

# Analisis Minat Bermain Bola Voli *Passing* Bawah Pada Siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan

Alifah Octavia<sup>1</sup>, M. Al Ghani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

[alifah.Octavia2002@gmail.com](mailto:alifah.Octavia2002@gmail.com)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat belajar siswa di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat belajar siswa dalam pembelajaran bola voli. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menyebarkan kuesioner kepada siswa kelas IX di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Hasil penelitian ini bermaksud untuk mengetahui minat belajar siswa dalam pembelajaran bola voli. Bahwa minat sangat mempengaruhi dalam pembelajaran bola voli dengan beberapa faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor eksternal dan internal, dalam faktor tersebut terdapat beberapa indikator yaitu perhatian, ketertarikan, aktivitas, peran guru, dan fasilitas. Dari semua indikator tersebut semuanya saling berkaitan dalam mempengaruhi minat belajar siswa dan dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah ketika pembelajaran bola voli.

**Kata kunci:** Olahraga, bola voli, *passing* bawah.

## 1. Pendahuluan

Definisi olahraga menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 4), bahwa olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakannya dan kemauanya semaksimal mungkin. Menurut UNESCO sport adalah setiap aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur- unsur alam, orang lain ataupun diri sendiri. Definisi yang dirumuskan oleh Dewan Eropa pada tahun 1980 merumuskan bahwa olahraga sebagai aktivitas spontan, bebas dan dilaksanakan selama waktu luang. Sedangkan menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 5), istilah olahraga tidak digunakan dalam olahraga kompetitif yang sempit, karena pengertiannya bukan hanya sebagai himpunan aktivitas fisik yang resmi terorganisasi dan tidak resmi yang tampak kebanyakan dalam cabang-cabang olahraga namun juga dalambentuk yang mendasar seperti senam, pelatihan kebugaran jasmani. Olahraga mengandung arti akan adanya sesuatu yang berhubungan dengan peristiwa mengolah raga atau mengolah jasmani. Giriwijoyo dalam Sutiyawan (2017: 5) mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Selanjutnya Kusmaedi dalam Sutiyawan (2017: 5) menyatakan bahwa kata olahraga berasal dari beberapa hal, yaitu:

- a. *Disport* yaitu bergerak dari satu tempat ke tempat lain,
- b. *Field Sport* yaitu kegiatan yang dilakukan para bangsawan yang terdiri dari menembak dan berburu,
- c. *Desporter* yaitu membuang kata lelah,
- d. *Sports* yaitu pemuas atau hobi, dan
- e. Olahraga yaitu gerak badan untuk menguatkan badan.

Sedangkan menurut *International Council of Sport and Education* yang dikutip Lutan dalam Sutiyawan (2017: 5) olahraga adalah kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan dengan diri sendiri atau perjuangan dengan orang lain serta konfrontasi dengan unsur

alam. Selanjutnya Kosasih dalam Sutiyawan (2017: 4) menyatakan bahwa olahraga adalah kegiatan untuk mengembangkan kekuatan fisik dan jasmani supaya badan kuat dan tenaga cukup terlatih menjadi tangkas untuk melakukan perjuangan hidupnya.

Dari beberapa definisi olahraga dapat disimpulkan bahwa olahraga adalah kegiatan aktivitas jasmani yang mengandung sifat permainan serta berisi perjuangan dengan diri sendiri, orang lain, dan alam yang mempunyai tujuan tertentu. Menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 6), terdapat beberapa ciri-ciri dalam olahraga yaitu: Olahraga Sebagai Sub-Sistem Bermain Inti yang paling dalam dari olahraga dibentuk oleh sebuah kriteria yaitu makna bermain dan permainan kriteria paling otentik adalah bahwa kegiatan olahraga didasarkan pada faktor kebebasan dan kesengajaan atas dasar kesadaran pelakunya untuk berbuat, lawan dari aktivitas yang bersifat paksaan atau desakan. Dalam olahraga kita cenderung mengulang-ulang gerak yang dianggap memperkaya diri kita sebagai keharusan untuk memenuhi kebutuhan material. Unsur kesungguhan dan perjuangan konfrontasi atlet dengan tugasnya menjadi ciri yang amat jelas dari olahraga.

