 adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil Penelitian Siklus 1

No	Uraian	Nilai / Jumlah siswa	Ket
1	Rata-rata nilai siswa	73,03	
2	Nilai tertinggi	80	Ada 5 siswa
3	Nilai terendah	60	Ada 4 siswa
4	Banyak siswa tuntas	22	64,71%
5	Banyak siswa tidak tuntas	12	35,29%

Berdasarkan tabel di atas hasil belajar siswa masih jauh dari yang diharapkan. Rata-rata hasil belajar siswa 73,03 dan 64,71% siswa memperoleh nilai di atas KKM atau sebanyak 22 siswa memperoleh nilai di atas KKM yang telah ditentukan. Siswa yang memperoleh nilai di bawah KKM mengikuti kegiatan remedial yang dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 11 Maret 2017.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran berlangsung pada siklus 1 terdapat beberapa hal yang dapat diajukan sebagai perbaikan dalam kegiatan pembelajaran berikutnya sebagai hasil dari refleksi.

- 1) Keaktifan belajar siswa masih kurang, banyak siswa kesulitan melakukan gerakan *passing* bawah, mengkoordinasikan gerakan tangan, langkah kaki dan perkenaan dengan bola. Perlu diberikan bimbingan dalam mengkoordinasikan antara gerakan badan dengan saat perkenaan dengan bola secara spesifik di dalam kegiatan praktek sehingga dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam kegiatan pembelajaran.
- 2) Dalam memilih pasangan kelompok, siswa berebut. Perlu diadakan undian dalam pemilihan pasangan.
- 3) Ada kelompok yang kurang aktif yaitu kelompok 2, pada saat praktik di kelompok belum berjalan dengan lancar. Perlu diberi motivasi untuk setiap kelompok dengan diberikan reward bagi kelompok yang teraktif.
- 4) Hasil belajar siswa masih belum sesuai dengan yang diharapkan sehingga perlu dilakukan pembimbingan dari guru.
- 5) Pengaturan waktu lebih diperhatikan.

2. Siklus 2

a. Perencanaan

Perencanaan pada tahap ini dilaksanakan pada tanggal 13 sampai 18 Maret 2017. Pada tahap siklus 2 ini direncanakan dua kali pertemuan atau 4 x 40 menit dengan materi latihan *passing* atas dengan berpasangan. Adapun yang dipersiapkan adalah sebagai berikut:

- 1) Menyusun jadwal penelitian pada siklus 2 direncanakan dua kali pertemuan yaitu setiap hari Selasa tanggal 21 dan 28 Maret 2017 sesuai dengan jadwal pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga kelas VII.
- 2) Menyusun rencana pembelajaran (RPP) dengan menggunakan metode latihan *passing* berpasangan berdasarkan hasil refleksi pada siklus 1.

- 3) Menyusun kegiatan praktik.
- 4) Menyusun lembar observasi dan angket.
- 5) Menyusun skenario pembelajaran.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran siklus 2 ini selama dua pertemuan yaitu tanggal 21 dan 28 Maret 2018. Adapun kegiatan pembelajaran mengacu pada skenario pembelajaran dan rencana pembelajaran (RPP) yang telah dipersiapkan. Adapun materi yang disampaikan adalah latihan passing atas berpasangan. Pada pertemuan kedua dilaksanakan kegiatan evaluasi hasil belajar praktik kegiatan siklus 2.

Pelaksanaan pembelajaran mengacu pada skenario pembelajaran yang disiapkan. Adapun kegiatan pembelajarannya adalah sebagai berikut:

- 1) Guru membuka kegiatan pembelajaran
- 2) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran
- 3) Guru memotivasi siswa untuk mempelajari materi
- 4) Kegiatan inti pembelajaran sebagai berikut:
 - a. Siswa dibagi menjadi kelompok kecil yang beranggotakan 6 – 8 orang saling berpasangan
 - b. Siswa melakukan latihan passing atas secara berpasangan.
 - c. Melakukan percobaan passing atas dengan satu dan dua tangan.
 - d. Mengumpulkan data tentang kelebihan dan kekurangan latihan passing atas berpasangan
 - e. Siswa kembali berkumpul
 - f. Setiap siswa secara bergiliran mempraktikkan hasil dari belajar di kelompok masing-masing
 - g. Siswa merefleksikan kegiatan belajar dan membuat kesimpulan dengan bantuan guru
 - h. Guru menutup kegiatan pembelajaran.
- 5) Tahap Evaluasi

Pada akhir pertemuan kedua siswa diberi tes praktik dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Adapun data hasil penelitian pada siklus 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Hasil Penelitian Siklus 2

No	Uraian	Nilai / Jumlah siswa	Ket
1	Rata-rata nilai siswa	79,94	
2	Nilai tertinggi	85	Ada 15 siswa
3	Nilai terendah	60	Ada 2 siswa
4	Banyak siswa tuntas	29	85,29%
5	Banyak siswa tidak tuntas	5	14,21%

