

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR PASING BAWAH PADA MATERI PERMAINAN
BOLA VOLI, MELALUI MODEL PEMBELAJARAN TARL PADA MATA
PELAJARAN PJOK KELAS XI.TEK 1 SMK 7 SEMARANG**

Muhammad Iqbal Tawakal
PJOK PPG Universitas PGRI Semarang
iqbalstemba@gmail.com

ABSTRACT

The objective of this research is to enhance students' interest in practical Physical Education (PJOK) learning by employing the Teaching at the Right Level (TaRL) method among 34 students in class XI.TEK 1 at SMK 7 Semarang. The subjects of this study are the 34 students from class XI.TEK 1 at SMK 7 Semarang. This research follows a classroom action research design that consists of four stages: planning, implementation, observation/evaluation, and reflection. Based on the results from the teacher activity sheet in the first cycle, it was found that out of 10 items assessed, the teacher completed only 6 items or 60% of the activities, indicating that the teacher's engagement was not optimal, as the minimum observation completion rate is 75%. After implementing actions in the second cycle, all ten (10) observation items were fully completed during the learning process, achieving a 100% completion rate. This indicates that the teacher's activities have reached an optimal level, meeting the minimum observation requirement of 75%. From the student activity sheet in cycle I, it was noted that out of ten (10) items that students could complete, only six (6) items or 60% were accomplished. This suggests that students had not yet reached an optimal level or were not fully engaged in the learning process, with a target completion rate of at least 75%. Following actions taken in cycle II, it was concluded that all ten (10) student activity items were completed with an 85% success rate. The expected minimum completion rate is still 75%, demonstrating that student activity items during cycle II were successfully carried out. Data analysis from cycle I revealed that the passing rate was 61.7%, meaning that 21 students achieved a score of 75. In cycle II, this percentage improved to 85.2%, with 29 students obtaining scores of ≥ 75 . Therefore, it can be concluded that implementing the TaRL model is highly effective in improving the passing rates in volleyball among students in class XI.TEK 1 at SMK 7 Semarang.

Keywords: TaRL model, lower fitting, learning outcomes

ABSTRAK

Tujuan penelitian yang hendak di capai yaitu meningkatkan minat belajar siswa terhadap pembelajaran praktek PJOK dengan menggunakan metode pembelajaran TaRL pada siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang berjumlah 34 orang. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang melibatkan empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Berdasarkan hasil dari lembar aktivitas guru pada siklus I diketahui dari 10 item yang dilakukan guru hanya 6 item atau 60% dari presentasi aktivitas tersebut bisa dilihat bahwa aktivitas guru belum maksimal dimana untuk ketuntasan observasi minimal 75%. Setelah dilakukan tindakan pada siklus II dari sepuluh (10) item observasi, aktivitas guru secara keseluruhan telah selesai dilakukan selama KBM berlangsung atau mencapai 100% dari presentase tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas guru sudah mencapai tingkat maksimal. Dimana untuk ketuntasan observasi minimal 75%. Berdasarkan hasil lembar aktivitas siswa siklus I, diketahui bahwa dari sepuluh (10) item yang dapat dilakukan oleh siswa, hanya enam (6) item atau 60% yang telah selesai dilakukan. Dari persentase

tersebut, dapat disimpulkan bahwa siswa belum mencapai tingkat maksimal atau belum tuntas dalam mengikuti proses pembelajaran. Tingkat ketuntasan aktivitas siswa yang diharapkan adalah minimal 75%. Setelah dilakukan Tindakan pada siklus II, dapat disimpulkan bahwa dari sepuluh (10) item aktivitas siswa, telah tuntas dilakukan oleh siswa dengan presentase 85%. Tingkat ketuntasan minimal yang diharapkan adalah 75%. Hal ini menunjukkan bahwa item tes aktivitas siswa pada siklus II selama KBM berlangsung telah terlaksana atau telah tuntas. Berdasarkan analisis data yang dilakukan pada siklus I, dapat disimpulkan bahwa hasil Pasing bawah mencapai 61,7% atau sebanyak 21 orang siswa telah memperoleh nilai 75. Pada siklus II, persentase tersebut meningkat menjadi 85,2% atau sebanyak 29 orang siswa yang telah memperoleh nilai ≥ 75 . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan melalui model pembelajaran TaRL sangat efektif dalam meningkatkan hasil Pasing bawah permainan bola voli pada siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang.

