

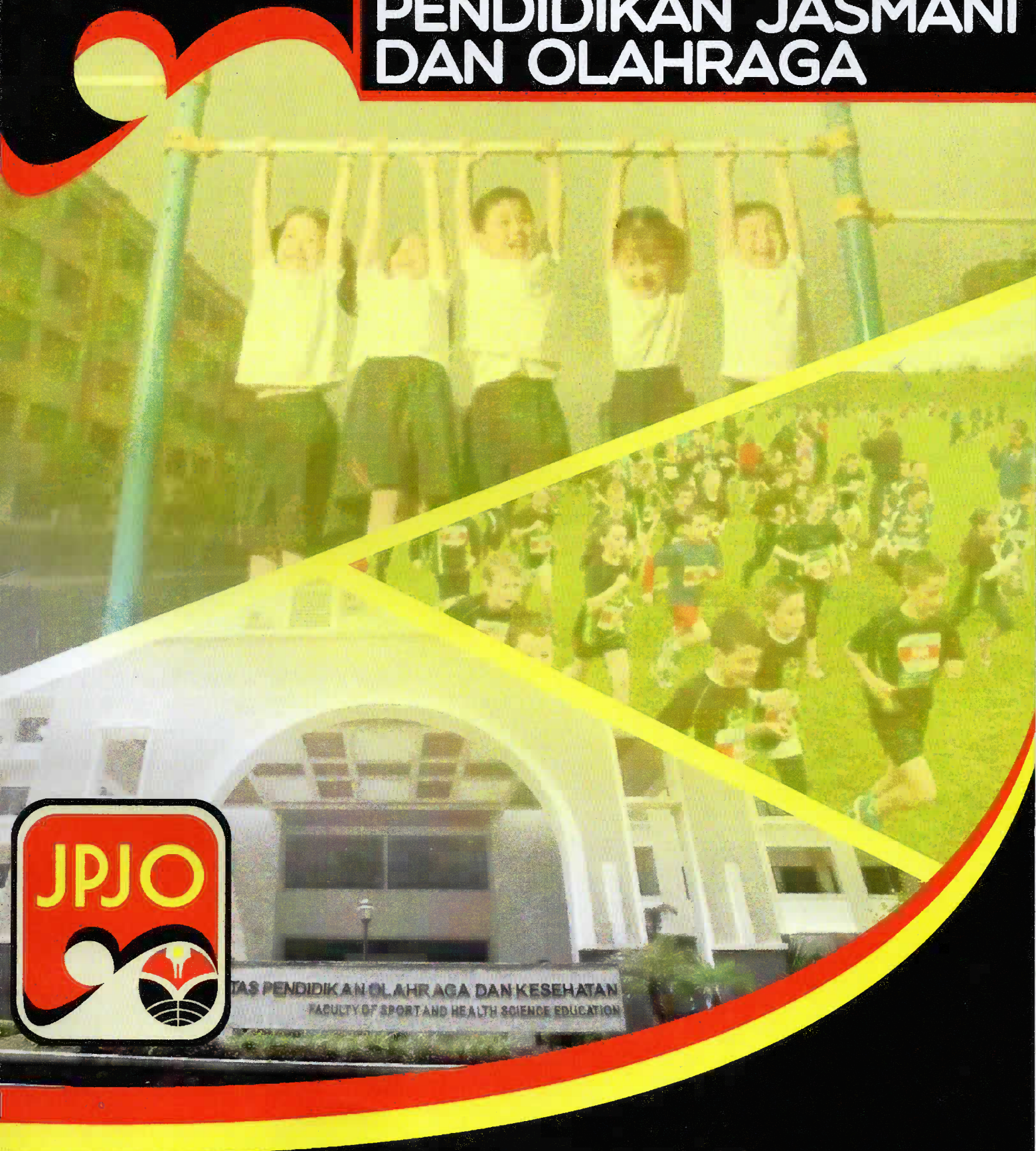
Volume 3 Nomor 2 September 2018

p-ISSN : 2085-6180
e-ISSN : 2580-071X

JPJO

JURNAL

PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA



DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA



JURNAL PEDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

J. pendidik. jasmani olahraga

pISSN 2085-6180 eISSN 2580-071X

EDITORIAL TEAM

Chief Editor

Eka Nugraha, Universitas Pendidikan Indonesia

Vice Chief Editor

Dian Budiana, Universitas Pendidikan Indonesia

Advisory Editorial Boards

Adang Suherman, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Agus Mahendra, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Amung Ma'mun, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Asep Suharta, Universitas Negeri Medan, Indonesia

Beltasar Tarigan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Jo-Ann Y Solomon, University of The Immaculate Conception, Philippines

Rene M Babiera, University of the Immaculate Conception, Philippines

Syahrudin, Universitas Negeri Makasar, Indonesia

Vergara A. Lordinio, Philippines Normal University, Philippines

Winarno W, Universitas Negeri Malang, Indonesia

Yudy Hendrayana, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Yunyun Yudiana, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Yusup Hidayat, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Reviewers

Agus Rusdiana, Universitas Pendidikan Indonesia

Anung Priambodo, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Bambang Abdul Jabar, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Caly Setiawan, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Didin Budiman, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Hamidie Ronald Daniel Ray, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Intan Mauli warma Dewi, Universitas Padjajaran, Indonesia