Berdasarkan tabel di atas hasil belajar siswa sudah sesuai yang diharapkan. Rata-rata hasil belajar siswa 79,94 dan 85,29% siswa memperoleh nilai di atas KKM atau sebanyak 29 siswa memperoleh nilai di atas KKM yang telah ditentukan. Siswa yang memperoleh nilai di bawah KKM mengikuti kegiatan remedial pada hari Sabtu tanggal 23 Januari 2017.

c. Observasi

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran berlangsung pada siklus 2 terdapat beberapa hal yang dapat diajukan sebagai perbaikan dalam kegiatan pembelajaran berikutnya sebagai hasil dari refleksi.

- 1) Keaktifan belajar siswa sudah bagus, banyak siswa sudah mampu dalam melakukan gerakan passing atas, mengkoordinasikan gerakan tangan, langkah kaki dan perkenaan dengan bola. Kemampuan spesifik di dalam melakukan gerakan passing atas sudah meningkat, sehingga dapat memotivasi keaktifan siswa dalam kegiatan pembelajaran.
- 2) Dalam memilih pasangan kelompok, siswa mulai teratur.
- 3) Semua kelompok sudah mulai aktif, pada saat praktik di kelompok masing-masing. Perlu diberi motivasi untuk setiap kelompok dengan diberikan reward bagi kelompok yang teraktif.
- 4) Hasil belajar siswa sudah sesuai dengan yang diharapkan.
- 5) Pengaturan waktu sudah cukup baik.

Adapun rekapitulasi hasil pengamatan respon siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil Pengamatan Respon Siswa

No.	Item	Setuju	Biasa saja	Tidak Setuju
1	Latihan passing berpasangan membuat siswa senang belajar pendidikan jasmani dan olahraga	26	8	0
2	Latihan passing berpasangan membuat siswa mudah belajar passing bola voli	27	7	0
3	Latihan passing berpasangan membuat siswa tertantang bermain bola voli	29	5	1
4	Latihan passing berpasangan membuat siswa malas belajar	0	7	27
5	Latihan passing berpasangan membuat siswa takut melakukan passing atas	2	5	27
6	Latihan passing berpasangan membuat siswa bosan belajar	0	8	26
7	Latihan passing berpasangan membuat siswa terampil bermain bola voli	26	8	0
8	Latihan passing berpasangan tidak menambah motivasi siswa	0	9	25
9	Latihan passing berpasangan membuat siswa lebih percaya diri belajar bola voli	26	8	0
10	Latihan passing berpasangan terus dilaksanakan	27	6	1

Kegiatan pembelajaran tidak akan sempurna bila tidak ada masukan dari rekan sejawat. Adapun rekapitulasi hasil pengamatan kegiatan belajar yang dilakukan rekan sejawat adalah sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Pengamatan Kegiatan Belajar

No	Aspek	Siklus 1			Siklus 2		
		B	C	K	B	C	K
1.	Pemanfaatan Waktu		x			x	
2.	Strategi mencuri nilai		x		x		
3.	Suasana belajar	x			x		
4.	Media yang digunakan		x		x		
5.	Intonasi suara guru	x			x		
6.	Keaktifan siswa dalam belajar		x			x	
7.	Minat siswa dalam belajar		x			x	
8.	Keberanian siswa tampil di depan kawan			x		x	
9.	Kesiapan guru menggunakan model pembelajaran latihan passing berpasangan dalam kegiatan belajar		x		x		
10.	Kesesuaian rencana dan pelaksanaan kegiatan	x			x		

d. Refleksi

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran berlangsung pada siklus kedua terdapat beberapa hal yang dapat diajukan sebagai kesimpulan dari penelitian ini.

- 1) Siswa aktif dalam kegiatan pembelajaran, siswa berani mempraktikkan gerakan passing atas di depan kawan-kawan dengan benar.
- 2) Hasil belajar siswa sudah sesuai dengan yang diharapkan, sehingga penelitian ini dianggap berhasil karena indikator keberhasilan penelitian telah terpenuhi.