Kata Kunci: model TaRL, *pasing bawah*, hasil belajar

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik menghasilkan perubahan holistik didalam taraf kehidupan manusia secara mental, fisik, serta emosional. Prasetyo, Setyawan, & Citrawati (2020) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses sportif, dan kecerdasan emosi. Setelah melakukan pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan siswa bisa memahami macam ketrampilan gerak dasar, teknik dan juga strategi permainan olahraga yang menjunjung sportivitas, kejujuran dan juga gotong royong dengan membiasakan pola hidup sehat. Untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani melibatkan aktifitas fisik, mental serta emosional sehingga guru harus bisa mencari inovasi pembelajaran yang menarik minat siswa dalam melaksanakan aktivitas gerak. Salah satu materi

pendidikan jasmani yang mengutamakan ketrampilan gerak yaitu permainan bola voli. Untuk dapat bermain permainan bola voli, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai yaitu pasing, blok, smash, dan service. Semua teknik dasar ini bisa dilakukan dengan baik apabila gerak dasar dapat dikuasai dengan benar. Agar bisa bermain bola voli teknik dasar pasing sangatlah penting ini berguna untuk membuat serangan kedaerah lawan dengan memberikan umpan kepada teman satu tim untuk melakukan smash. Pasing terbagi atas 2 yaitu pasing atas dan bawah namun bagi pemula pasing bawah merupakan gerakan yang lebih mudah sehingga untuk bisa bermain bola voli harus menguasai salah satu teknik dasar pasing bawah ini.

Rasional dan Urgensi Penelitian.

Melalui pembelajaran diawal materi terlihat bahwa untuk pembelajaran bola voli teknik dasar pasing bawah di kelas XI.TEK 1 SMK

7 Semarang sudah berjalan namun belum menunjukkan hasil yang memuaskan. Ini semua dapat dilihat dari jumlah siswa yang tuntas dalam pembelajaran pasing bawah belum mencapai 75% secara keseluruhan. Yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini berawal dari ketidak tuntasan siswa dalam materi bola voli khususnya ketrampilan teknik dasar pasing bawah di kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang yang jumlahnya 34 siswa terdiri dari 15 siswa laki- laki dan 19 siswa perempuan. Terlihat dari data hasil belajar pasing bawah yang rendah, terlihat ada kesulitan serta kelemahan dalam melakukan pasing bawah ini disebabkan karena kurangnya sarana dan prasarana serta pengelolaan kelas yang kurang inovatif sehingga membuat siswa kurang tertarik dengan permainan bola voli khususnya pasing bawah.

Berdasarkan kelemahan dari latar belakang diatas, model pembelajaran TaRL merupakan model pembelajaran yang cocok diberikan oleh guru untuk meningkatkan hasil belajar ketrampilan teknik dasar pasing bawah siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang.

Kajian Pustaka.

Bola voli merupakan permainan bola besar yang di mainkan oleh 2 regu. Muhammad Syaleh (2017) menyatakan bahwa permainan bola voli adalah permainan tim yang mengandalkan kerja sama serta kekompakan tim cara bermainnya pun tidak menggunakan alat

pemukul tetapi dengan menggunakan lengan tangan sendiri sebagai alat pemukul, dan bola sebagai objek pukul. Untuk permainan bola voli sendiri biasa dimainkan di dalam ataupun di luar ruangan. Bentuk lapangan bola voli berbentuk persegi panjang yang dimainkan oleh 6 orang dalam satu tim sedangkan untuk voli pantai terdiri atas 2 orang dalam satu tim yang saling berhadapan.

Permainan bola voli memiliki beberapa teknik dasar salah satunya ialah pasing bawah. Agustina, N.W., Saputra, Y.M., & Akin,Y. (2023) menyebutkan bahwa Passing dalam permainan bola voli memiliki banyak kegunaan. Salah satunya adalah untuk mengambil servis dari lawan dan mengambil bola dari serangan lawan. Selain itu, teknik ini juga dapat digunakan untuk mengambil bola dari pantulan blok atau menerima bola masuk yang rendah dan tiba-tiba.