Komarudin Komarudin, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Kuston Sultoni, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Mesa Rahmi Stephani, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Nurlan Kusmaedi, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Ricky Wibowo, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Section Editor

Ricky Wibowo, Universitas Pendidikan Indonesia

Gano Sumano, Universitas Pendidikan Indonesia

Layout Editor

Bayu Erlangga, Universitas Pendidikan Indonesia

Guntur Ibrahim, Universitas Pendidikan Indonesia

Ikman Maulana, Universitas Pendidikan Indonesia

Rani Meidiati, Universitas Pendidikan Indonesia



Editorial Address :

Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga
Faculty of Sport and Health Education, Universitas Pendidikan Indonesia.

Jl. Dr. Setiabudi No. 229 40154

Phone: (022) 70902870

e-mail: jpjo@upi.edu / pgsd_penjas@upi.edu

JPJO website : <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/index>



Focus and Scopes

Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO), peer-reviewed journal (print and online) published by Departemen Pendidikan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, which was founded in 2009 and regularly publish online since 2016. It publishes articles of a high standard on various aspects of the Physical Education covering a number of disciplinary bases, including instructional models; teaching approach in Physical Education; Teaching Style in Physical Education; Teaching method in Physical Education; Content and curriculum knowledge in Physical Education; Children and Context knowledge in Physical Education; other disciplinary perspectives on Sport Education. The journal is published in Bahasa and English. Accepted papers will immediately appear online followed by print-ed in hard copy. The e-journal provides free and open access to all of its content on our website. This journal is Nationally Accredited by Directorate General of Higher Education according to the decree No.: 21/E/KPT/2018 with Third Grade at July 2018 by Ministry of National Education, Indonesian.

