

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PASSING BAWAH BOLA VOLI DENGAN METODE BERPASANGAN PADA SISWA KELAS IX G SMP NEGERI 28 SURABAYA

Firman Nur Wahyudi, Bambang Ferianto Tjahyo Kuntjoro, Ifanuddin Muchtar

^{1,2}Universitas Negeri Surabaya, Indonesia, ³SMP Negeri 28 Surabaya, Indonesia

Email : ppg.firmanwahyudi01430@program.belajar.id

Received: 18 Agustus 2024; Accepted 21 September 2024; Published 27 September 2024

Ed: September: 62-72

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keefektifan penggunaan metode berpasangan dalam meningkatkan hasil belajar materi pembelajaran passing bawah bola voli pada siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya tahun ajaran 2024/2025. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan subjek penelitian yang berjumlah 31 orang yang semuanya merupakan siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya. Pengambilan nilai berupa keterampilan dalam melakukan passing bawah bola voli. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus I siswa yang tuntas berjumlah 12 orang siswa dengan persentase 38,7% dan yang tidak tuntas 19 orang siswa dengan persentase 61,3%. Sementara pada siklus II jumlah siswa yang tuntas berjumlah 26 orang dengan persentase 83,9% dan yang tidak tuntas berjumlah 5 orang siswa dengan persentase 16,1%. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan metode berpasangan efektif dalam meningkatkan hasil belajar materi pembelajaran passing bawah bola voli pada siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya.

Kata Kunci: Bola Voli, Hasil Belajar, Passing Bawah, Berpasangan

Abstract

This research was conducted to determine the effectiveness of using the pair method in improving learning outcomes in volleyball underpassing learning material for class IX G students at Public Junior High School 28 Surabaya for the 2024/2025 academic year. This research is classroom action research (CAR) with research subjects totaling 31 people, all of whom are class IX G students at Public Junior High School 28 Surabaya. The value taken is in the form of skills in passing under volleyball. The results of the research showed that in the first cycle there were 12 students who completed with a percentage of 38.7% and 19 students who did not complete with a percentage of 61.3%. Meanwhile in cycle II the number of students who completed it reached 26 people with a percentage of 83.9% and those who did not complete it reached 5 students with a percentage of 16.1%. Based on the research results, it can be concluded that the application of the pair method is effective in improving learning outcomes in volleyball underpassing learning material for class IX G students at Public Junior High School 28 Surabaya.

Keywords: Volleyball, Learning Outcomes, Bottom Passing, Pairs

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah sebuah pembelajaran yang dilakukan dengan tujuan untuk membentuk suatu individu yang melibatkan berbagai aktivitas jasmani, permainan atau olahraga. Menurut (Chan & Indrayeni, 2018) pendidikan jasmani adalah pendekatan pembelajaran dengan melibatkan aktivitas fisik untuk tujuan pendidikan. Sementara (Priyadi, 2021) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan yang diajarkan lewat aktivitas jasmani mengenai sebuah aktivitas fisik, lalu keterampilan gerak, integrasi sosial, dan perkembangan psikologis. Pendidikan jasmani membantu dalam mengembangkan aspek seperti gerak (psikomotor), pengetahuan (kognitif), dan sikap (afektif) (Yulia Sari dkk., 2024). Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang masuk dalam materi pembelajaran pendidikan jasmani dan dipelajari di berbagai tingkat pendidikan, termasuk di tingkat sekolah menengah pertama. Bola voli dimainkan dan dipelajari di tingkat pendidikan SMP (Dwi Jayanti & Nasuka, 2021). Menurut (Setia Budi,

2021) bola voli merupakan salah satu olahraga yang sudah tersebar luas di kalangan masyarakat, baik itu klub, perusahaan, komunitas, hingga sekolah. Pembelajaran bola voli salah satu gerakan dalam bola voli adalah gerakan passing bawah. Gerakan tersebut merupakan keterampilan dasar yang berguna untuk menerima ataupun mengoper bola dengan efektif. Gerakan passing bawah dilakukan dengan memukul bola yang datangnya turun ke bawah dengan perkenaan dibagian kedua lengan (Muslimin & Helensi, 2022).

Keterampilan *passing* bawah dalam permainan bola voli merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai oleh siswa dalam pendidikan jasmani. Teknik ini tidak hanya memerlukan koordinasi motorik yang baik, tetapi juga pemahaman taktis tentang permainan. Namun, dalam praktiknya, banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan ini, sehingga hasil belajar mereka tidak optimal. Hal ini sejalan dengan temuan Rahmat & Wahidi (2018), yang mengungkapkan bahwa kurangnya interaksi dan umpan balik dalam pembelajaran tradisional menjadi salah satu penyebab rendahnya penguasaan keterampilan dasar dalam olahraga. Seiring dengan berkembangnya metode pembelajaran yang lebih interaktif, metode berpasangan telah mendapatkan perhatian sebagai pendekatan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa. Metode ini memungkinkan siswa untuk belajar melalui interaksi langsung dengan pasangan, memberikan umpan balik satu sama lain, dan memperbaiki kesalahan teknik secara real-time. Yuliati (2020) menemukan bahwa metode berpasangan mampu meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan dalam pembelajaran olahraga, terutama dalam aspek keterampilan dasar seperti passing bawah pada bola voli.

