

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASING BAWAH
BOLA VOLI MELALUI PANTULAN KE DINDING
PADA SISWA SMA ARINDA PALEMBANG**

SKRIPSI

OLEH

Sherial Shelen

06061381924039

Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2023

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
MELALUI PANTULAN KE DINDING PADA SISWA SMA ARINDA
PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Sherial Shelen

Nomor Induk Mahasiswa 06061381924039

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M. Pd
NIP. 198912012019032018

Pembimbing,



Dr. Meirizal Usra, M. Kes
NIP. 196105281987021003

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
MELALUI PANTULAN KE DINDING PADA SISWA SMA ARINDA
PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Sherial Shelen

Nomor Induk Mahasiswa 06061381924039

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Destriani, M. Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing,

Dr. Meirizal Usra, M. Kes

NIP. 196105281987021003



**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASSING BAWAH BOLA VOLI
MELALUI PANTULAN KE DINDING PADA SISWA SMA ARINDA
PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Sherial Shelen

Nomor Induk Mahasiswa 06061381924039

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 3 Maret 2023

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dr. Meirizal Usra, M. Kes

2. Anggota : Destriani, M. Pd




Indralaya, Maret 2023
Mengetahui,
Koordinator Program Studi



Destriani, M. Pd
NIP. 198912012019032018

PERSEMBAHAN DAN MOTTO

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Kupersembahkan skripsi ini kepada :

- Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
- Terima kasih kepada kedua orang tua saya, Bapak Fatrol.s dan Ibu Sri Wahyuni, yang sangat luar biasa dan senantiasa berkorban dalam segala hal demi menyelesaikan pendidikan ini. Terutama ibu saya yang selalu memberikan kekuatan selama masa perkuliahan saya. Terima kasih atas kasih sayang, nasihat, motivasi dan do'a yang tiada henti saya dapatkan. Teruntuk Bapak dan Ibu skripsi ini saya persembahkan.
- Kakak dan Adik tercinta Erik Claudian dan Baday Alvaro yang selalu mendukung, memberikan semangat dan do'a nya untuk saya selama ini.
- Terima kasih kepada Erico Novaldi yang selalu membantu saya selama penelitian skripsi ini.
- Terima kasih kepada ibu Nurwanita yang telah membantu dan mendukung dari awal kuliah saya.
- Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Ibu Destriani, M.Pd yang telah memfasilitasi dan memberikan ilmu sehingga dapat membuat saya bisa menyelesaikan perkuliahan dan skripsi dengan baik.
- Dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi bapak Dr. Meirizal Usra, M.Kes yang telah meluangkan waktu, telah memberi bimbingan dan bantuan kepada saya selama perkuliahan serta memberikan arahan dalam mengerjakan skripsi sehingga saya dapat menyelesaikan perkuliahan ini dengan baik.
- Kepada seluruh dosen Penjaskes yang telah memberikan ilmu sehingga dapat membuat saya bisa menyelesaikan perkuliahan dan skripsi dengan baik dan admin Penjaskes Kak Angga yang telah banyak membantu saya dalam kelancaran dalam menyelesaikan administrasi selama perkuliahan dan selama penyusunan skripsi ini.

- Teman seperjuangan seluruh mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan angkatan 2019 Universitas Sriwijaya. Semoga kita dapat meraih apa yang kita impikan.
- Kepada kepala sekolah dan guru SMA Arinda yang telah membantu dan melancarkan saya dalam melakukan kegiatan penelitian untuk penyelesaian skripsi ini.
- Almamater Kebangganku, Universitas Sriwijaya.

MOTTO :

- Selalu bersyukur dan menjadi diri sendiri tidak perlu membandingkan dirimu dengan orang lain karna setiap manusia mempunyai porsi masing-masing (Sherial Shelen)
- Sabar dan ikhlas dengan hal apapun yang dihadapi (Sherial Shelen)
- Satu untuk Semua, Semua untuk Satu (PENJASKES)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sherial Shelen
NIM : 06061381924039
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “peningkatan pembelajaran passing bawah bola voli melalui pantulan ke dinding pada siswa SMA arinda Palembang.” Ini adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pencegahan dan penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 2 Maret 2023