Contents

- Hybridizing Teaching Personal Social Responsibility (TPSR) and Problem Based Learning (PBL) in Physical Education**
Nur Indri Rahayu, Adang Suherman, Bambang Abdul Jabar (*Universitas Pendidikan Indonesia*) 101-111
- Leadership, Decision Making: Mediating Role of Coaches Empowerment toward Athlete Achievement**
Heri Yusuf Muslihini (*Universitas Pendidikan Indonesia Indonesia Kampus Tasikmalaya*) 112-121
- Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Kemampuan Konsentrasi dan Respon Kortisol**
Nuryadi, Jajat Darajat KN, Tite Juliantine, Didin Budiman, Suherman Slamet, Agus Gumilar (*Universitas Pendidikan Indonesia*) 122-128
- Potensi Konsumsi Kunyit dalam Rangka Meningkatkan Performa Olahraga melalui Peningkatan Mitokondria Biogenesis Otot Skelet**
Hamidie Ronald Daniel Ray, Kazumi Masuda (*Universitas Pendidikan Indonesia, Kanazawa University, Jepang*) 129-135
- Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Dapatkah Pendekatan Saintifik Meningkatkan Konsentrasi dan Kecerdasan Spasial Siswa Sekolah Dasar yang Tinggal di Daerah Pegunungan**
Beltasar Tarigan, Yudy Hendrayana, Kurnia Eka Wijayanti (*Universitas Pendidikan Indonesia*) 136-141
- Pengaruh Penerapan Teknik Rileksasi Terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi Siswa**
Jajat Darajat Kusuma Negara, Titik Syadiah (*Universitas Pendidikan Indonesia*) 142-147
- Aktivitas Fisik yang Tinggi Dapat Mengatasi Obesitas Sentral**
Titing Nurhayati, Putri Halleyana, Astrid Feinisa, Rahma Kharunnisa, M. Afif Aulia, M. Hasan Bashari, Dimas Erlangga L, Hermin Aminah U, Rani Septrina, Deshita Rimadania, Diki Ginanjar N, Pipih Pitriani, Aldy Riofany, Dede Rina A, Grace D'Olivia, M. Rizki Wibawa, Putri Sekar U (*Universitas Padjadjaran, Indonesia*) 148-152
- Pengembangan Model Pembelajaran Seni Gerak Pencak Silat Berbasis Aplikasi Android**
Iis Marwan (*Universitas Siliwangi*) 153-160
- Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli melalui Permainan 3 on 3 pada Siswa Sekolah Dasar**
Tri Bagus Agiasta Subekti, Yulingga Nanda Hanief, Hendra Mashuri (*Universitas Nusantara PGRI Kediri*) 161-166

Analisis Karakteristik Permainan Bulutangkis Tunggal Putra dan Tunggal Putri

Nugroho Agung Supriyanto, Ainur Rasyid (*STKIP PGRI SUMENEP*)

167-171

Optimalisasi Teknik Recovery untuk Pemain Sepakbola

Rubbi Kurniawan, Amjad Elfarabi (*IKIP Budi Utomo*)

172-177

Perancangan dan Pembuatan Shuttlecock Launcher untuk Memenuhi Kebutuhan Pelatihan Olahraga Bulutangkis

Kusnaedi, Tommy Apriantonoi, Didi Sunadi (*Sekolah Farmasi, Institut Teknologi Bandung*)

178-187



Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli melalui Permainan 3 on 3 pada Siswa Sekolah Dasar

Tri Bagus Agiasta Subekti¹, Yulingga Nanda Hanief¹, Hendra Mashuri¹

¹Universitas Nusantara PGRI Kediri

Info Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima Agustus 2018

Disetujui Agustus 2018

Dipublikasikan September 2018

Keywords :

Hasil belajar, passing, bolavoli, permainan 3 on 3.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan permainan 3 on 3 terhadap peningkatan hasil belajar passing bawah permainan bolavoli. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas. Subjek dalam penelitian yaitu berjumlah sebanyak 37 orang siswa kelas V Sekolah Dasar. Penelitian ini dilakukan dalam tiga siklus, dengan menggunakan instrumen berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, lembar observasi siswa, kuisisioner, dan hasil belajar siswa. Hasil penelitian ini adalah adanya peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli siswa kelas V Sekolah Dasar melalui permainan 3 on 3 dengan jumlah prosentase 82% yang tergolong tinggi dalam klasifikasi prosentase ketuntasan.

