

# UPAYA PENINGKATAN PASSING BAWA BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI BOLA PADA PESERTA DIDIK SMA IBNU MAS'UD PUTRI

Mariana Santika<sup>1</sup>, Hegen Dadang Prayoga<sup>2</sup>, Ahmad Maulana<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Prodi (S-1) Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Kalimantan MAB

<sup>2,3</sup> Dosen Prodi (S-1) Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Kalimantan MAB  
Jalan Adhyaksa No. 2, Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70123

E-mail: [Marianasantika97@gmail.com](mailto:Marianasantika97@gmail.com)

## ABSTRAK

### **Kata Kunci : Passing Bawah, Bola Voli, Modifikasi Bola**

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang banyak digemari oleh kalangan masyarakat, baik remaja maupun dewasa. Permainan bolavoli tidak hanya dimainkan di kalangan masyarakat tapi juga dimainkan di kalangan pelajar mulai Sekolah Dasar hingga tingkat Menengah Atas. Bolavoli merupakan permainan beregu yang mana masing-masing regu terdiri dari 6 orang pemain dan dibatasi oleh net. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa jenis teknik dasar yang meliputi: passing bawah, passing atas, servis, *block*, dan teknik *smash*. Passing merupakan teknik dasar bolavoli yang berfungsi untuk memainkan bola dengan teman seрегunya dalam lapangan permainan sendiri. Disamping itu juga, passing sangat berperan untuk mendukung penyerangan atau smash.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif, metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan (*action research*). Aksi (*action*) dalam PTK olahraga sangat berbeda dengan *treatment* dalam eksperimen. Aksi PTK itu disusun dengan lentur dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi, bahkan segala perubahan akibat.

Populasi dalam penelitian yaitu pada peserta didik SMA Ibnu Mas.ud Putri Adapun yang menjadi subyek dalam penelitian ini, yaitu peserta didik kelas IV SMA Ibnu Mas.ud Putri yang berjumlah 19 peserta didik terdiri dari 10 putera dan 9 puteri, dengan teknik pengambilan *purposive* sampel. Karena dengan tujuan tertentu hanya kelas IV saja yang dijadikan sampel

Berdasarkan hasil penelitian serta refleksi, maka dapat disimpulkan bahwa Hasil yang didapat dari tindakan yang diberikan dan observasi dikumpulkan dan dianalisis pada tahap ini, sehingga dapat disimpulkan dari tindakan yang dilakukan dari hasil tes ternyata dengan memodifikasi bola voli dengan bola karet dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli pada peserta didik SMA Ibnu Mas.ud Putri. Berdasarkan dari data 16 subyek yang berjenis kelamin Laki-laki sebanyak 10 orang dan berjenis kelamin Perempuan sebanyak 6 orang dengan tingkat keberhasilan secara keseluruhan 84.21% atau sebanyak 12 subyek.

## ABSTRACT

### **Keywords: Learning Achievement, Physical**

Volleyball is a sport that is much loved by people, both teenagers and adults. Volleyball games are not only played among the public but are also played among students from elementary school to high school level. Volleyball is a team game in which each team consists of 6 players and is limited by a net. In volleyball games there are several types of basic techniques which include: under passing, over passing, serving, blocking, and smash techniques. Passing is a basic volleyball technique that functions to play the ball with a teammate on its own playing field. Besides that, passing plays a very important role in supporting attacks or smashes.

This study uses a qualitative approach with a descriptive type, quantitative research method is a research method based on the philosophy of positivism, used to examine certain populations or samples. The research method used is the action research method. The action in sports CAR is very different from the treatment in experiments. PTK's actions are prepared flexibly and adapted to circumstances and conditions, even any changes in the consequences.

The population in the study was the students of Ibnu Mas.ud Putri High School. The subjects in this study were the fourth grade students of Ibnu Mas.ud Putri High School, totaling 19 students consisting of 10 boys and 9 girls, using a purposive sampling technique. . Because with a certain purpose only class IV is used as a sample

Based on the results of the research and reflection, it can be concluded that the results obtained from the actions given and observations were collected and analyzed at this stage, so that it can be concluded from the actions taken from the test results that modifying the volleyball ball with a rubber ball can improve the learning outcomes of underhand passing. volleyball for the students of Ibnu Mas.ud Putri High School. Based on data from 16 subjects, 10 male sex and 6 female sex subjects with an overall success rate of 84.21% or 12 subjects.

3) pengamatan, dan 4) refleksi.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian serta refleksi, maka dapat disimpulkan bahwa Hasil yang didapat dari tindakan yang diberikan dan observasi dikumpulkan dan dianalisis pada tahap ini, sehingga dapat disimpulkan dari tindakan yang dilakukan dari hasil tes ternyata dengan memodifikasi bola voli dengan bola karet dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli pada peserta didik SMA Ibnu Mas.ud Putri. Berdasarkan dari data 16 subyek yang berjenis kelamin Laki-laki sebanyak 10 orang dan berjenis kelamin Perempuan sebanyak 6 orang dengan tingkat keberhasilan secara keseluruhan 84.21% atau sebanyak 12 subyek.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Alex MA. 2013. *Kamus Saku Bahasa Indonesia*. Jakarta: Tamer Press.
- Agus Kristyanto, *Penelitian Tindakan Kelas*. 2014. Surakarta: UNS Press
- Hartomo, dan Widastuti, Endang. 2010. *Permainan Bola Besar*. Semarang: Aneka Ilmu.
- H. Atma. 2016. *Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Tungkai dan Koordinasi Mata Tangan terhadap kemampuan passing bawah Bola Voli Siswi SMP Negeri 2 Pujananting Kabupaten Barru*.S2 thesis, Universitas Negeri Makassar.
- Ismaryati. 2006. *Tes & Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Harsuki, 2010. *Manajemen Olahraga*, Surabaya : Unesss press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mujianto Sufyar, 2010. *Fasilitas dan Perlengkapan Penjas (Modul)*. (Bandung: Jurusan Pendidikan Olahraga FPOK UPI.
- Nanda Yudip. 2014. <http://himakepsda.blogspot.co.id/2014/04/anatomi-fisiologi-ekstermitas-atas.html?m=1>
- Nurhasan. 2007. *Modul Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

- Nurhasan. 2011. *Tips Praktis Menjaga Kebugaran Jasmani*. Gresik: Abil Pustaka.
- Samsudin, 2014 *Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.
- Sugiyono. 2010. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Revisi JPOK FKIP ULM. 2014. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM Banjarbaru Kalimantan Selatan.
- Tim Revisi JPOK FKIP ULM. 2014. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Banjarbaru: JPOK FKIP ULM Banjarbaru Kalimantan Selatan.
- Widyastuti . 2015. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Januari