Yang membuat pernyataan,



Sherial Shelen

NIM. 06061381924039

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Pantulan Ke Dinding Pada Siswa SMA Arinda Palembang” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Meirizal Usra, M. Kes sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri dan Ibu Destriani, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga di tujukan kepada Ibu Destriani, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini. Lebih lanjut penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sekolah SMA Arinda Palembang yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang, Maret 2023

Serial Shelen

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTOiv
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL...	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	4
1.3. Batasan Masalah.	4
1.4. Rumusan Masalah.....	4
1.5. Tujuan Penelitian	5
1.6. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Hakikat Pembelajaran PJOK	6
2.1.1. Pembelajaran	6
2.1.2. Ciri-ciri Pembelajaran PJOK.....	7
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Pembelajaran PJOK	8
2.1.4. Tujuan Pembelajaran PJOK.....	11
2.2 Hakikat Permainan Bola Voli	11
2.2.1. Teknik Permainan Bola Voli	12
2.2.2. Sarana dan Prasarana Permainan Bola Voli.....	16
2.3 Pasing Bawah.....	17

2.4 Pasing Bawah Ke Dinding.....	21
2.5 Kerangka Berpikir.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1. Metode Penelitian.....	24
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian	24
3.3. Subjek Penelitian.....	25
3.4. Prosedur Penelitian Tindakan Kelas	25
3.5. Lokasi dan Waktu Penelitian Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5.1. Observasi	27
3.5.2. Tes Keterampilan.....	29
3.5.3. Tes Pengetahuan	32
3.6. Instrumen Pengumpulan Data.	33
3.7. Teknik Analisis Data.....	33
3.7.1. Analisis Data Tes Keterampilan	33
3.7.2. Analisa Data Tes Pengetahuan.....	34
3.7.3. Analisis Data Observasi	36
3.8. Indikator Keberhasilan	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Hasil Penelitian Pra Siklus	33
4.2. Hasil Penelitian Siklus I.	44
4.3. Hasil Penelitian Siklus II.....	56
4.4. Pembahasan.....	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
5.1 Kesimpulan.....	71
5.2 Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pasing Bawah Bola Voli	20
Gambar 3. Persentase Nilai Keterampilan Pasing Bawah Siklus I dan Siklus II..	67
Gambar 4. Persentase Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I dan Siklus II	67
Gambar 5. Persentase Nilai Aktivitas Belajar Siklus I dan Siklus II.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penilaian Pasing Bawah	26
Tabel 2. Rentangan Nilai Tes Pengetahuan	27
Tabel 3. Lembar Observasi Keaktifan Belajar Peserta Didik	27
Tabel 4. Rubrik Observasi Keaktifan Belajar Siswa.....	28
Tabel 5. Tingkat Hasil Pasing Bawah Siswa	30