Abstract

The purpose of this study is to determine the implementation of game 3 on 3 to improve learning outcomes under passing the volleyball game. This study uses a Classroom Action Research approach. The subject of this research is amounted 37 students of class V of elementary school. This research was conducted in three cycles, using instruments in the form of Learning Implementation Plans, student observation sheets, questionnaires, and student learning outcomes. The results of this study were an increase in learning outcomes under passing the volleyball game students of class V of elementary school through the game 3 on 3 with a percentage of 82% classified as high in the percentage percentage of completeness.

© 2018 JPJO

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik guna memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup (Hanief & Sugito, 2015). Namun, perkembangan teknologi yang semakin canggih, menyebabkan beberapa elemen kehidupan bergeser. Tidak sedikit siswa sekolah dasar yang asyik dengan *game online*, *playstation*, *smartphone* dan beberapa teknologi canggih lainnya. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor. Keadaan ini menjadi pekerjaan rumah (PR) bagi guru, terutama guru penjasorkes.

Pendidikan jasmani dianggap sebagai mata pelajaran yang paling tepat untuk keluar dari situasi saat ini. Materi yang disampaikan guru melalui aktivitas gerak, akan memaksa siswa lepas dari berbagai macam gadget. Sehingga guru harus mampu mendesain materi pelajaran agar menarik perhatian siswa dan mengalahkan ketertarikan siswa pada gadget. Sesuai dengan karakteristik siswa SD, 6 – 12 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa (Arifin, 2017).

Anak usia sekolah dasar sedang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dimana anak usia sekolah dasar mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangan. Maka dari itu diperlukan bimbingan dan perhatian khusus, terutama dari guru pendidikan jasmani yang didaulat untuk membina siswa dalam mengajar kemampuan gerak dasar (Fadilah & Wibowo, 2018). Guru pendidikan jasmani perlu memiliki bekal pengetahuan tentang karakteristik peserta didik dan keterampilan dalam memformulasikan metode atau model pembelajaran yang dapat mendukung tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani itu sendiri (Suherman, 2016).

Penyusunan materi pembelajaran pendidikan jasmani hendaknya berdasarkan karakteristik siswa sekolah dasar. Ciri yang paling dominan pada siswa sekolah dasar adalah bermain, maka guru juga dituntut untuk dapat mendesain materi pembelajaran menjadi sebuah per-

mainan. Bermain mempunyai keterkaitan dengan pendidikan. Keterkaitan itu salah satunya adalah makna bermain dalam pendidikan. Jadi bermain juga mengandung unsur pendidikan, dimana dalam melakukan permainan bisa melatih anak untuk lebih kreatif dalam menentukan sesuatu atau tindakan, mengembangkan daya tangkap serta imajinasinya, dapat bekerja sama, melatih kejujuran meningkatkan jiwa sosial.

Bermain bagi anak usia enam sampai dengan 12 tahun merupakan cara efektif untuk belajar (Pangestutik, H, & R.A., 2018). Pembelajaran yang dirancang dalam bentuk permainan bertujuan untuk memenuhi hasrat gerak siswa yang di dalamnya terdapat unsur belajar, terlebih dalam mengikuti aktivitas belajar banyak hal yang dirasakan oleh para siswa mulai dari perubahan situasi lingkungan, teman baru, suasana pergaulan dalam konteks bermain yang menyenangkan, hingga situasi kedisiplinan dan tanggung jawab yang kadang dirasakan begitu mengikat atau dengan kata lain bermain sambil belajar (Pambudi & Pramudana, 2016).