Berdasarkan observasi di SMP Negeri 28 Surabaya pada siswa kelas IX G terdapat masalah mengenai hasil belajar siswa pada materi passing bawah yang hanya sebesar 19,3% dengan jumlah siswa 6 orang yang mendapatkan ketuntasan belajar. Sementara siswa yang belum tuntas sebesar 80,7% dengan jumlah siswa 25 orang. Setelah dilakukan identifikasi, masalah yang ditemukan antara lain ketidaktepatan sentuhan bola dengan tangan dan kelemahan siswa dalam mengayunkan lengan. Menurut (Noval Aryanto dkk., 2023) kemampuan melakukan passing bawah yang baik, membantu pemain untuk menguasai bola dengan efektif yang dapat bermanfaat ketika akan memberikan umpan terhadap teman satu tim. Passing bawah dilakukan ketika akan menerima bola servis, bisa juga saat akan menerima bola dari serangan lawan, menyelamatkan bola yang liar akibat dari pantulan net atau bola yang terpantul keluar lapangan permainan, bahkan bisa juga untuk mengambil bola yang datangnya rendah secara mendadak (Daulay & Saldi Daulay, 2018).

Rendahnya hasil belajar disebabkan oleh metode pengajaran yang cenderung pasif, di mana siswa kurang dilibatkan secara aktif dalam proses pembelajaran. Sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam memahami teknik yang diajarkan, terutama ketika hanya mengandalkan instruksi guru tanpa adanya interaksi yang cukup antar siswa. Hal ini menyebabkan tingkat ketuntasan belajar yang rendah, seperti diungkapkan oleh (Rahmat & Wahidi, 2018) yang menemukan bahwa pendekatan tradisional kurang efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa. Sebagai solusi umum, metode pembelajaran yang lebih interaktif dan kooperatif, seperti metode berpasangan, telah diusulkan untuk mengatasi masalah ini. Metode ini memungkinkan siswa untuk saling bekerja sama dalam mengembangkan keterampilan teknis, di mana mereka dapat memberikan umpan balik langsung satu sama lain. Interaksi ini membantu siswa dalam memperbaiki kesalahan mereka secara mandiri dan lebih cepat. Penelitian oleh (Faozi dkk., 2019) menunjukkan bahwa model pembelajaran kooperatif tipe STAD, yang juga melibatkan kerja sama antar siswa, mampu meningkatkan keterampilan dasar olahraga, termasuk keterampilan passing bawah bola voli.

Dalam mengatasi hal ini, perlu dilakukan pendekatan pembelajaran yang kreatif dan efektif. Kualitas keterampilan seseorang dalam menyelesaikan tugas gerakan tertentu dapat diukur dari seberapa baik individu tersebut dapat melaksanakan tugas yang diberikan dengan tingkat keberhasilan (Mardian, 2020). Metode berpasangan dianggap menjadi pendekatan pembelajaran yang bisa dilakukan. Metode ini melibatkan siswa untuk berlatih secara berpasangan, yang

memungkinkan mereka saling memberikan umpan balik dan meningkatkan keterampilan secara bersama-sama. Menurut (Haerullah & Yusuf, 2023) pembelajaran passing dengan menerapkan metode berpasangan membantu melatih koordinasi antara tangan dengan kaki, menguatkan kekuatan otot tangan, dan kelenturan otot tangan, serta ketangkasan dan keterampilan dalam passing bawah pada permainan bola voli.

Penelitian oleh (Yulianto, 2023) menunjukkan bahwa penerapan metode berpasangan secara signifikan meningkatkan hasil belajar keterampilan menggiring bola pada olahraga bola basket. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa metode ini mendorong interaksi langsung antara siswa, memungkinkan mereka untuk memperbaiki teknik melalui umpan balik yang diberikan oleh pasangan mereka. Hal ini penting, mengingat siswa seringkali lebih responsif terhadap umpan balik yang diberikan secara langsung oleh sesama rekan belajar, yang pada akhirnya mempercepat penguasaan keterampilan. Selain itu, penelitian (Hadiana & Hakim, 2021) mendukung efektivitas metode pembelajaran kooperatif, termasuk metode berpasangan, dalam meningkatkan keterampilan dasar olahraga. Dalam penelitian ini, interaksi antara siswa tidak hanya membantu dalam peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga mendorong peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dalam konteks teknik dasar seperti passing bawah bola voli, metode ini memungkinkan siswa untuk mengoreksi gerakan mereka lebih cepat dibandingkan dengan metode pembelajaran tradisional yang bergantung sepenuhnya pada instruksi guru.