Menurut Kahar I, Hairati M, Ahmad, & Hakim N (dalam Dwi Putri, dkk.2022) Belajar adalah suatu usaha sadar yang dilakukan individu dalam perubahan tingkah laku baik melalui latihan dan pengalaman yang menyangkut aspek-aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik untuk memperoleh tujuan tertentu. Menurut Syah (dalam Asep Jihad dkk, 2013:1) belajar merupakan tahapan perubahan perilaku siswa yang relatif positif dengan mantap sebagai hasil interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif, dengan kata

lain belajar merupakan kegiatan berproses yang terdiri dari beberapa tahap.

Rahman,S. (2022) Hasil belajar adalah pencapaian yang dicapai oleh seorang individu dalam mengembangkan kemampuannya melalui proses yang dilakukan dengan usaha, menggunakan kemampuan kognitif, afektif, psikomotorik, dan campuran lainnya. Proses ini berlangsung dalam kurun waktu yang relatif lama dan menghasilkan perubahan dan pengetahuan yang melekat pada individu tersebut secara permanen.

Passing bawah adalah teknik passing yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan. Pada saat melakukan perkenaan, bola harus dipukul pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran (saputra, D.I.M 2019). Dalam pendidikan persoalan tentang model pembelajaran sangatlah penting sebab pembelajaran akan berlangsung apabila guru dan murid ada interaksi yang aktif. Selain itu juga model pembelajaran sangat perlu di ketahui oleh guru agar bisa memberikan pembelajaran yang inovatif. Teaching at the Right Level (TaRL) adalah pendekatan pembelajaran yang tidak mengacu pada tingkat kelas, tetapi mengacu pada tingkat kemampuan siswa. Pendekatan ini membedakan TaRL dari pendekatan pembelajaran biasa. Dengan menggunakan pendekatan TaRL, masalah kesenjangan pemahaman yang sering terjadi di kelas dapat diatasi (Peto,

J. 2022)

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah siswa XI.TEK 1 SMK 7 Semarang dengan jumlah siswa keseluruhan yaitu 34 terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 19 siswa perempuan. Objek dari penelitian ini adalah pembelajaran passing bawah permainan bola voli menggunakan model pembelajaran TaRL siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang. Dalam penelitian ini ada prosedur yang harus dilakukan dalam bentuk kegiatan berbentuk siklus penelitian. Didalam penelitian ini penulis menggunakan pradua siklus pada tiap siklus terbagi empat tahapan yaitu planning (perencanaan), action (tindakan), observasi(pengamatan) reflection (refleksi). Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode observasi, tes hasil belajar. dari siklus 1 sampai dengan akhir yaitu siklus 2, dimana setiap siklus terdiri dari satu kali pertemuan, dan terdiri dari 4 tahapan yakni: perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), pengamatan (*observing*), refleksi (*reflecting*), berikut adalah tahapan pada setiap siklusnya.

a. Perencanaan (*Planing*)

Rincian kegiatan yang dilakukakan pada tahap perencanaan adalah sebagai berikut:

- 1) Pembuatan scenario pembelajaran bola voli teknik dasar *passing* bawah berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) / modul ajar.
- 2) Menyiapkan media pembelajaran berupa video tahapan teknik dasar *passing* bawah pada bola voli. Sehingga mengetahui teknik dasar *passing bawah* bola voli secara rinci guna memperbaiki gerakan *passing bawah* bola voli.
- 3) Membagi siswa berdiskusi secara berkelompok untuk membahas dan mengevaluasi kesalahan dalam pelaksanaan urutan teknik *passing bawah* bola voli.
- 4) Membuat instrumen observasi kegiatan siswa dan instrumen observasi proses pembelajaran.

b. Pelaksanaan (*Action*)

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada pelaksanaan sebagai berikut:

- 1) Guru mengecek kehadiran siswa.
- 2) Guru menghubungkan pembelajaran sekarang dengan pembelajaran yang terdahulu.
- 3) Guru memotivasi siswa dan menjelaskan tujuan pembelajaran.
- 4) Guru menjelaskan tahap-

tahap pada video yang diberikan mengenai teknik dasar *passing bawah* pada bola voli.