Salah satu materi pendidikan jasmani di sekolah dasar yang dapat disajikan dalam bentuk permainan adalah bolavoli. Aspek penting dan dominan dalam pembelajaran permainan bolavoli adalah penguasaan gerak (Suherman, 2016). Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak di sekolah dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah dunia bermain (Hanief & Sugito, 2015). Salah satu permainan yang dapat diaplikasikan dalam permainan bolavoli adalah permainan 3 on 3. Permainan 3 on 3 merupakan permainan bolavoli yang di modifikasi sedemikian rupa dari jumlah pemain, ukuran lapangan dan tinggi net dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli (Indriyani, 2011). Permainan ini diharapkan mampu menjadi solusi yang saat ini menjadi permasalahan pada siswa.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti dengan wawancara dan diskusi dengan salah satu guru di SD Negeri Bangkok 2, peneliti menemukan beberapa temuan sehingga siswa sulit menguasai materi passing bawah bolavoli. Para siswa lebih tertarik apabila guru menyampaikan materi sepakbola. Sementara jika guru menyampaikan materi permainan bolavoli, mereka tertunduk lesu dan ogah-ogahan. Seringkali siswa putr memainkan bola voli dengan kaki, padahal hal itu tidak diperkenankan. Hal itu berdampak pada nilai belum

tuntas yang diperoleh peneliti melalui guru di SD Negeri Bangkok 2. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk menemukan suatu jalan keluar agar siswa dapat mengikuti materi permainan bolavoli dengan penuh semangat seperti halnya para siswa mendapatkan materi sepakbola. Peneliti ingin menerapkan permainan 3 on 3 melalui sebuah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan berkolaborasi dengan guru penjas SD Negeri Bangkok 2.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pelaksanaan PTK dilaksanakan melalui tiga siklus untuk melihat peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli dan aktivitas siswa dalam mengikuti mata pelajaran penjasorkes melalui permainan 3 on 3. Pelaksanaan PTK terdapat 4 (empat) komponen pokok yang menunjukkan langkah-langkah (1) Perencanaan; (2) Tindakan; (3) Pengamatan; (4) Refleksi (Iskandar, 2011).

Subyek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Bangkok 2 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri tahun ajaran 2018-2019 dengan jumlah siswa 37 siswa yang terdiri dari 21 laki-laki dan 16 perempuan.

Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini terdiri dari tes, pengamatan, ujian, dan observasi. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil tes passing bawah bolavoli siswa secara individu selama 60 detik. tes tersebut digunakan untuk untuk mengungkap aspek psikomotor dengan mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan passing bawah bolavoli. Pengamatan digunakan untuk mendapatkan data keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar yang meliputi aspek afektif. Ujian menggunakan butir soal/ instrumen soal untuk mengukur hasil belajar siswa yang meliputi aspek kognitif.

Analisa data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif akan digunakan untuk menganalisis data hasil observasi yang digunakan untuk menjangkau aktivitas belajar siswa dan

kinerja guru dalam proses pembelajaran. Sementara analisis kuantitatif digunakan untuk mendeskripsikan hasil belajar siswa dalam hubungannya dengan penguasaan materi pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pembelajaran ini dilaksanakan selama III siklus, tiap siklus dilakukan 1 kali pertemuan. Pada setiap siklus dilakukan pengamatan baik dari aspek afektif maupun kognitif. Untuk aspek psikomotor dilakukan tes pada tiap siklus. Proses penelitian diawali guru sebagai peneliti melakukan observasi terhadap proses pembelajaran passing bawah pada siswa kelas V SD Negeri Bangkok 2 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri, dalam observasi tersebut ditemukan bahwa masih banyak siswa yang belum mampu melakukan passing bawah dengan benar, selain itu juga motivasi siswa untuk melakukan pembelajaran passing bawah masih rendah. Selanjutnya guru sebagai peneliti melakukan upaya peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli pendekatan permainan 3 on 3.

Dalam penelitian ini dilakukan III siklus dengan 1 kali pertemuan di setiap siklusnya dan ada 3 aspek yang diteliti. Yang pertama adalah aspek psikomotor berkaitan dengan ketrampilan gerak siswa, pada aspek ini yang menjadi kriteria penilaian yaitu test passing bawah individu, passing bawah dengan tembok, passing bawah dengan teman, passing bawah melewati net. Kedua adalah aspek afektif berkaitan dengan sikap dan perilaku siswa dalam pembelajaran. Aspek yang dinilai yaitu meliputi kedisiplinan, kejujuran, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas dan mematuhi aturan yang berlaku. Dan terakhir adalah aspek kognitif berkaitan dengan pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran.