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa metode berpasangan efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran olahraga. (Yuliaty, 2020) menyatakan bahwa penerapan metode berpasangan mampu meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan dalam keterampilan motorik dasar, seperti menggiring bola. Hadiana & Hakim (2021) menambahkan bahwa metode pembelajaran yang melibatkan interaksi antar siswa, termasuk metode berpasangan, memberikan dampak positif tidak hanya pada keterampilan teknis tetapi juga pada motivasi dan kepercayaan diri siswa. Namun, fokus utama dalam penelitian-penelitian ini sebagian besar masih terbatas pada jenis keterampilan motorik tertentu dan belum secara mendalam menelaah pengaruhnya terhadap teknik spesifik seperti passing bawah bola voli.

Selanjutnya, penelitian oleh (Fatchur, 2023) menekankan pentingnya penggunaan alat bantu dalam mendukung pembelajaran keterampilan dasar olahraga. Meskipun penelitian tersebut menunjukkan hasil yang baik melalui kombinasi metode berpasangan dan penggunaan alat modifikasi, belum ada penelitian yang secara mendalam membahas bagaimana metode berpasangan tanpa alat bantu dapat mempengaruhi keterampilan passing bawah bola voli. Hal ini membuka peluang untuk mengeksplorasi lebih lanjut efektivitas metode berpasangan secara mandiri dalam konteks pembelajaran bola voli, terutama di lingkungan pendidikan yang tidak memiliki akses ke alat bantu pembelajaran yang mahal atau sulit dijangkau. Penelitian (Ruman, 2021) tentang model pembelajaran kooperatif menunjukkan bahwa metode ini efektif dalam meningkatkan penguasaan keterampilan teknis. Namun, penelitian tersebut masih berfokus pada penerapan metode ini secara umum dalam berbagai keterampilan olahraga. Masih ada keterbatasan penelitian yang secara spesifik mengevaluasi dampak metode berpasangan pada peningkatan keterampilan passing bawah bola voli. Celah inilah yang menjadi dasar untuk penelitian ini, yaitu untuk memahami seberapa jauh metode berpasangan, tanpa bantuan alat tambahan, dapat memperbaiki keterampilan passing bawah bola voli siswa, khususnya dalam konteks pendidikan jasmani di sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan metode berpasangan dalam meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa kelas IX G di SMP Negeri 28 Surabaya. Dengan menerapkan metode ini, diharapkan dapat terjadi peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah siswa. Pendekatan ini juga diharapkan dapat memberikan pandangan dan pemahaman baru bagi pengajaran olahraga di sekolah, serta menginspirasi penggunaan metode serupa untuk keterampilan olahraga lainnya. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang mengevaluasi penerapan metode berpasangan secara eksklusif dalam konteks keterampilan passing bawah tanpa menggunakan alat bantu tambahan. Berbeda dengan penelitian sebelumnya

yang banyak mengeksplorasi kombinasi metode ini dengan alat modifikasi atau dalam keterampilan motorik lainnya (Fatchur, 2023). Penelitian (Rahmat & Wahidi, 2018) mengeksplorasi efektivitas metode tersebut pada teknik spesifik dalam permainan bola voli. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam memahami peran metode berpasangan dalam pembelajaran bola voli secara lebih mendalam.

METODE

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti akan menggunakan penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas merupakan jenis penelitian yang dilakukan di lingkungan kelas oleh guru atau peneliti untuk mengatasi permasalahan pembelajaran, meningkatkan kualitas dan hasil belajar, serta menerapkan metode baru dalam pembelajaran dengan tujuan untuk meningkatkan efektivitas pengajaran dan pembelajaran di kelas. Menurut (Hartutik dkk., 2023) penelitian tindakan kelas adalah sebuah penelitian tindakan kelas yang dilakukan oleh guru atau peneliti di kelas. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya tahun pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 31 orang siswa yang terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 28 Surabaya dan waktu penelitian dimulai bulan Juli 2024 sampai dengan bulan Agustus 2024.