5) Melakukan praktik aspek-aspek yang telah diberikan oleh guru.

6) Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mencoba melakukan *passingbawah* bola voli.

7) Guru dan siswa bersama-sama menyimpulkan hasil belajar pembelajaran *passing bawah* bola voli.

8) Guru melakukan tes untuk melihat pemahaman siswa.

c. Pengamatan (*Observing*)

Pengamatan dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung, guru dan observer mengamati hasil belajar siswa yang meliputi kemampuan siswa dalam melakukan olahraga bola voli teknik dasar *passing bawah*. Pengamatan dilakukan oleh guru kolaborasi terhadap proses belajar mengajar berlangsung.

d. Refleksi (*Reflecting*)

Hasil yang diperoleh selama periode observasi didiskusikan antara peneliti dan kolaborator, kemudian dikumpulkan dan dianalisis untuk mendapatkan hasil yang mencerminkan kegiatan yang dilakukan. Untuk memperkuat hasil yang mencerminkan kegiatan yang telah dilakukan, digunakan data yang diperoleh dari data observasi. Kelemahan yang

muncul selama Siklus I diatasi dengan kolaborator. Oleh karena itu, kelemahan tersebut akan diselesaikan pada Siklus II. Selain itu, hasil analisis data yang dilakukan pada tahap ini akan menjadi acuan perencanaan siklus II.

Pada penelitian ini menggunakan tes sebagai alat mengumpulkan data. Sedangkan menurut Nurhasan (2001) tes merupakan alat yang digunakan untuk memperoleh informasi atau data dari suatu objek yang akan diukur. Data yang kita peroleh merupakan atribut atau sifat-sifat dari individu atau objek yang kita ukur. Adapun data yang akan kita dapat terhimpun dari tiga komponen, yaitu komponen psikomotor, kognitif, dan afektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN (BOBOT PANJANG 60%)

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk grafik, tabel, atau deskriptif. Analisis dan interpretasi hasil ini diperlukan sebelum dibahas. Tabel dituliskan di tengah atau di akhir setiap teks deskripsi hasil/perolehan penelitian. Bila lebar Tabel tidak cukup ditulis dalam setengah halaman, maka dapat ditulis satu halaman penuh. Judul Tabel ditulis dari kiri rata tengah, semua kata diawali huruf besar, kecuali kata sambung. Kalau lebih dari satu baris dituliskan dalam spasi tunggal.

SIKLUS I

Table 1. hasil pelaksanaan pembelajaran Aspek yang dinilai yaitu aspek kognitif,

aspek afektif, aspek psikomotorik.

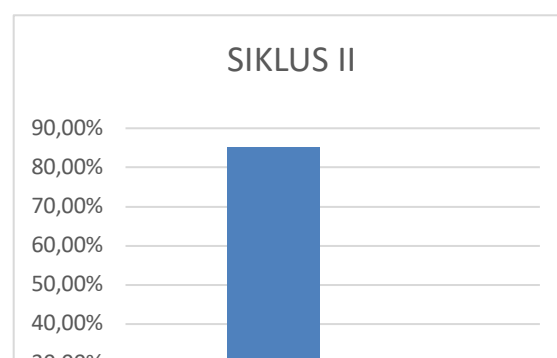
	Siklus I	
	Σ	(%)
Hasil Belajar		
Tuntas	21	61,7%
Belum Tuntas	13	38,2%
Keterangan	Tidak Tuntas	

Model TaRL diterapkan dalam pembelajaran bola voli pada siklus pertama jumlah siswa tuntas 21 dengan presentase sebesar 61,7% dan yang tidak tuntas sebanyak 13 siswa dengan presentase 38,2 % jumlah siswa seluruhnya 34 dengan nilai rata –rata (KKM) 75,00

SIKLUS II

Table 1. hasil pelaksanaan pembelajaran Aspek yang dinilai yaitu aspek kognitif, aspek afektif, aspek psikomotorik.