Tabel 6. Kategori dan Kriteria Ketuntasan Belajar.....	31
Tabel 7. Kriteria Tingkat Keaktifan Siswa	32
Tabel 8. Lembar Hasil Keterampilan Pasing Bawah Pra Siklus.....	33
Tabel 9. Frekuensi Keterampilan Pasing Bawah Peserta Didik pada Pra Siklus..	36
Tabel 10. Hasil belajar Peserta Didik Pada Pra Siklus.....	37
Tabel 11. Frekuensi Hasil Nilai Pengetahuan Peserta Didik Pada Pra Siklus	39
Tabel 12. Lembar Observasi Aktivitas Peserta Didik Pra Siklus.....	39
Tabel 13. Distribusi Nilai Aktivitas Peserta Didik Pada Pra Siklus	43
Tabel 14. Lembar Hasil Keterampilan Pasing Bawah Siklus I.....	44
Tabel 15. Frekuensi Keterampilan Pasing Bawah Peserta Didik pada Siklus I...47	
Tabel 16. Hasil belajar Peserta Didik Pada Siklus I	48
Tabel 17. Frekuensi Hasil Nilai Pengetahuan Peserta Didik Pada Siklus I.....	51
Tabel 18. Hasil Aktivitas Belajar Peserta Didik Pada Siklus I.....	51
Tabel 19. Distribusi Nilai Aktivitas Peserta Didik Pada Siklus I	54
Tabel 20. Lembar Tes Keterampilan Pasing Bawah Siklus II	56
Tabel 21. Frekuensi Hasil Keterampilan Pasing Peserta Didik Siklus II.....	59
Tabel 22. Hasil Belajar Peserta Didik Pada Siklus II	60
Tabel 23. Frekuensi Nilai Pengetahuan Peserta Didik Siklus II	62
Tabel 24. Hasil Aktivitas Belajar Peserta Didik Siklus II.....	62
Tabel 25. Distribusi Nilai Aktivitas Peserta Didik Siklus II.....	66
Tabel 26. Peningkatan Hasil Nilai Belajar Peserta Didik	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Riwayat Hidup.....	77
Lampiran 2. Usul Judul Skripsi.....	78
Lampiran 3. Kartu Bimbingan Proposal	77
Lampiran 4. Persetujuan Seminar Proposal	80
Lampiran 5. Bukti Perbaikan Proposal	81
Lampiran 6. SK Pembimbing.....	82
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan	84
Lampiran 8. Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian.....	85
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	86
Lampiran 10. Kartu Bimbingan Seminar Hasil	89
Lampiran 11. Persetujuan Seminar Hasil Penelitian.....	90
Lampiran 12. Bukti Perbaikan Skripsi Hasil Penelitian.....	91
Lampiran 13. RPP	92
Lampiran 14. Nilai Hasil Aktivitas Belajar Pra Siklus	97
Lampiran 15. Nilai Hasil Aktivitas Belajar Siklus I	98
Lampiran 16. Nilai Hasil Aktivitas Belajar Peserta Didik Siklus II	99
Lampiran 17. Hasil Tes Keterampilan Pasing Bawah Pra Siklus	101
Lampiran 18. Hasil Tes Keterampilan Pasing Bawah Siklus I.....	103
Lampiran 19. Hasil Tes Keterampilan Pasing Bawah Siklus II.....	105
Lampiran 20. Hasil Evaluasi Belajar Siklus Pra Siklus	107
Lampiran 21. Hasil Evaluasi Belajar Siklus I.....	108
Lampiran 22. Hasil Evaluasi Belajar Siklus II.....	109
Lampiran 23. Hasil Evaluasi Belajar Siklus Pra Siklus	110
Lampiran 24. Hasil Evaluasi Belajar Siklus I.....	111
Lampiran 25. Hasil Evaluasi Belajar Siklus II.....	112
Lampiran 26. Bukti Perbaikan Skripsi	113