- a. Gambaran Struktural Spesifik Olahraga Aktivitas olahraga memiliki perbedaan dengan dunia bermain terutama dalam gambaran struktural dan faktor-faktor yang berpengaruh yang membentuk kerangka spesifik olahraga ditandai dengan bentuk-bentuk yang khas.
- b. Fokus pada Gerak dalam Pelaksanaan Olahraga Orientasi fisik (fisik) kegiatan olahraga merupakan ciri utama dalam konteks ini, seperti aspek gerak, daya tahan, kecepatan, kekuatan dan ketrampilan yang merupakan unsur inheren dari kegiatan olahraga. Setiap bentuk permainan sejati dalam olahraga terdiri atas kegiatan yang lebih menekankan aspek gerak, sehingga unsur jasmaniah menjadisangat dominan. Perwujudan gerak dalam olahraga ini terkait dengan aspek dorongan (drive) pada manusia yang terikat dengan faktor sosial dan budaya juga pengaruh kejiwaan dan motif.
- c. Realitas Olahraga  
Keterlibatan seseorang dalam olahraga tidak terpaku pada peran yang telah ditetapkan saja, tetapi merupakan bagian dari dunia nyata atau konkrit. Bersama dengan yang lain pemain memainkan sebuah permainan yang real dalam konteks bermain dan faktor kesungguhan merupakan kriteria yang melekat pada pelaksanaan olahraga. Perbuatan setengah hati atau pura-pura, bertentangan dengan ciri hakiki olahraga.
- d. Penampilan dan Prestasi dalam Olahraga Husdarta (2010: 139), menekankan unsur tujuan dan prestasi seperti halnya kerajinan karena mampu melakukan sesuatu sebaik mungkin atau melebihi orang lain sebagai faktor penentu kegiatan olahraga. Ada tiga dimensi karakteristik prestasi olahraga, yaitu :
  - 1) Prestasi itu dinyatakan melalui aspek jasmaniah. Prestasi olahraga diarahkan untuk menguasai, memelihara dan mengoptimalkan ketrampilan gerak.
  - 2) Kegiatan dilaksanakan secara suka rela.
  - 3) Kegiatannya tidak dimaksudkan untuk menghancurkan orang lain tetapi justru untuk meningkatkan solidaritas.
- e. Dimensi Sosial Proses pembelajaran keterampilan olahraga itu berlangsung dalam suasana sosial, meskipun dalam kenyataannya seseorang memperoleh kebebasan untuk memilih atau menentukan kegiatan apa yang akan dilakukan tanpa dipengaruhi orang lain. Klasifikasi Olahraga Ditinjau dari tujuannya, olahraga digolongkan menjadi empat yaitu:
  - 1) Olahraga Pendidikan  
Olahraga pendidikan adalah aktivitas olahraga yang bertujuan untuk membantu meningkatkan pencapaian tujuan pendidikan. Olahraga yang bertujuan untuk pendidikan ini identik dengan aktivitas pendidikan jasmani yaitu cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan.
  - 2) Olahraga Rekreasi Olahraga Rekreasi adalah olahraga yang dilakukan pada waktu senggang sehingga pelaku memperoleh kepuasan secara

emosional seperti kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan, serta memperoleh kepuasan secara fisik-fisiologis seperti terpeliharanya kesehatan dan kebugaran tubuh.