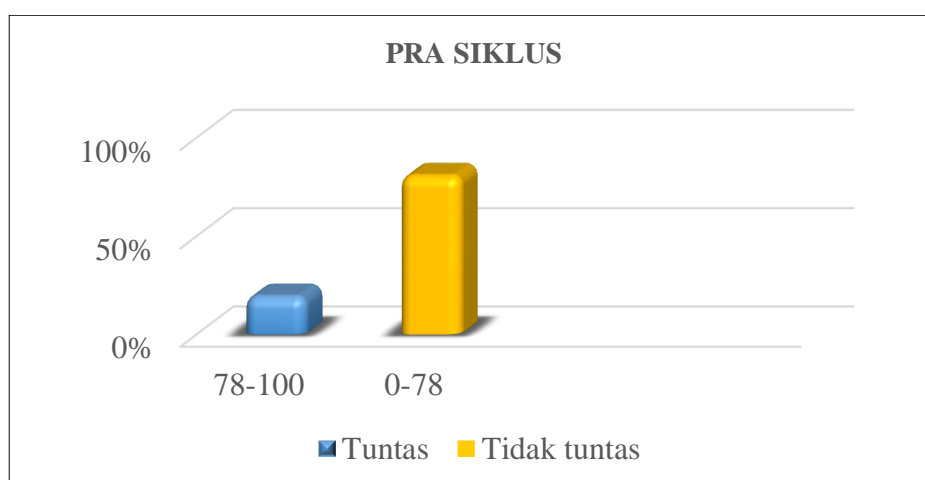
HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan tindakan dengan menerapkan metode berpasangan untuk materi pembelajaran passing bawah bola voli. Berikut dipaparkan data hasil temuan penelitiannya. Berdasarkan observasi sebelum ada tindakan diperoleh data hasil belajar siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Hasil Belajar Pra Siklus Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
>78	Tuntas	6	19,3%
<78	Tidak Tuntas	25	80,7%
Jumlah		31	100%

Berdasarkan informasi yang tertera pada tabel 1, tampak bahwa tingkat ketuntasan hasil belajar siswa pada pra siklus hanya 6 orang (19,3%), sedangkan 25 (80,7%) siswa belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Kemudian untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



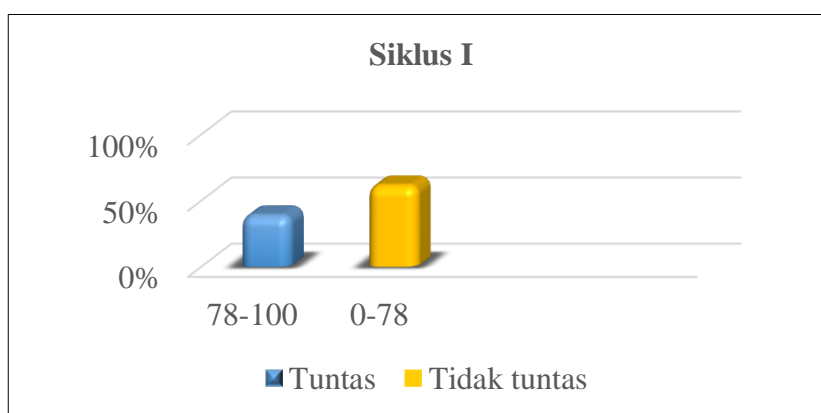
Gambar 1. Hasil Belajar Pra Siklus Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Setelah menyelesaikan dua siklus penelitian, peneliti akan memaparkan hasil selama tindakan pembelajaran berlangsung. Informasi mengenai ketuntasan dalam belajar pada siklus I keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya dengan metode berpasangan dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Hasil Belajar Siklus I Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
>78	Tuntas	12	38,7%
<78	Tidak Tuntas	19	61,3%
Jumlah		31	100%

Berdasarkan informasi yang tertera pada tabel 2, tampak bahwa ketuntasan belajar pada siklus I hanya 12 orang (38,7%), sedangkan 19 (61,3%) siswa belum mencapai tingkat ketuntasan belajar. Kemudian untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



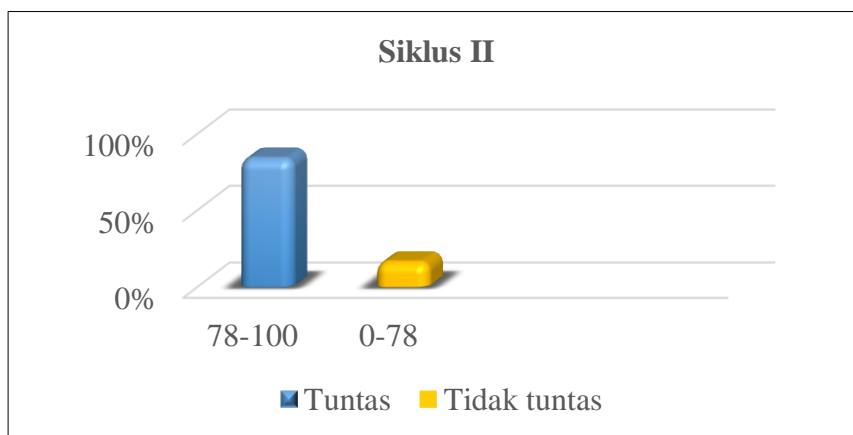
Gambar 2. Hasil Belajar Siklus I Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Kegiatan pada siklus II adalah pelaksanaan tindakan lanjutan yang dirancang untuk memperbaiki proses pembelajaran berdasarkan evaluasi yang dilakukan sebelumnya. Tindakan ini bertujuan untuk mengatasi kekurangan atau hambatan yang ditemukan pada tahap sebelumnya, sehingga pembelajaran dapat berjalan efektif sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Informasi mengenai ketuntasan dalam belajar pada siklus II keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya dengan metode berpasangan dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Hasil Belajar Siklus II Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Rentang Nilai	Kriteria	Frekuensi	Persentase
>78	Tuntas	26	83,9%
<78	Tidak Tuntas	5	16,1%
Jumlah		31	100%