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN PASING BAWAH
BOLA VOLI MELALUI PANTULAN KE DINDING PADA SISWA
SMA ARINDA PALEMBANG**

Sherial Shelen¹, Meirizal Usra²

Shelensherial1@gmail.com, meirizalusra@fkip.unsri.ac.id

ABSTRAK: Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan pembelajaran pasing bawah bola voli melalui pantulan ke dinding pada siswa SMA Arinda Palembang. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian Tindakan kelas. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 35 orang. Instrumen penelitian ini yaitu 1). Tes keterampilan pasing, 2). tes pengetahuan, dan 3). Observasi aktivitas belajar. Dari hasil dan analisis data penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik kelas XI SMA Arinda Palembang selalu mengalami peningkatan disetiap siklusnya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran pasing bawah melalui pantulan ke dinding pada permainan bola voli dapat meningkatkan hasil pembelajaran pasing bawah bola voli pada siswa kelas XI SMA Arinda Palembang. implikasi dari penelitian ini yaitu latihan pasing melalui pantulan ke dinding dapat dijadikan pembelajaran untuk meningkatkan pembelajaran pasing pada permainan bola voli.

Kata Kunci : Pembelajaran, Pantulan ke Dinding, Keterampilan Pasing.

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

Pembimbing,

Destriani, M. Pd

Dr. Meirizal Usra, M. Kes

NIP. 198912012019032018

NIP. 196105281987021003

IMPROVING VOLLEYBALL LEARNING THROUGH REFLECTION ON A WALL IN ARINDA PALEMBANG HIGH SCHOOL STUDENTS

Sherial Shelen¹, Meirizal Usra²

Shelensherial1@gmail.com, meirizalusra@fkip.unsri.ac.id

ABSTRACT: The purpose of this research was to find out the improvement in learning to pass under volleyball through reflections on the wall in SMA Arinda Palembang students. This research method uses class action research methods. The sample used in this study amounted to 35 people. The research instrument is 1). Passing skills test, 2). knowledge test, and 3). Observation of learning activities. From the results and analysis of research data that has been carried out, it can be concluded that the learning outcomes of class XI students of SMA Arinda Palembang always increase in each cycle. Based on the results of this study, it shows that learning bottom pass through reflections on the wall in volleyball games can improve learning outcomes of bottom pass volleyball in class XI SMA Arinda Palembang. The implication of this research is that passing exercises through reflections on the wall can be used as learning to improve learning to pass in volleyball games.

Keywords: Learning, Reflection on the Wall, Passing Skills.

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

Pembimbing,

Destriani, M. Pd

Dr. Meirizal Usra, M. Kes

NIP. 198912012019032018

NIP. 196105281987021003

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan adalah usaha menyelenggarakan kegiatan pendidikan dan mengembangkan potensi peserta didik agar memperoleh keterampilan, baik bagi dirinya sendiri maupun bagi masyarakat. Pendidikan jasmani merupakan salah satu dari sekian banyak pembagian yang dapat dilakukan dalam pendidikan yang bersifat universal (Burstiando & Kholis, 2017). Pendidikan adalah proses pertumbuhan manusia yang panjang, mungkin seumur hidup (Taufik & Gaos, 2019). Pendidikan jasmani merupakan salah satu jenis pendidikan yang dapat membantu setiap calon siswa untuk tumbuh dan berkembang bakatnya. Setiap sekolah menawarkan pendidikan jasmani sebagai salah satu topik (Hasrion, Sari, & Gazali, 2020).

Menurut Haris (2018), pendidikan jasmani adalah program pada bagian pendidikan umum yang menitikberatkan pada perkembangan sosial, mental, gerak, dan jasmani anak secara utuh. Menurut Widiyatmoko & Hudah (2017), pendidikan jasmani dan olahraga memiliki dua keunggulan utama yaitu manfaat jasmani dan pendidikan. Pendidikan jasmani bertujuan untuk: (1) memberikan pengalaman pendidikan kepada peserta didik melalui gerak agar keterampilan motoriknya selaras dengan proses tumbuh kembang; 2) sebagai wadah untuk mengembangkan seluruh potensi siswa sesuai dengan cita-cita pendidikan, termasuk aspek kognitif dan afektif siswa (Fajri, 2019: 65). Selain mempelajari aturan dan prinsip latihan, pendidikan jasmani dapat membantu orang mengembangkan pola pikir. Alih-alih memperlakukan anak sebagai individu dengan karakteristik fisik dan mental yang berbeda, pendidikan jasmani memperlakukan mereka sebagai manusia seutuhnya (Meirizal, 2012). Secara khusus, melalui kelas pendidikan kesehatan dan jasmani; mengajarkan ragam olahraga yang sesuai dengan tingkat tumbuh kembang siswa (Hasrion, Sari, & Gazali, 2020), pembelajaran bola voli passing bawah untuk siswa SMA menjadi fokus penelitian ini.. Cara siswa belajar sebagian besar bertanggung jawab atas keberhasilan guru di kelas. Menurut Cvetkovi et al., guru harus mengidentifikasi

strategi instruksional yang dapat membantu siswa mencapai tingkat penguasaan keterampilan dasar olahraga yang lebih tinggi. tahun 2020 oleh Rusmanto, Lardika, dan Muspita). Siswa akan mendapatkan keuntungan dari menggunakan strategi pengajaran yang efektif. Kesulitannya terletak pada mengkomunikasikan pelajaran dengan cara yang mudah dipahami siswa. Akibatnya, agar siswa mudah memahami materi yang diajarkan, guru perlu mahir memilih metode. Pencapaian tujuan pembelajaran sangat dipengaruhi oleh metode pembelajaran. Untuk memastikan tujuan pembelajaran tercapai seperti yang diharapkan, guru pendidikan jasmani di sekolah perlu dapat memilih metode pembelajaran yang cocok dan tepat (Gazali, 2016).