- 3) Olahraga Prestasi Olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga. Atlet yang menekuni cabang-cabang olahraga dengan tujuan untuk mencapai prestasi yang baik disyaratkan memiliki kebugaran dan harus memiliki keterampilan yang baik pada cabang olahraga yang ditekuninya.
- 4) Olahraga Rehabilitasi / Kesehatan Kegiatan olahraga yang bertujuan untuk pengobatan atau penyembuhan biasanya dikelola oleh tim medis dan hanya untuk kelompok tertentu seperti penderita penyakit jantung koroner, penderita asma, penyembuhan setelah cedera, dan penderita penyakit lainnya yang dianjurkan oleh dokter.

Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru yang hendak mengajar pendidikan jasmani. Pendidikan Jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun dalam pelaksanaannya pengajar pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Pembelajaran pendidikan jasmani cenderung tradisional. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru, tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan, dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukannya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya.

Pendidikan terlaksana dengan bentuk kegiatan baik disengaja maupun tidak disengaja yang terbagi dalam teori maupun praktik, dapat dikatakan pendidikan berlangsung secara fleksibel, di mana dan kapan saja di segala lingkungan. Pendidikan adalah keperluan yang sangat penting maka dijadikan sebagai kebutuhan. Dari keseluruhan komponen, tujuan pendidikan dapat dicapai melalui pendidikan jasmani olahraga yang didalamnya terdapat pembelajaran dengan mengarahkan peserta didik untuk melakukan dan melibatkan berbagai kegiatan fisik atau bermain serta olahraga yang dilakukan secara sistematis sehingga dapat menuai perkembangan dalam hal fisik, pengetahuan, dan emosional.

Belajar merupakan perubahan tingkah laku yang relatif tetap berkat latihan dan pengalaman (Hamalik, 2005: 154). Hasil belajar merupakan berbagai kemampuan yang telah dimiliki siswa setelah menerima berbagai bentuk pengalaman belajar. Pada umumnya, hasil belajar diperlihatkan setelah peserta didik menempuh seluruh kegiatan belajar dalam proses belajar-mengajar. Belajar dapat diartikan sebagai tindakan dan perilaku siswa yang sangat kompleks. Karena proses belajar dipengaruhi oleh banyak faktor. Selain faktor genetika (internal), faktor lingkungan juga memegang peranan penting sebagai penentu karakteristik setiap manusia. Setiap manusia yang terlahir ke dunia tentu memiliki keunikan (khas) masing-masing. Dimana setiap manusia memiliki kadar kelebihan maupun kekurangan tertentu yang pada akhirnya akan membedakan proses belajar setiap manusia. Oleh karena itu, walaupun diberi jenis perlakuan (treatment) dalam proses belajar yang sama, namun belum tentu setiap manusia memiliki interpretasi yang sama pula, dikarenakan faktor bawaan (bakat) dan proses perkembangan, baik secara fisik maupun psikologis yang dialami setiap manusia juga berbeda-beda.

Menurut Azhuri dkk (2020:97) pendidikan jasmani merupakan salah satu pendorong perkembangan motorik, keterampilan fisik, dan pengetahuan serta penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, spritual, dan sosial) menjadi pembiasaan pola hidup sehat yang memiliki visiguna merangsang pertumbuhan dan perkembangan secara stabil. Aktivitas jasmani memiliki sifat terbuka untuk seluruh individu sebab merupakan bagian dari setiap manusia selaras dengan

penguasaan, kebahagiaan dan peluang (Rahayu 2016).

Permainan bola voli sekarang sudah berkembang dengan pesatnya, baik di dunia internasional maupun di Indonesia sendiri. Hal ini merupakan modal dasar bagi PBVSI khususnya dan pembinaan voli pada umumnya untuk terus mengembangkan serta meningkatkan mutu olahraga bola voli nasional. Salah satu usaha untuk mengembangkan pembinaan bola voli adalah dengan menerapkan teknik dasar voli sedini mungkin kepada anak-anak sekolah dasar melalui pembelajaran bola voli di sekolah. Pembelajaran voli di tingkat sekolah dasar sangat dibutuhkan dalam menunjang program pemerintah dalam mewujudkan prestasi PBVSI. Untuk memaksimalkan potensi yang ada pada setiap atlet maka pembinaan kondisi fisik atlet dalam suatu pertandingan harus optimal, berkenaan dengan ini Harsono (1988) mengemukakan yang harus diperhatikan, dalam Praseason, yaitu musim latihan jauh sebelumnya pertandingan berbagai komponen kondisi fisik haruslah dilatih agar pada waktu atlet memasuki musim latihan berikut yaitu *early* dan *mead season*, dia sudah mencapai kondisi fisik.