Berdasarkan informasi yang tertera pada tabel 3, tampak bahwa ketuntasan belajar siswa di siklus II meningkat. Dalam siklus ini siswa yang tuntas belajar sebanyak 26 orang (83,9%) sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 5 orang (16,1%). Kemudian untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



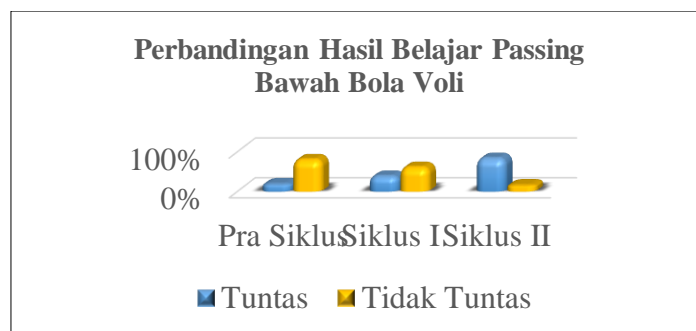
Gambar 3. Hasil Belajar Siklus II Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMPN 28 Surabaya

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa penerapan metode berpasangan dalam materi pembelajaran passing bawah bola voli mampu meningkatkan hasil belajar siswa selama proses pembelajaran. Melalui penggunaan metode ini, terlihat adanya peningkatan dalam pencapaian hasil belajar siswa mulai dari pra siklus yang sebelumnya masih banyak yang belum tuntas, kemudian ada peningkatan ketuntasan belajar di siklus I meskipun tidak seberapa banyak dan pada akhirnya terjadi peningkatan hasil belajar yang tinggi pada siklus II. Hal ini membuktikan bahwa metode berpasangan memperbaiki pemahaman dan keterampilan teknis siswa dalam passing bawah bola voli. Peningkatan tersebut mencerminkan efektivitas metode berpasangan dalam mengoptimalkan proses sebuah pembelajaran dan hasil yang dicapai oleh siswa.

Tabel 4. Perbandingan Hasil Belajar Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya

Penjelasan	Pra Siklus		Siklus I		Siklus II	
Ketuntasan Jumlah	Tuntas	Tidak Tuntas	Tuntas	Tidak Tuntas	Tuntas	Tidak Tuntas
Persentase	19,3%	80,7%	38,7%	61,3%	83,9%	16,1%

Berdasarkan informasi yang tertera pada tabel 4, tampak bahwa tingkat ketuntasan hasil belajar siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya ketika waktu pra siklus hanya berjumlah 6 siswa (19,3%) yang tuntas. Sementara siswa yang tidak tuntas sebanyak 25 orang (80,7%). Kemudian ketika siklus I tingkat ketuntasan belajar meningkat menjadi 12 siswa (38,7%), sedangkan 19 (61,3%) masih belum tuntas. Lalu setelah pemberian tindakan lanjutan pada langkah perbaikan pembelajaran yang dilakukan pada siklus II, terdapat kenaikan ketuntasan hasil belajar yang menjadi 26 siswa (83,9%), dengan hanya 5 siswa yang tidak tuntas (16,1%). Kemudian untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang hasil tersebut, dapat dilihat pada histogram di bawah ini.



Gambar 4. Perbandingan Hasil Belajar Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Siswa Kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya.

Temuan pada tahap pra-siklus menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum menguasai keterampilan passing bawah bola voli, dengan hanya 19,3% yang mencapai ketuntasan. Hal ini menunjukkan kelemahan dalam pendekatan pembelajaran yang digunakan sebelumnya. Temuan ini penting karena menunjukkan adanya kebutuhan akan perubahan metode pembelajaran yang lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan teknis siswa. Penelitian oleh (Ruman, 2021) menunjukkan bahwa metode berpasangan, sebagai bagian dari model pembelajaran kooperatif, dapat meningkatkan penguasaan keterampilan motorik seperti passing bawah, yang sejalan dengan temuan pra-siklus ini. Metode pembelajaran yang melibatkan interaksi aktif antar siswa telah terbukti meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi siswa (Hadiana & Hakim, 2021). Dalam konteks ini, hasil pra-siklus memberikan dasar yang kuat untuk intervensi melalui metode berpasangan, yang tidak hanya bertujuan meningkatkan aspek teknis, tetapi juga membangun keterampilan sosial yang penting dalam olahraga tim seperti bola voli. Dengan adanya pemahaman ini, tindakan yang direncanakan pada siklus-siklus berikutnya diharapkan dapat memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Temuan pra-siklus memberikan landasan penting untuk membuktikan efektivitas metode berpasangan dalam memperbaiki pembelajaran keterampilan passing bawah. Hasil ini menjadi pijakan utama untuk mengevaluasi keberhasilan intervensi di siklus-siklus berikutnya, di mana peningkatan hasil belajar diharapkan sejalan dengan temuan-temuan dari penelitian sebelumnya (Faozi dkk., 2019).