	Siklus II	
	Σ	(%)
Tuntas	29	85,2 %
Belum Tuntas	5	14,7 %
Keterangan	Tuntas	



Pada siklus ke II, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dengan menggunakan model TaRL ini. peningkatan hasil belajar dapat dilihat dari kriteria siswa yang tuntas sebanyak 29 siswa dengan presentase sebesar 85,2% dan siswa tidak tuntas sebanyak 5 siswa dengan presentase sebesar 14,7% dengan jumlah 34 siswa

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pembelajaran model TaRL dapat meningkatkan hasil belajar terlihat adanya peningkatan prestasi hasil belajar khususnya *passing bawah*, Berdasarkan penelitian hasil belajar diatas, pada siklus I menunjukan bahwa frekuensi aktivitas siswa sudah maksimal dalam melakukan pembelajaran *passing bawah* hal ini dibuktikan dengan hasil belajar siswa yang tuntas pada materi ini 21 siswa (61,7%) dan yang tidak tuntas itu sebanyak 13 siswa (38,2%) dan Pada siklus ke II, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dengan menggunakan model TaRL ini. Peningkatan hasil belajar dapat dilihat dari kriteria siswa yang tuntas sebanyak 29 siswa dengan presentase sebesar (85,2%)

dan siswa tidak tuntas sebanyak 5 siswa dengan presentase sebesar (14,7%) dengan jumlah 34 siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan. Berdasarkan analisis data dan pembahasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran *passing bawah* dengan model TaRL telah mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan dengan nilai KKM mata pelajaran PJOK di kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang sebesar 75. Dengan demikian, model pembelajaran *passing bawah* menggunakan model TaRL terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar permainan bola voli, terutama dalam teknik dasar *passing bawah*.

Saran. Berdasarkan hasil kesimpulan yang didapat, saran yang diharapkan dapat bermanfaat dalam melakukan upaya untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas XI.TEK 1 SMK 7 Semarang dalam proses pembelajaran adalah sebagai berikut: (1) Bagi guru pemegang mata pelajaran penjas kes khususnya di kelas XI untuk selalu meningkatkan kreativitas dan kemampuan belajar siswa pada pembelajaran sesuai dengan apa yang telah di rencanakan, dan menerapkan pembelajaran dengan menggunakan Model TaRL agar pembelajaran menjadi efektif sehingga kegiatan proses belajar mengajar terlaksana sesuai dengan yang di harapkan; (2) Bagi peneliti sebagai

acuan saat menemui masalah pembelajaran passing bawah ketika menjadi guru di masa yang akan datang

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. W., Saputra, Y. M., & Akin, Y. (2023). Pengaruh Latihan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Ketrampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 273-283.
- Jihad,Asep. dkk. 2013. *Evaluasi Pembelajaran* : Multi Pressindo. Yogyakarta
- Kahar, I., Hairati, M., Ahmad, A., & Hakim, N. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Smash Bola Voli Melalui Pendekatan Gaya Mengajar Latihan Power Lengan. *JURNAL STAMINA*, 5(6), 224- 232.
- Muhajir.2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: Yudhistira
- Prasetyo, E., Setyawan, A., & Citrawati, T. (2020). Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas III SDN Buluh 2. *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro*, 1(1).
- Peto, J. (2022). Melalui Model Teaching At Right Level (TARL) Metode Pemberian Tugas untuk Meningkatkan Penguatan Karakter dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Bahasa Inggris KD. 3.4/4.4 Materi Narrative Text di Kelas X. IPK. 3 MAN 2 Kota Payakumbuh Semester. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 12419-12433.
- Rahman, S. (2022, January). Pentingnya motivasi belajar dalam meningkatkan hasil belajar. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*.
- Syaleh, M. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Lempar Pukul Bola Kertas Pada Siswa Kelas Vii Smp. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 23-30.
- Saputra, D. I. M., & Gusniar, G. (2019). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bola

voli melalui bermain
melempar bola. *Gelanggang*
Olahraga: Jurnal Pendidikan

Jasmani Dan Olahraga, 3(1),
64-73