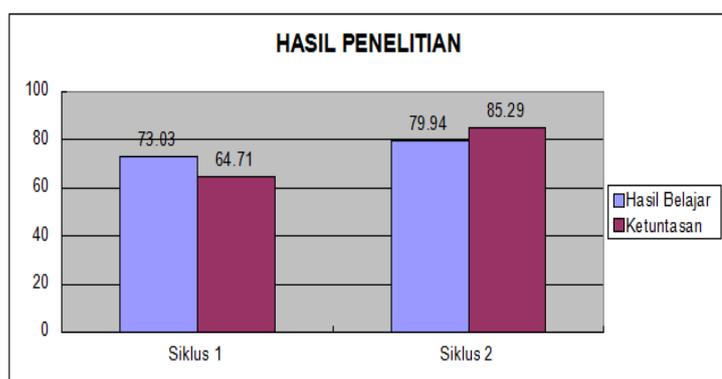
Pembahasan

Dalam upaya menyiapkan siswa yang berprestasi dan memiliki semangat dalam belajar sehingga selalu aktif dalam kegiatan belajar, diperlukan sistem pembelajaran yang mampu secara langsung mengkondisikan suasana belajar yang lebih aktif dan menyenangkan bagi siswa. Siswa tidak hanya dijejali dengan berbagai teori yang monoton, membosankan, yang mengakibatkan kejenuhan dalam belajar, akan tetapi harus ada suatu strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan minat dan keinginan siswa untuk belajar dan menjadikan belajar olahraga lebih bermakna, karena strategi yang digunakan menciptakan keaktifan baik bagi siswa maupun suasana aktif dalam lingkungan belajar, dengan harapan prestasi belajar lebih meningkat.

1. Ketuntasan hasil belajar siswa

Melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode passing berpasangan memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari semakin mantapnya pemahaman siswa terhadap materi

yang disampaikan guru (ketuntasan belajar meningkat dari siklus 1 dan siklus 2) yaitu masing-masing 64,71% dan 85,29%. Pada siklus 2 ketuntasan belajar siswa secara klasikal telah tercapai.



Grafik 1. Hasil Belajar Siswa pada Siklus I dan Siklus II

Kenaikan hasil belajar secara klasikal dari siklus 1 ke siklus 2 adalah 6,91 kenaikan cukup tinggi walaupun siswa baru pertama kali melaksanakan pembelajaran dengan metode passing berpasangan. Pada siklus kedua siswa terlihat senang dalam kegiatan pembelajaran. Siswa aktif dalam pembelajaran dan berani melakukan praktik passing.

Selain hasil belajar yang meningkat, ketuntasan siswa juga meningkat. Hal ini dapat dilihat dari data siklus 1 jumlah siswa yang tuntas hanya 22 siswa dan siklus 2 siswa yang tuntas 29 siswa. Pada siklus 2 persentase siswa yang tuntas 85,29% persentase ketuntasan siswa ini sudah sesuai dengan target yang telah ditetapkan.

2. Aktivitas dalam Pembelajaran

Berdasarkan hasil observasi dan angket yang dibagikan ke siswa menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran dengan menggunakan metode passing berpasangan dapat membuat siswa menjadi senang dalam belajar. Mereka tidak lagi bosan, tegang, takut bahkan tidak lagi menganggap olahraga merupakan pelajaran yang menakutkan.

Siswa berharap agar guru dapat menerapkan berbagai macam metode pembelajaran sehingga banyak pengalaman yang didapat oleh siswa. Kerja sama antar siswa dapat membantu siswa yang belum paham menjadi paham. Selain itu kerja sama juga menjadikan pembelajaran bagi siswa dalam menghadapi berbagai masalah dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil dan pembahasan penelitian yang telah diungkapkan dimuka secara umum dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode latihan passing berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Airgegas pada materi passing permainan bola voli. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan hasil belajar siswa dari 73,03 menjadi 79,94 dan ketuntasan belajar siswa dari 22 siswa yang tuntas menjadi 29 siswa tuntas atau dari 64,71% menjadi 85,29%.

Beberapa saran yang dapat dianjurkan sehubungan dengan penelitian ini yaitu 1) hendaknya para guru dan pelatih bola voli, dapat memberikan motivasi kepada siswa dengan melakukan latihan/permainan bola voli minimal 3 kali seminggu, sehingga siswa termotivasi untuk latihan/bermain bola voli, baik di sekolah maupun di luar sekolah dalam upaya meningkatkan penguasaan teknik dalam mempassingkan bola terutama melalui permainan bola voli, 2) hendaknya pihak sekolah, dapat meneruskan untuk melakukan pembinaan terhadap peningkatan prestasi olahraga, khususnya cabang olahraga dan kesehatan dengan latihan bola voli, 3) dinas atau lembaga terkait, diharapkan mendukung sepenuhnya serta mempromosikan bentuk-bentuk permainan dengan mengadakan perlombaan dan 4) kepada peneliti lainnya, agar dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan sampel yang lebih besar dan waktu yang cukup lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Engkos Kosasi. 1983. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Akademik Pressindo.
- Faruq Muhyi Muhammad. 2009. *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui permainan Olahraga Bola Voli*. Jakarta : PT Gramedia
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Kesuma
- M. Sobry Sutikno. 2014. *Metode dan Model-Model Pembelajaran*. Lombok: Holistica
- M. Yunus. 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: Depdikbud.
- Margono. 1993. *Penelitian Pendidikan*. Jakarta. Pustaka.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yudhistira
- Suharno H.P. 1984. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta
- Sumiati dan Asra. 2007. *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain. 2013. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003