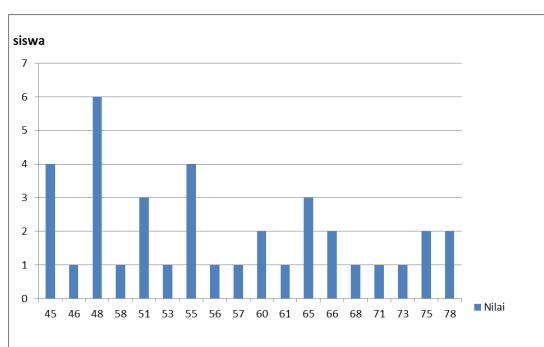
Setelah peneliti mendeskripsikan tentang penelitian maka peneliti akan menjabarkan hasil temuan PTK yaitu upaya peningkatan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui pendekatan permainan 3 on 3 pada siswa kelas V SD Negeri Bangkok 2 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri sebagai berikut.

Siklus I

Tabel 2. Hasil Penilaian Siswa dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus I

Nilai Maksimal	78
Nilai Minimal	45
Standart Deviasi	10,20
Rata-rata	57,54
Jumlah	2129
Prosentase	10%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pada siklus I, nilai maksimal yang diperoleh siswa sebesar 78, sementara nilai minimal sebesar 45 dengan nilai rata-rata 57,54 serta prosentase ketuntasan sebesar 10%. Apabila dipaparkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Perolehan Nilai Siswa Dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus I

Hasil pengamatan terhadap guru pada siklus I yaitu, guru belum terbiasa dalam menerapkan permainan 3 on 3 pada materi passing bawah bolavoli, sehingga materi yang disampaikan oleh guru kurang maksimal. Sedangkan hasil pengamatan pada siswa, masih banyak siswa yang belum mampu menunjukkan kemampuan passing bawah bolavoli dengan klasifikasi passing bawah individu, passing bawah dengan tembok, passing bawah dengan teman, dan passing bawah melewati net yang diberikan oleh guru. Sehingga guru mengambil langkah terhadap apa saja yang menjadi faktor penghambat pada siklus I, diantaranya tindakan yang akan diaplikasikan pada siklus II. Pada tindakan selanjutnya, Guru akan mempelajari lebih dalam model permainan 3 on 3 sehingga tidak akan terjadi lagi guru mengalami kesulitan dalam menerapkan permainan. Guru akan

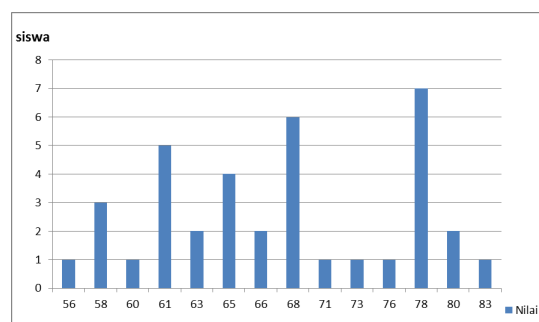
lebih memotivasi dan membimbing secara intensif siswa yang mengalami kesulitan.

Siklus II

Tabel 2. Hasil Penilaian Siswa dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus II

Nilai Maksimal	83
Nilai Minimal	56
Standart Deviasi	7,62
Rata-rata	68,37
Jumlah	2530
Prosentase	29%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pada siklus II, nilai maksimal yang diperoleh siswa sebesar 83, sementara nilai minimal sebesar 56 dengan nilai rata-rata 68,37 serta prosentase ketuntasan sebesar 29%. Jika dibandingkan dengan siklus I, pada siklus II mengalami peningkatan. Apabila dipaparkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Perolehan Nilai Siswa Dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus II

Hasil observasi pada siklus II menunjukkan adanya peningkatan. Meningkatnya aktifitas peserta didik dalam proses pembelajaran didukung oleh meningkatnya aktivitas guru dalam mempertahankan dan meningkatkan suasana pembelajaran. Guru sudah mengimplementasikan rencana yang telah disusun sebagai hasil dari refleksi pada siklus I. Guru juga sudah melakukan evaluasi baik secara individu maupun secara kelompok.