Bola Voli adalah sebuah olahraga beregu atau tim dan setiap tim terdiri atas 6 pemain aktif dan 6 pemain dibangku cadangan. Masing-masing tim belomba mengumpulkan angka sebanyak-banyaknya untuk memenangkan pertandingan tersebut dengan cara menjatuhkan bola ke dalam lapangan lawan, juga bisa mendapatkan angka dengan syarat lawan melakukan kesalahan yang diselenggarakan dibawah peraturan. *Passing bawah* yaitu *passing* yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran. Menurut Paneo (2014) teknik dasar *passing bawah* antara lain :

- 1.) Sikap Permulaan. Sikap berdiri normal yaitu kedua kaki dibuka dengan kedua lutut ditekuk dan badan sedikit dibengkokkan ke depan, badan menumpu pada kaki bagian depan agar lebih mudah dan cepat bergerak ke segala arah.
- 2.) Pelaksanaan. Setelah bola dipukul posisi badan kembali berdiri normal (tegak) dan diikuti dengan gerakan badan dan langkah kaki ke depan koordinasi tetap terjaga dengan baik. Latihan *passing bawah* dapat dilakukan secara berpasangan atau kelompok dua orang yang lebih, sesuai dengan jumlah bola yang ada 2019. *Gelanggal Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 3(1) 64-73.

Pada penelitian ini difokuskan pada peningkatan hasil belajar *passing bawah* melalui lempar bola pada siswa sekolah menengah pertama. Teknik dasar voli yang diajarkan di sekolah dapat menjadi pembinaan tahap awal. Pembelajaran voli di sekolah dasar bertujuan untuk siswa dapat mencapai puncak prestasi yang diharapkan. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pembelajaran yang dapat memotivasi siswa dan pembelajaran yang bersifat menarik dan menyenangkan. Akan tetapi pembelajaran voli di SMP masih banyak mengalami kendala, baik itu dari internal maupun eksternal.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Subjek penelitian ini merupakan seluruh siswa kelas IX BB SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yang berjumlah 28 siswa. Berdasarkan jenis data yang akan dikumpulkan, maka analisis data penelitian dilakukan dalam beberapa kualifikasi, yakni data kuantitatif. Data kuantitatif digunakan pada hasil belajar *passing bawah* bola voli.

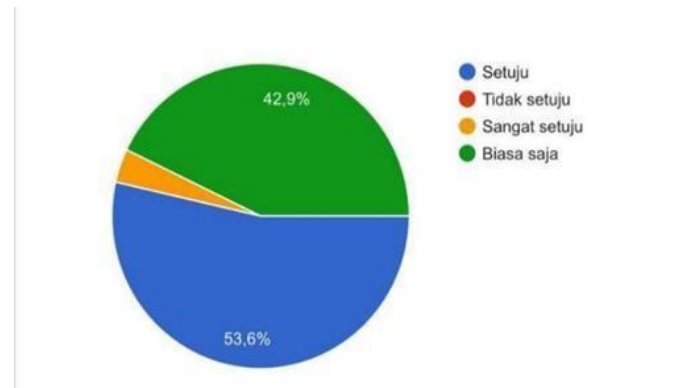
Pada penelitian ini, teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan berupa proses pengajaran teknik dasar *passing bawah* bola voli pada siswa kelas IX dengan menerapkan gaya mengajar latihan dalam proses pembelajaran.