Olahraga bola voli dimainkan oleh dua tim lawan dengan enam pemain di setiap tim dan pemain cadangan. Bola voli merupakan olahraga beregu beranggotakan enam orang yang semakin populer di Indonesia (Destriana dkk.,) dengan tujuan memainkan bola di daerah lawan. 2021). Menurut Hanggara & Divine (2018), bola voli adalah olahraga yang dimainkan dengan cara mengoper bola melewati jaring dengan tujuan menjatuhkan bola ke area lapangan lawan, mencetak poin, dan memenangkan permainan. Bola voli merupakan olahraga yang digemari oleh segala usia, baik anak-anak maupun dewasa. Tidak mengherankan jika permainan bola voli sangat populer di kalangan anak-anak karena memiliki bagian yang menyenangkan..

Permainan merupakan kegiatan yang paling menyenangkan bagi semua orang, termasuk siswa sekolah menengah atas (SMA) yang masih dalam tahap perkembangan. Dalam permainan tersebut banyak sekali manfaat bagi tubuh, khususnya kesehatan dan kemampuan karena berkaitan dengan salah satu permainan yang sangat terkenal yaitu olahraga bola voli. Berbagai pengembangan telah dilakukan dalam upaya peningkatan kemampuan siswa atau peserta didik, khususnya dalam permainan bola voli ini, antara lain dengan pembuatan sarana, prasarana, dan aturan permainan bola voli (Destriani et al., 2019). Salah satu teknik dasar bola voli yang perlu ditekankan oleh instruktur adalah teknik dasar passing bawah. Pass bawah dan pass atas adalah komponen dari teknik passing. Untuk meningkatkan penguasaan passing bawah siswa, pembelajaran bola voli di

SMA lebih banyak memasukkan pembelajaran pada teknik ini. sehingga bola tepat mengenai tempat yang dituju. Siswa harus mampu bergerak dengan cepat dan tepat saat melakukan teknik..

Berdasarkan pengamatan saya, saya telah mengunjungi SMA Arinda Palembang beberapa kali dan menemukan beberapa masalah, antara lain masih sedikitnya siswa yang mahir dalam teknik bola voli underhand. Dilihat dari persepsi dan pertemuan dengan pendidik Latihan Aktual SMP Arinda pada materi Bola Voli, diketahui bahwa di kelas XI IPA masih banyak siswa yang belum paham dan menguasai strategi underpassing yang baik dan benar, misalnya , kontak tangan dan bola yang tidak benar, posisi tubuh yang salah dan tidak membungkuk. Selain itu, siswa kurang termotivasi oleh metode pengajaran guru, atau kurangnya variasi dan pengaturan guru di kelas. Kurangnya pemahaman siswa tentang teknik underpass membuat mereka tidak dapat bermain bola voli secara efektif..

Pasing bawah dalam bola voli dapat dipelajari lebih efektif dalam beberapa cara, termasuk dengan berlatih berpasangan, menggunakan teknik bermain, dan melawan tembok. Terdapat dinding di SMA Arinda Palembang yang cukup luas untuk digunakan dan memudahkan siswa untuk meningkatkan pemahaman bola voli di bawahnya. Pembelajaran yang disebut “passing down to the wall” berusaha memudahkan pemain bola voli untuk menurunkan materi yang tidak bergerak atau statis (Rahma Meutia, 2020)

Ini menghadirkan masalah bagi guru pendidikan jasmani yang harus mereka atasi melalui langkah-langkah praktis. Tindakan nyata di sini dimaksudkan untuk ditindaklanjuti, baik melalui kegiatan kelas maupun melalui proses kelas secara keseluruhan untuk penilaian, pengembangan, dan peninjauan. Perlu dilakukan kajian tentang bagaimana meningkatkan pembelajaran bola voli untuk siswa SMA Arinda Palembang berdasarkan pemaparan masalah sebelumnya.

1.2. Identifikasi Masalah

Menurut latar belakang di atas, masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Banyak siswa yang kesulitan memahami dan menyempurnakan metode pasing, khususnya teknik pasing bawah.
2. Strategi pembelajaran pasing bawah yang kurang berhasil.
3. Ketidakmampuan siswa dalam melakukan pasing bawah bola voli dengan teknik.
4. Pantulan ke dinding untuk meningkatkan kemampuan pasing.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka penelitian ini hanya difokuskan untuk meningkatkan keterampilan pasing bola voli siswa SMA Arinda Palembang dengan menggunakan pantulan dinding.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah: Upaya apa saja yang dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar bola voli pasing bawah siswa SMA Arinda Palembang dengan menggunakan pantulan dinding?.