Setelah diterapkannya metode berpasangan pada siklus I, terdapat peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli. Berdasarkan data, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar meningkat menjadi 12 siswa (38,7%) dari total 31 siswa, sementara 19 siswa (61,3%) masih belum mencapai ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penerapan metode berpasangan mulai memberikan dampak positif terhadap kemampuan teknis siswa, meskipun hasilnya belum optimal. Jika dibandingkan dengan hasil pra-siklus, terdapat peningkatan persentase siswa yang tuntas, dari 19,3% pada pra-siklus menjadi 38,7% pada siklus I. Hal ini mengindikasikan bahwa metode pembelajaran berpasangan mulai efektif dalam meningkatkan keterampilan passing bawah, meskipun masih ada sejumlah besar siswa yang belum mencapai target ketuntasan.

Peningkatan hasil pada siklus I, meskipun belum signifikan, sejalan dengan temuan dari (Yuliati, 2020) yang menunjukkan bahwa penerapan metode berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam keterampilan motorik. Dalam penelitian ini, meskipun jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belum mayoritas, tren peningkatan hasil sudah terlihat. Hal ini mirip dengan hasil penelitian oleh (Rahmat & Wahidi, 2018) yang menemukan bahwa metode berpasangan secara bertahap meningkatkan keterampilan passing bawah dibandingkan dengan pendekatan tradisional. Namun, hasil pada siklus I juga menunjukkan bahwa peningkatan ini masih di bawah ekspektasi, dengan 61,3% siswa belum mencapai ketuntasan. Hal ini berbeda dengan penelitian (Faozi dkk., 2019) yang menunjukkan hasil lebih signifikan pada siklus pertama penerapan metode kooperatif. Faktor yang mungkin berkontribusi pada ketidaksihinggaan ini adalah intensitas dan kualitas interaksi antar siswa yang mungkin masih perlu ditingkatkan, sebagaimana disarankan oleh (Fatchur, 2023), yang menemukan bahwa penggunaan alat bantu dalam metode pembelajaran kooperatif dapat mempercepat penguasaan keterampilan teknis siswa.

Temuan pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar keterampilan passing bawah bola voli, dengan 38,7% siswa mencapai ketuntasan. Meskipun demikian, mayoritas siswa masih belum memenuhi kriteria ketuntasan, yang menandakan bahwa metode berpasangan belum sepenuhnya diimplementasikan secara optimal. Hasil ini penting karena menunjukkan efektivitas awal metode berpasangan, tetapi juga mengindikasikan perlunya perbaikan lebih lanjut, terutama dalam meningkatkan interaksi dan umpan balik antar siswa. Pentingnya temuan ini juga terletak pada pengaruh metode berpasangan dalam mendorong keterampilan teknis dan sosial siswa. Sebagaimana ditunjukkan oleh (Hadiana & Hakim, 2021), metode pembelajaran yang melibatkan kerja sama antar siswa dapat memberikan efek positif terhadap keterampilan motorik dan motivasi

belajar. Namun, temuan ini juga menunjukkan bahwa dalam konteks siklus I, pendekatan ini perlu dioptimalkan lebih lanjut untuk mencapai hasil yang lebih signifikan, seperti yang diharapkan pada siklus berikutnya. Dengan demikian, hasil siklus I ini menjadi landasan penting bagi langkah perbaikan di siklus II, yang diharapkan dapat menghasilkan peningkatan yang lebih besar dalam keterampilan siswa.

Pada siklus II, hasil belajar siswa menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan siklus sebelumnya. Sebanyak 26 siswa (83,9%) dari total 31 siswa berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 78, sementara hanya 5 siswa (16,1%) yang belum mencapai ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode berpasangan yang diterapkan dalam pembelajaran passing bawah bola voli telah memberikan dampak yang lebih optimal setelah dilakukan perbaikan dalam proses pembelajaran berdasarkan evaluasi siklus I. Jika dibandingkan dengan siklus I, terjadi peningkatan persentase ketuntasan dari 38,7% menjadi 83,9%. Hal ini menunjukkan keberhasilan intervensi pada siklus II, di mana sebagian besar siswa mampu menguasai keterampilan passing bawah dengan lebih baik, mengindikasikan efektivitas metode berpasangan dalam pembelajaran keterampilan olahraga.