### 3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Gambar 1

Diagram Bulat Minat Siswa dalam Pembelajaran Bola Voli



Berdasarkan diagram bulat di atas menunjukkan presentasi yang paling tinggi tentang minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli *passing* bawah di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yaitu sebesar 53,6% dari jumlah 28 orang. Ini menandakan bahwa minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan sangat tinggi.

Peningkatan hasil belajar siswa sebenarnya sangat berkaitan dengan keinginan siswa itu sendiri untuk belajar, faktor penunjang kegiatan pembelajaran dan media pembelajaran itu sendiri. Karena dengan meningkatnya aktivitas siswa terhadap penggunaan melempar bola yang telah dilaksanakan sangatlah berpengaruh terhadap hasil belajar siswa tersebut, ini dapat dilihat dari perubahan terhadap hasil belajar siswa tersebut dan perubahan setiap siklusnya. Dengan telah di capainya ketuntasan belajar pada siklus II, maka tidak perlu lagi dilakukan refleksi untuk kegiatan siklus selanjutnya, dengan demikian penelitian tindakan kelas pada konsep *passing* bawah bola voli sudah tuntas tidak perlu di lanjutkan lagi ke siklus berikutnya.

#### 4. Simpulan dan Saran

Bola Voli adalah sebuah olahraga beregu atau tim dan setiap tim terdiri atas 6 pemain aktif dan 6 pemain dibangku cadangan. Masing-masing tim belomba mengumpulkan angka sebanyak- banyaknya untuk memenangkan pertandingan tersebut dengan cara menjatuhkan bola ke dalam lapangan lawan, juga bisa mendapatkan angka dengan syarat lawan melakukan kesalahan yang diselenggarakan dibawah peraturan. *Passing* bawah yaitu *passing* yang dilakukan dengan dua tangan yang dikaitkan, dengan ayunan dan perkenaan dari bawah lengan, perkenaan bola pada bagian proximal pergelangan tangan dengan bidang selebar mungkin agar bola tidak banyak membuat putaran. Berdasarkan diagram bulat di atas menunjukkan presentasi yang paling tinggi tentang minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli *passing* bawah di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yaitu sebesar 53,6% dari jumlah 28 orang. Ini menandakan bahwa minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan sangat tinggi. Saran penulis dari penelitian ini yaitu dengan adanya penelitian ini siswa SMP dapat terus meningkatkan minat bakatnya dalam olahraga terutama bola voli.

## 5. Ucapan Terima Kasih

Atas segala bantuan dan dukungan tersebut, maka pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada : Bapak Dr. Iswan, M.Si., selaku Dekan FIP Universitas Muhammadiyah Jakarta, Bapak Muhammad Al Ghani, M.Pd., selaku dosen pembimbing PLP terintegrasi KKN, Bapak Drs. Yantho, MM., selaku kepala sekolah SMPN 3 Tangerang Selatan, Para guru dan staff SMPN 3 Tangerang Selatan, Rekan mahasiswa PLP terintegrasi KKN yang telah bersama-sama melaksanakan PLP terintegrasi KKN di SMPN 3 Tangerang Selatan, Keluarga yang telah memberikan motivasi dan doa kepada penulis, sehingga PLP terintegrasi KKN ini dapat berjalan lancar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

## Daftar Pustaka

- Rukmana, Asep Wahabudin et al., 2020. Minat Belajar Siswa untuk Meningkatkan Kemampuan Pembelajaran Bola Voli Di SMPN 2 Majalaya. *Jurnal Literasi Olahraga*. Volume 2 Nomor 1. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO/article/view/4359>
- Saputra, Deka Ismi & Gusniar. 2019. Meningkatkan Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli Melalui Bermain Melempar Bola. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Volume 3 Nomor 1. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JPJO/article/view/862>
- Setiyawan. 2017. Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan, dan Pengajaran)*. Volume 3 Nomor 1. <http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/543>