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah siswa SMA Arinda Palembang semakin mahir dalam melakukan pasing bawah bola voli melalui pantulan dinding.

1.6. Manfaat Penelitian

Keunggulan dari penelitian ini adalah:.

1. Bagi para akademisi, khususnya untuk mempelajari secara langsung inisiatif-inisiatif untuk meningkatkan pembelajaran pasing bawah dengan menggunakan refleksi dinding.
2. Keunggulan Siswa.
 - a. Siswa mampu menyelesaikan pasing bawah dengan akurat dan tepat.

- b. Dapat memberikan pengetahuan kepada siswa tentang suatu permainan, khususnya permainan bola voli.
 - c. Dalam permainan bola voli, khususnya pasing bawah, siswa dapat mendorong motivasi untuk meningkatkan belajar..
3. Keuntungan bagi pendidik.
- a. Membantu pendidik dalam mengasah teknik pembelajaran khususnya bola voli khususnya di kelas XII IPA SMA Arinda Palembang.
 - b. Pendidik dapat mengetahui keterbatasan siswa dalam belajar bola voli.
 - c. Dapat mendorong guru untuk merasa bertanggung jawab atas pengajaran mereka.
 - d. Pendidik mampu memecahkan masalah yang muncul di kelas.
4. Untuk Sekolah.
- Meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani di kelas XII IPA SMA Arinda Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- A Rohendi, E. S. (2018). *Metode Latihan Dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Alfabeta.
- Afandi, dkk (2013). *Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah*. Semarang: UNISSULA PRESS.
- Afdi, R. B., Zulman, Z., & Asmi A. (2019). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Bawah dan Passing Atas Pemain Bola Voli. *Sport Science*, 19(1), 3340.
- Agung Gumelar, Rizki (2019). *Perbandingan Pengaruh Latihan Passing Bawah Berpasangan Dengan Passing Bawah Ke Dinding Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli (Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 18 Kota Tasikmalaya Tahun 2018/2019) (Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi)*.
- Alpian, M. (2017). Upaya Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Materi Bola Voli Passing Bawah Dengan Permainan Bola Gantung Pada Siswa Kelas V SD Negeri 58 Tanjung Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Langsung*, 4(2).
- Amrin, T.M. (2013). *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Arikunto Suharsimi (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Burstiando, R., & Kholis, M. N. (2017). Permainan invasi Dan Permainan Netting Untuk Permainan Invasi Dan Permainan Netting Untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Fundamental Siswa SD Negeri Sekecamatan Mojojoto Kota Kediri. *Sportif*, 3(2), 167-177.
- Candra, Arya T & Mislana (2019). Minat Belajar Mahasiswa Program Studi PJKR Menggunakan Metode Diskusi dalam Proses Perkuliahan.

ALTIUS: Jurnal Ilmu Olahraga & Kesehatan. Volume 8 Nomor 2: 35-44.

Destriana, Syamsuramel, D.E.A. (2021). Kecemasan Dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, 403-412.

Destriani, D., Destriana, D., Switri, E., & Yusfi, H. (2019). The Development Of Volleyball Games Learning For Students. *Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5 (1), 16-28.

Dini Rosdiani. (2015). *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Faizah, S.N. (2017). Hakikat Belajar dan Pembelajaran Silviana, At-Thullab. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*. 1 (2).

Fajri, M. (2019). Pemanfaatan Modifikasi Media Pembelajaran Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas V MI Darul Mukminin. *Genta Mulia*, X(1), 65–83.

Fauzi (2019). Pengaruh Metode Latihan Dinding dan Metode Latihan Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing. *Muara Olahraga*, 2, 218-227. <http://ejournal.stkipmmb.ac.id/index.php/pjkr/article/view/242/149>

Gazali, N. (2016). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bola Voli. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 3(1), 1– 6.

Hanafy, M. S. (2014). Konsep Belajar Dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 17(1), 66-79.

Hanggara, D., & Ilahi, B. R. (2018). Implementasi Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma N 1, 2 Dan 3 Bengkulu Tengah. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 16-22.

