

Analisis Kemampuan Siswa Putri Yang Rendah Terhadap Mempelajari Permainan Bola Volly Dalam Passing Bawah

Anof Bernike¹, Samsuddin Siregar², Aulia Rahman³, Mhd Rizki Affandi⁴

^{1,2,3,4} Universitas Negeri Medan

e-mail: anofbangun@gmail.com samsuddinsiregar@unimed.ac.id auliarahmannn03@gmail.com rizkiaffandi368@gmail.com

Article Info

Article history:

Received 27-09-2024

Revised 14-10-2024

Accepted 21-10-2024

Keyword: *Kemampuan dan Bola Voly*

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat teknik dasar kemampuan siswa putri yang rendah terhadap kemampuan permainan bola voly dalam passing bawah. Metode Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). PTK merupakan salah satu dari action research atau penelitian tindakan yang digunakan untuk mengidentifikasi penyebab suatu permasalahan di kelas dan memberikan solusi atas permasalahan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan siswa perempuan kelas XI Smk Swasta Bandung yang belum optimal dalam melakukan permainan bola voli perlu upaya lebih lanjut untuk meningkatkan kemampuan Siswa Putri Yang Rendah terhadap Mempelajari Permainan Bola Volly Dalam Passing Bawah



©2023 Authors. Published by Sabajaya Publisher. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pembelajaran secara menyeluruh dan berkembang, dimana penjaskes sebagai media untuk mendorong keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu salah satunya mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya pada dasarnya pendidikan jasmani itu sendiri merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani, dimana mencakup keterampilan dan perkembangan gerak dari berbagai cabang olahraga salah satunya permainan bola voli.

Bola voli merupakan cabang olahraga permainan beregu, maka antara pemain harus bekerja sama dan saling mendukung agar menjadi regu yang kompak (Pahrian, 2017) Dengan demikian untuk menjadi regu atau tim yang kompak maka antar pemain harus menguasai teknik dasar permainan bola voli secara individual (Purba, 2020). Selanjutnya Menurut (Nugraha, 2010) bola voli adalah cabang olahraga permainan yang di mainkan oleh dua grup berlawanan masing-masing grup memiliki enam orang pemain". Tujuan dari permainan bola voli ini adalah memenangkan permainan dengan cara memantapkan bola di daerah lawan dan menjaga bola

.Selanjutnya Menurut (Wulandari, 2022) mengatakan "bolavoli adalah olahraga yang ditandai dengan gerakan- gerakan yang umum seperti melompat, pukulan lengan dan perpindahan yang pendek. Serangan dan memblokir sangat penting dalam permainan bolavoli untuk mencapai kemenangan dalam kompetisi tingkat tinggi".

Melihat hal tersebut Dengan demikian maka perlu keterampilan dalam melakukan belajar gerak atau belajar melalui gerakan yang harus sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak/peserta didik. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis maupun keterampilannya. Hal ini dimaksud adalah ketepatan dan kontrol salah satunya pada teknik passing bawah.

Teknik passing yang dilakukan mengutamakan ketepatan saat passing. Siswa kelas XI SMK Swasta Bandung pada saat melakukan passing bawah banyak siswa yang belum optimal dalam teknik

dasar permainan bola voli Contohnya ada siswa saat passing bawah bola tidak sampai pada teman yang menjadi pasangan passing dan ada siswa yang belum bisa dalam melakukan passing bawah yang benar, dan kurangnya minat siswa. Berdasarkan latar belakang dibawah maka penelitian tertarik melakukan penelitian yang berjudul : Analisis kemampuan passing Bawah Bola Voli pada siswa Ekstrakurikuler XI SMK SWASTA BANDUNG.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK). PTK merupakan salah satu dari action research atau penelitian tindakan yang digunakan untuk mengidentifikasi penyebab suatu permasalahan di kelas dan memberikan solusi atas permasalahan tersebut (Jefri, 2019)

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa PTK adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas proses pembelajaran di kelas, sehingga hasil belajar siswa dapat ditingkatkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian ini mengetahui tingkat kemampuan siswa perempuan kelas XI SMK SWASTA BANDUNG yang memiliki kemampuan melakukan passing bawah pada permainan bola voli. (Ahmadi, 2007) teknik melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:

1. Persiapan
 - a. Bergerak kearah datangnya bola dan atur posisi tubuh.
 - b. Genggam jemari tangan.
 - c. Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar.
 - d. Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
 - e. Bentuk landasan dengan lengan.
 - f. Sikut terkunci.
 - g. Lengan sejajar dengan paha.
 - h. Pinggang lurus.
 - i. Pandangan kearah bola.
2. Pelaksanaan
 - a. Terima bola didepan badan.
 - b. Kaki sedikit diulurkan.
 - c. Berat badan dialihkan kedepan.
 - d. Pukullah bola jauh dari badan.
 - e. Pinggul bergerak kedepan.
 - f. Perhatikan bola saat menyentuh lengan, perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.
3. Gerakan lanjutan
 - a. Jari tangan tetap di genggam.
 - b. Sikut tetap terkunci.
 - c. Landasan mengikuti bola ke sasaran.
 - d. Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
 - e. Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

Table 1. Pengamatan Lapangan

No	Kesalahan	Jumlah Siswa
1.	Kedua lengan rapat	4
2.	Posisi badan siap pada saat mau menerima bola	3
3.	Perkenaan bola tepat pada bagian tangan	6

4.	Mereka tenang dalam mengayunkan tangan sebelum bola datang	2
5.	Memindahkan berat badan kearah sasaran	9
6.	Tidak menyentak untuk memukul bola yang mengakibatkan bola tidak terarah.	2
JUMLAH SISWA:		20

Jadi dari 20 siswa yang kami analisis hanya sedikit siswi yang memiliki dalam mempelajari passing bawah dalam permainan bola volly. Terdapat alasan alasan yang berbeda pada setiap siswi yang membuat kemampuan minat mereka rendah dalam mempelajari bola volly antara lain : 1. Mereka banyak mengeluh karena tangan mereka sakit pada saat melakukan passing bawah, 2. Metode pembelajaran guru yang kurang menyenangkan pada saat mengajar yang membuat para siswi merasa bosan, 3. Mereka takut salah pada saat pembelajaran berlangsung yang membuat mereka tidak ingin mencoba dan belajar, 4. Tidak adanya motivasi dari guru kepada murid yang tidak bisa melakukan passing sehingga mereka tidak bersemangat untuk belajar, 5. Sarana dan Prasarana yang kurang memadai pada saat pembelajaran bola volly.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari penelitian terhadap Siswa kelas XI SMK Swasta Bandung tingkat kemampuan passing bawah bola voli kelas kelas XI SMK Swasta Bandung, berdasarkan dari 20 siswa yang kami analisis terdapat beberapa kategori “Kedua lengan tidak dirapatkan” dengan jumlah (20 siswa), kategori “kedua lengan tidak dikeraskan” dengan jumlah (4) siswa, kategori “perkenaan bola terkena pada bagian telapak tangan” dengan jumlah (6) siswa, kategori “lengan terlalu tinggi saat menerima bola” dengan jumlah (6) siswa, dan kategori “kepercayaan diri yang rendah” dengan jumlah (5) siswa. Kedua lengan rapat berjumlah 4 siswa, Posisi badan siap pada saat mau menerima bola berjumlah 3 siswa, Perkenaan bola tepat pada bagian tangan berjumlah 6 siswa, Mereka tenang dalam mengayunkan tangan sebelum bola datang berjumlah 2 siswa, Memindahkan berat badan kearah sasaran berjumlah 9 siswa, Tidak menyentak untuk memukul bola yang mengakibatkan bola tidak terarah berjumlah 2 siswa.

REFERENCES

- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. . Surakarta: : Era Pustaka Utama.
- Jefri, J. (2019). Penerapan Model Talking Stick Untuk Meningkatkan Partisipasi Belajar Siswa Pada Pembelajaran Sosiologi Kelas X IPS 1 SMA Negeri 3 Bukittinggi. *Jurnal Perspektif*, 2(3), 125-132. <https://dx.doi.org/10.24036/perspektif.v2i3.75>.
- Nugraha, R. A. (2010). *Mengenal aneka cabang olahraga*. Bekasi: : PT. Cahaya Pustaka Raga.
- Pahrian, A. &. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola voli. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP mataram*, 4(2), 66-69.
- Purba, R. W. (2020). *Pengaruh Variasi Latihan Passing Bawah Terhadap Ketepatan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Putri Kelas Vii Smp Negeri 33 Sarolangun*. Universitas Jambi.
- Wulandari, R. S. (2022). Analisis Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli Pada Klub Siswi Di Smp Negeri 19. *Educative Sportive*, 3(02), 46-50.