Peningkatan signifikan pada siklus II, di mana 83,9% siswa mencapai ketuntasan, sejalan dengan hasil penelitian oleh (Rahmat & Wahidi, 2018), yang menunjukkan bahwa metode berpasangan secara signifikan meningkatkan keterampilan passing bawah dibandingkan dengan metode konvensional. Dalam konteks ini, hasil siklus II menunjukkan bahwa setelah dua siklus penerapan metode berpasangan, siswa mengalami kemajuan yang substansial dalam keterampilan teknis. Peningkatan yang signifikan ini juga konsisten dengan temuan (Ruman, 2021), yang menemukan bahwa model pembelajaran kooperatif, termasuk metode berpasangan, mempercepat penguasaan keterampilan motorik seperti passing bawah. Selain itu, hasil ini juga sejalan dengan penelitian (Faozi dkk., 2019), yang menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD meningkatkan keterampilan passing bawah secara bertahap melalui kolaborasi dan komunikasi antar siswa. Meskipun begitu, jika dibandingkan dengan temuan (Fatchur, 2023) yang menggunakan alat bantu, hasil dari penelitian ini mencapai peningkatan yang signifikan meskipun tanpa bantuan alat, menunjukkan bahwa metode berpasangan secara mandiri dapat menjadi strategi efektif dalam mengembangkan keterampilan siswa.

Temuan pada siklus II, dengan 83,9% siswa mencapai ketuntasan, menunjukkan bahwa metode berpasangan efektif dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli. Peningkatan signifikan dari siklus I (38,7%) hingga siklus II menegaskan bahwa metode ini tidak hanya membantu siswa dalam memahami teknik, tetapi juga meningkatkan kemampuan mereka melalui interaksi dan umpan balik antar pasangan, sebagaimana didukung oleh (Hadiana & Hakim, 2021). Implikasi dari temuan ini sangat penting, karena membuktikan bahwa metode berpasangan dapat diadopsi secara luas dalam pembelajaran keterampilan olahraga lainnya untuk meningkatkan hasil belajar. Efektivitas metode ini dalam konteks bola voli menunjukkan bahwa kolaborasi aktif antar siswa memainkan peran penting dalam memfasilitasi pemahaman teknis dan meningkatkan motivasi mereka. Sejalan dengan penelitian (Yuliati, 2020), yang menyatakan bahwa interaksi sosial dalam metode pembelajaran berpasangan memperkuat keterampilan motorik, temuan ini menunjukkan bahwa metode ini layak diterapkan di lingkungan pembelajaran lain dengan potensi dampak yang serupa. Dengan hasil yang dicapai pada siklus II, penelitian ini memberikan bukti kuat bahwa metode berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar secara signifikan dan berkelanjutan, terutama bila diterapkan dengan evaluasi dan penyesuaian yang tepat berdasarkan umpan balik dari setiap siklus pembelajaran. Dengan melihat ketuntasan hasil belajar yang tinggi pada siklus II, maka pemberian intervensi yang dilakukan dapat dikategorikan berhasil. Hal ini sesuai dengan penelitian (Hidayah dkk., 2020) yang menunjukkan bahwa penerapan metode latihan berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli pada siswa SMP Negeri 2 Gunungputri, pada siklus 1 terjadi peningkatan dengan jumlah 10 siswa (50%), kemudian pada siklus 2 menjadi 17 siswa (85%).

Dengan metode ini, siswa mendapatkan kesempatan untuk mengasah kemampuan dengan belajar bersama dan berinteraksi langsung satu sama lain, sehingga bisa meningkatkan keterampilan passing bawah mereka. Menurut (Adi Nugroho dkk., 2023) penerapan metode berpasangan dapat membantu dalam memperkirakan arah bola yang datang dan memprediksi bola yang akan dikembalikan. Latihan passing bawah dengan berpasangan yang dilakukan dengan efektif dapat meningkatkan akurasi dalam memberikan umpan, karena melatih untuk melihat sasaran yang dituju (Ratimiasih, 2021). Passing bawah yang dilakukan dengan baik dapat membantu ketika akan memberikan umpan kepada rekan satu tim untuk melakukan serangan. Jika ingin melakukan passing bawah yang baik diperlukan kekuatan tangan yang kuat agar passing bawah yang dihasilkan bisa akurat dan efektif (Kresnapati, 2020). Keterampilan passing bawah yang baik juga dapat membantu ketika mengatasi sebuah serangan dari lawan, kemudian bisa juga untuk mempertahankan bola, bahkan bisa untuk memulai serangan balik ketika ada momentum.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode berpasangan secara signifikan meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli siswa kelas IX G SMP Negeri 28 Surabaya. Peningkatan ketuntasan belajar terlihat dari pra-siklus yang hanya 19,3% menjadi 83,9% pada siklus II. Hasil ini membuktikan efektivitas metode berpasangan dalam memperbaiki kemampuan teknis dan pemahaman siswa terhadap teknik passing bawah. Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa interaksi aktif antar siswa, yang menjadi inti dari metode berpasangan, berperan penting dalam mempercepat proses belajar dan memberikan umpan balik langsung yang meningkatkan pemahaman. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan metode berpasangan tanpa alat bantu tambahan, yang menunjukkan bahwa metode ini dapat berdiri sendiri dan memberikan hasil yang signifikan dalam konteks pendidikan jasmani. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi penerapan metode ini pada keterampilan olahraga lainnya atau dalam lingkungan pendidikan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Nugroho, D., Aryanti, S., & Destriani. (2023). Pengaruh Latihan Passing Atas Berpasangan Terhadap Hasil Passing Atas Pada Club Bola Voli RBO (Regional Betterment Office) Kota Palembang. *Jurnal MensSana Jurnal ilmiah Bidang Pendidikan Olahraga Edition*, 8(2), 134–141. <https://doi.org/10.24036/MensSana.08022023.18>
- Chan, F., & Indrayeni, Y. (2018). Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Melalui Pendekatan Tgfu Pada Siswi Kelas Viii Smp Negeri 11 Muaro Jambi. *Physical Education, Health and Recreation*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i2.9590>
- Daulay, B., & Saldi Daulay, S. (2018). Pengembangan Variasi Latihan Kombinasi Passing Dan Smash Dalam Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, 20(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jptk.v20i1.11040>
- Dwi Jayanti, K., & Nasuka. (2021). *Pengaruh Latihan Passing Bawah Berpasangan Dan Drill Individu Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bola Voli*. 5(2), 63–69. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujss/index>
- Faozi, F., Sanusi, H., & Listiandi, A. D. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Di SMA Islam Al-