Meningkatnya aktifitas pembelajaran siswa dalam melaksanakan evaluasi terhadap kemampuan peserta didik menguasai materi pelajaran. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata siklus I 57,54 meningkat pada siklus II menjadi 68,37. Dengan jumlah siswa tuntas 10% pada siklus I menjadi 29% pada siklus II meski mengalami

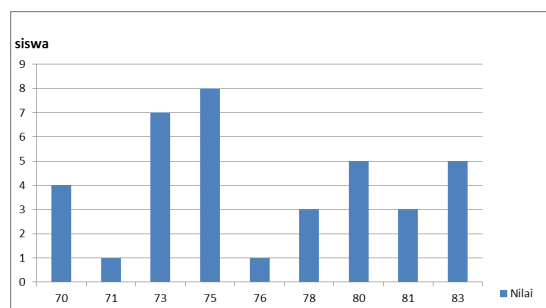
peningkatan namun hasil aktivitas pembelajaran siswa masih tergolong rendah. Untuk memperbaiki dan mempertahankan keberhasilan yang telah dicapai pada siklus II, maka guru sebagai peneliti membuat perencanaan pembelajaran pada siklus III. Pada tindakan selanjutnya, guru memodifikasi aturan skor pertandingan, semula tim akan menang manakala sudah memperoleh 25 poin. Selain itu, guru menurunkan menjadi 18 dengan alasan agar siswa tidak merasa kelelahan, sehingga tujuan awal agar siswa dapat menguasai teknik dasar passing bawah bolavoli dapat tercapai. Kemudian guru juga memberikan hadiah bagi siswa yang memenangkan pertandingan.

Siklus III

Tabel 3. Hasil Penilaian Siswa dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus III

Nilai Maksimal	89
Nilai Minimal	69
Standart Deviasi	4,16
Rata-rata	76,48
Jumlah	2830
Prosentase	82%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pada siklus II, nilai maksimal yang diperoleh siswa sebesar 89, sementara nilai minimal sebesar 69 dengan nilai rata-rata 76,48 serta prosentase ketuntasan sebesar 82%. Jika dibandingkan dengan siklus II, pada siklus III mengalami peningkatan. Apabila dipaparkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 3. Perolehan Nilai Siswa Dalam Proses Aktivitas Belajar Siklus III

Indikator keberhasilan penelitian ini ditentukan oleh adanya peningkatan hasil belajar tiap siklus dan adanya

keberhasilan secara klasikal yang ditunjukkan dengan besarnya prosentase kelulusan klasikal sebesar $\geq 80\%$. Siklus III menunjukkan bahwa secara klasikal prosentase kelulusan menunjukkan angka sebesar 82%. Hal ini berarti, permainan 3 on 3 telah berhasil meningkatkan hasil belajar passing bawah permainan bolavoli pada siswa kelas V SD Negeri Bangkok 2 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri.