- Haris, I. N. (2018). Model Pembelajaran Peer Teaching Dalam Pembelajaran Pendidikan jasmani. *Biomartika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 4(1).1- 10.
- Hasrion, Sari, M., & Gazali, N. (2020). Penelitian Tindakan Kelas: Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Shooting Sepak Bola Melalui Metode Bagian. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 16–24.
- Iyakrus, I. (2019). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius: Jurnal Ilmu*
- Maesaroh, Siti. (2013). Peranan Metode Pembelajaran Terhadap Minat dan Prestasi Belajar Pendidikan Gama Islam. *Jurnal Kependidikan*. Vol. 1 No. 1 November 2013.
- Mashud, M. (2019). Analisis Masalah Guru Pjok Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2), 77–85.
- Masnur, M. (2014). *KTSP Pembelajaran Berbasis Kompetensi Dan Kontekstual*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Meirizal, U. (2012). Nilai-Nilai Olahraga, Dan Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *ALTIUS*, 2(2), 13–25.
- Merpati, T., Lonto, A. L., & Biringan, J. (2018). Kreativitas Guru Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Di Smp Katolik Santa Rosa Siau Timur Kabupaten Sitaro. *Jurnal Civic Education: Media Kajian Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 2(2), 55-61.
- Meutia, R. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Permainan Bola Voli Melalui Variasi Kelas VIII 1 SMPN 4 Siak Hulu Kabupaten Kampar (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Mualimin, & Hari R.A., (2014). *Penelitian Tindakan Kelas Teori dan Praktik*.

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Ganding Pustaka.

- Muntaha, Sidrotul. (2018 November 15). Teknik Dasar Permainan Bola Voli Yang Harus Kamu Ketahui. <https://www.alihamdan.id/teknik-dasar-bolavoli/>. Diakses pada 8 Oktober 2020.
- Nurdyansyah, N., & Fahyuni, E. F. (2016). Inovasi Model Pembelajaran Sesuai Kurikulum 2013.
- Paneo, R. P. (2014). Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Passing Bawah Pada Permainan Bola Voli Melalui Metode Berpasangan Siswa Kelas IV Sdn I Hunggaluwa-Limboto (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Gorontalo).
- Riduwan (2012). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Ruslan, (2015). Olahraga Voli. Depok : PT Optima Intelijensia.
- Rusmanto, Lardika, R. A., & Muspita. (2020). Efektivitas Metode Resiprokal Terhadap Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola: Studi Eksperimen. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 1–8.
- Sardiman. 2018. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta Rineka Cipta. Sugiyono. (2016). *Metode Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suarsana, I. M., & Baan, A. B. (2013). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Dalam Permainan Bola Voli Club Sigma Palu. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 1(3), 1–11.

- Subini, N. 2013. Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. Jogjakarta : Javalitera.
- Sugiyono (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Penerbit : Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. (2019). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Tapo, Y. B. O. (2019). Pengembangan Model Latihan Sirkuit Pasing Bawah T-Desain (Spbt- Desain) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Untuk Tingkat Sekolah Menengah. IMEDTECH (Instructional Media, Design and Technology), 3(2), 18.
- Taufik, M. S., & Gaos, M. G. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Dribbling Sepakbola Dengan Penggunaan Media Audio Visual. Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan), 3(1), 43-54.
- Utami, Fadila Nawang. (2020). Peranan Guru dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa SD. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 2 Nomor 1: 93-101.
- Widaniati, W., Sutisyana, A., & Syafriah, S. Peningkatan Pembelajaran Passing Atas Melalui Media Dinding Pada Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Plus Negeri 7 Kota Bengkulu (Doctoral dissertation, Universitas Bengkulu).
- Widiyatmoko, F. A., & Hudah, M. (2017). Evaluasi Implementasi Pendidikan Nilai Dalam Pembelajaran Penjas. Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran), 3(2), 44–60.
- Wijaya, Rasman Sastra. 2015. Hubungan Kemandirian dengan Aktivitas Belajar Siswa. Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling. Vol. 1 No. 3, September 2015.

Winarno, M,E, et. al. (2013). Teknik Dasar Bermain Voli, Malang: Universitas Negeri Malang. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.