- Fardiyatussa'adah Citepus Palabuhanratu. *Physical Activity Journal*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.2001>
- Fatchur, M. (2023). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah Peserta Didik Dalam Permainan Bola Voli Melalui Metode Drill Dengan Bantuan Alat Modifikasi Bola Gantung. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 11(1), 8–22. <https://doi.org/10.23887/jjp.v11i1.57632>
- Hadiana, O., & Hakim, R. L. (2021). Efektivitas Penggunaan Metode Reciprocal Dan Demonstrasi Terhadap Teknik Dasar Shooting Sepakbola. *Physical Activity Journal*, 2(2), 125. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.2.2.3786>
- Haerullah, & Yusuf. (2023). Efektivitas Metode Passing Berpasangan Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Dalam Pembelajaran Bola Voli. *Global Journal Sport*, 1(1). <https://doi.org/DOI.10.35458>
- Hartutik, I., Aprianto, D., & Setyaningtiyas, N. (2023). Pelatihan Pembuatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) bagi Guru-Guru Yayasan Pendidikan Mataram Semarang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/jpkm.v2i2.163>
- Hidayah, F. N., Andi, T. B. D., & Suyatno, A. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli dengan Metode Latihan Berpasangan. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II*, 70–75. <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/semnara2020/article/view/626>
- Kresnapati, P. (2020). Perbedaan latihan passing berpasangan dengan perubahan tinggi net berat bola terhadap kemampuan passing bawah. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 9–15. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5116](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5116)
- Mardian, R. (2020). Pengaruh Latihan Mengumpan Ke Dinding Dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 9(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/csp.v9i1.10975>
- Muslimin, & Helensi, P. (2022). *Pengaruh Metode Latihan Variasi terhadap Ketrampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 59 Palembang*. 4(1), 628–639. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jote.v4i1.6926>
- Noval Aryanto, H., Nur, S., & Hidayat, R. (2023). Penerapan metode berpasangan dalam meningkatkan kemampuan passing bawah pada permainan bola volli mini. *Jurnal Porkes*, 6(2), 747–759. <https://doi.org/10.29408/porkes.v6i2.21331>
- Priyadi, B. (2021). Efektivitas Penerapan Model Problem Based Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli. *Physical Activity Journal*, 3(1), 41–54. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.3.1.4774>
- Rahmat, D., & Wahidi, R. (2018). Pengaruh Pembelajaran Passing Berpasangan Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. *Juara Jurnal Olahraga*, 3(2), 96. <https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.241>
- Ratimiasih, Y. (2021). Pengaruh Latihan Drill Dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Pada Bola Voli Putri. *e-SPORT*, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/e-sport.v1i2.2396>

- Ruman, R. (2021). Pengaruh Model Cooperative Learning Terhadap Penguasaan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(5), 886–893. <https://doi.org/10.36418/japendi.v2i5.167>
- Setia Budi, A. (2021). Pengaruh Latihan Passing Bawah ke Dinding dan Berpasangan Terhadap Keterampilan Bola Voli pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Negeri 13 Tanjung Jabung. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 3(2), 45–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/ijssc.v3i2.15626>
- Yulianto, P. F. (2023). *Sepak bola dalam industri olahraga*. Seminar Nasional Keolahragaan UNIPMA (98-105).
- Yuliati, H. (2020). Pengaruh Metode Bermain Berpasangan Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Tentang Gerak Menggiring Bola Pada Siswa Kelas X Mipa Sman 5 Kota Bogor. *JPG Jurnal Pendidikan Guru*, 1(2), 106. <https://doi.org/10.32832/jpg.v1i2.2946>
- Yulia Sari, Y., Putri Ulfani, D., & Ramos, M. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488. <https://doi.org/https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657>