Peningkatan yang terjadi baik pada siklus II maupun siklus III tak lepas dari penerapan permainan 3 on 3. Permainan 3 on 3 merupakan suatu pendekatan dalam proses pembelajaran yang dikonsep dalam bentuk permainan dimana didalamnya dijelaskan mengenai teknik maupun taktik yang akan diberikan dengan menggunakan suatu permainan yang dimodifikasi. Dengan bermain hasrat anak akan terpenuhi namun, didalam permainan tersebut terkandung unsur pembelajaran. Permainan bertujuan untuk memenuhi hasrat gerak siswa yang didalamnya terdapat unsur belajar, terlebih dalam mengikuti aktivitas belajar banyak hal yang dirasakan oleh para siswa mulai dari perubahan situasi lingkungan, teman baru, suasana pergaulan dalam konteks bermain yang menyenangkan, hingga situasi kedisiplinan dan tanggung jawab yang kadang dirasakan begitu mengikat atau dengan kata lain bermain sambil belajar. Selain itu dengan adanya pendekatan bermain akan semakin memperjelas dan menambah motivasi untuk terus berlatih passing bawah dengan permainan 3 on 3.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan apa yang dilakukan oleh Rithaudin & Hartati (2016) dalam penelitiannya bahwa hasil belajar passing bawah permainan bolavoli dapat meningkat dengan diterapkannya metode permainan. Hal senada juga diungkapkan oleh Yusmar (2017) dalam penelitiannya dengan hasil yang menunjukkan bahwa peningkatan keterampilan teknik dasar permainan bolavoli dapat ditingkatkan melalui modifikasi permainan.

Belajar merupakan proses mengubah siswa dari tingkat kemampuan rendah ke tingkat kemampuan tinggi. Sehingga peningkatan minat belajar siswa memiliki kontribusi yang besar dalam keberhasilan belajar siswa. Dengan memiliki minat yang tinggi siswa akan melakukan hal yang positif dalam pembelajaran untuk dapat mengubah dirinya dari kemampuan rendah ke kemampuan yang lebih tinggi. Menarik minat siswa tidak semudah hanya memberikan penguatan pada siswa saja.

Akan tetapi, menarik minat siswa dengan mengemas pembelajaran sedemikian rupa untuk memfasilitasi siswa dalam bergerak bebas yang terarah (Rithaudin & Hartati, 2016).

KESIMPULAN

Penerapan permainan 3 on 3 pada permainan bolavoli dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli pada siswa sekolah dasar. Penerapan permainan 3 on 3 sangat dirasakan manfaatnya oleh siswa kelas V SD Negeri Bangkok 2 Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. Manfaat yang sangat dirasakan adalah penguasaan teknik dasar passing bawah pada permainan bolavoli semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, S. (2017). Internalisasi Nilai Sportivitas Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Sosioreligi*, 15(2), 20–29.
- Fadilah, M., & Wibowo, R. (2018). Kontribusi Keterampilan Gerak Fundamental Terhadap Keterampilan Bermain Small-Sided Handball Games. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*, 3(1), 60–68. Retrieved from <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/2018-04-07/pdf>
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 100–113. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
- Indriyani, D. (2011). Peningkatan Hasil Belajar Passing Bawah Pada Bola Voli Dengan Menggunakan Permainan “ 3 On 3 ” Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 1 Sukoharjo Wonosobo Tahun Pelajaran 2010 / 2011. Universitas Negeri Semarang.
- Pambudi, P. S., & Pramudana, J. (2016). Penerapan Pembelajaran Drill dan Bermain Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Kelas VII SMPN 2 Banyuwangi. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 2(2), 98–110. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v2i2.514
- Pangestutik, S., H. M., & R. A., R. (2018). Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi. *PSIKODIMENSIA* (Vol. 16). Indonesia Soegijapranata Catholic University. Retrieved from <http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/view/976/792>
- Rithaudin, A., & Hartati, B. S. (2016). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Permainan Bola Voli Dengan Permainan Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 51–57.
- Suherman, A. (2016). Pengaruh Penerapan Model Kooperatif Tipe Jigsaw Dan Tgt (Teams Game Tournament) Terhadap Keterampilan Sosial Dan Keterampilan Bermain Bolavoli. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*, 1(2), 8–15. Retrieved from <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/2216/3884>
- Yusmar, A. (2017). Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bolavoli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar. *Jurnal PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)*, 1(1), 143–152.