

## **Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) pada Siswa Kelas X.2 SMA NEGERI 8 SEMARANG**

**Yunan Dian Priasmara<sup>1</sup>, Noviana Dini Rahmawati<sup>2</sup>, Donny Anhar Fahmi<sup>3</sup>,  
Suindriyo<sup>4</sup>**

<sup>123</sup>Pendidikan Profesi Guru, Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, JL. Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No.24, Karangtempel, Kec. Semarang Timur – Kota Semarang, 50232

<sup>4</sup>SMA NEGERI 8 SEMARANG, Jalan Raya Tugu, Tambakaji, Kec. Ngaliyan, Kota Semarang, Jawa Tengah 50185

Email: [yunandian92@gmail.com](mailto:yunandian92@gmail.com)<sup>1</sup>  
[novianadini@upgris.ac.id](mailto:novianadini@upgris.ac.id)<sup>2</sup>[donnyanhar@upgris.ac.id](mailto:donnyanhar@upgris.ac.id)<sup>3</sup>[suin8888@gmail.com](mailto:suin8888@gmail.com)<sup>4</sup>

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran *passing* atas bola voli menggunakan Pendekatan TaRL Pada Siswa Kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Subjek penelitian ini adalah 35 siswa kelas X.2. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data adalah lembar penilaian *passing* atas, lembar observasi untuk siswa dan lembar observasi untuk guru. Berdasarkan hasil observasi, pembahasan dan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *passing* atas melalui pendekatan *Teaching at The Right Level* (TaRL) pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang selama 2 siklus dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa. Hal ini dapat dibuktikan hasil belajar siswa dari 35 siswa pada kondisi awal jumlah siswa yang mampu melakukan aspek penilaian *passing* atas hanya 6 siswa, dan pada siklus I meningkat menjadi 14 siswa, kemudian pada siklus II, meningkat menjadi 28 siswa yang mampu melakukan aspek penilaian *passing* atas dengan benar. Sehingga ketuntasan dalam kelas tersebut sudah lebih dari 74% siswa yang tuntas belajar.

**Kata kunci:** *Teaching at The Right Level (TaRL) passing atas, bola voli*

### **ABSTRACT**

*This study aims to improve the learning of overhead passing in volleyball using the Teaching at the Right Level (TaRL) approach for students of Class X.2 at SMA Negeri 8 Semarang. This research is a Classroom Action Research (CAR) consisting of two cycles. The subjects of this study were 35 students from Class X.2. The instruments used for data collection were overhead passing assessment sheets, student observation sheets, and teacher observation sheets. Based on the observations, discussions, and research results, it can be concluded that the learning of overhead passing through the Teaching at the Right Level (TaRL) approach in Class X.2 students of SMA Negeri 8 Semarang over two cycles was able to improve students' learning skills. This is evidenced by the students' learning outcomes: initially, out of 35 students, only 6 students were able to perform the assessed aspects of overhead passing correctly; in the first cycle, this number increased to 14 students, and in the second cycle, it further increased to 28 students who were able to perform the assessed aspects correctly. Thus, the class achieved a mastery learning rate of over 74%.*

**Keywords:** *Teaching at the Right Level (TaRL), overhead passing, volleyball*

## **1. PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan proses berkelanjutan yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dan perilaku individu agar dapat memberikan manfaat dalam kehidupannya. Tujuan utama dari pendidikan adalah untuk menggali dan mengoptimalkan potensi yang dimiliki setiap individu, sehingga potensi tersebut dapat digunakan secara positif bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Menurut Sugihartono dan rekan-rekan (2012: 3), pendidikan merupakan suatu upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mengubah perilaku manusia, baik secara individu maupun kelompok, guna mencapai kedewasaan melalui kegiatan belajar dan pelatihan.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan yang memengaruhi potensi siswa dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas fisik. Aktivitas ini memberikan pengalaman berharga, termasuk kecerdasan, emosi, perhatian, kerjasama, dan keterampilan. Kegiatan untuk pendidikan jasmani dapat dilakukan melalui olahraga maupun non-olahraga, dengan fokus pada peningkatan gerak manusia. Pendidikan jasmani juga menyoroti hubungan antara gerakan fisik dan perkembangan aspek lain dari individu, menjadikannya unik. Menurut (Alfyanti dkk, 2024), pendidikan jasmani bertujuan mengembangkan kebugaran fisik, mental, sosial, dan emosional, yang penting dalam membentuk manusia Indonesia seutuhnya melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan termasuk salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang diselenggarakan disekolah baik dari jenjang Pendidikan dasar maupun menengah. Dalam usaha meningkatkan mutu pembelajaran pendidikan jasmani, berbagai upaya telah dilakukan baik oleh pemerintah maupun tenaga pengajar itu sendiri. Upaya untuk mewujudkan tujuan penjasorkes dapat dilakukan dengan menggunakan metode, model dan pendekatan yang sesuai dengan kondisi sekolah yang bersangkutan. Akan tetapi, yang menjadi permasalahan ialah metode atau pendekatan dalam mengajar penjas di sekolah yang masih monoton sehingga pembelajaran menjadi tidak menarik dan siswa kurang.

Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang direncanakan dan sistematis yang melibatkan gerakan tubuh yang dilakukan berulang kali dalam upaya meningkatkan tingkat kebugaran fisik seseorang. Aktivitas ini penting bagi setiap orang untuk mencapai kondisi fisik yang baik, yang pada gilirannya dapat meningkatkan produktivitas. Selain itu, olahraga juga berfungsi sebagai sarana kompetisi untuk meraih prestasi. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Pasal 17 (Yang, 2006), Olahraga mencakup olahraga untuk tujuan rekreasi, pendidikan, dan prestasi. Ketiga komponen ini sangat penting untuk meningkatkan sumber daya manusia. Pasal 18 ayat 4 undang-undang yang sama menyatakan bahwa olahraga pendidikan harus dilaksanakan di semua jenjang pendidikan untuk meningkatkan jiwa sportif dan kebugaran fisik.

Guru memegang peranan yang sangat penting dalam keberhasilan pencapaian tujuan pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, seorang guru selalu dituntut untuk lebih mengembangkan kreatifitas maupun melakukan inovasi dalam rangka pencapaian tujuan pembelajaran tersebut. Kemampuan guru dalam mengembangkan pembelajaran selain bertujuan untuk meningkatkan keberhasilan pencapaian tujuan belajar dan meningkatkan aktivitas gerak peserta didik, guru juga dituntut dapat menciptakan suasana yang lebih menarik sehingga menumbuhkan motivasi pada diri peserta didik (Ramadhanti dkk).

Menurut (Sarwita, 2017) menyatakan bahwa bola voli adalah jenis olahraga tim di mana enam orang bermain, dan kelancaran permainan sangat bergantung pada penguasaan

teknik dasar. (Fernández-Rio & Méndez-Giménez, 2015) menambahkan bahwa gerakan dalam permainan ini, seperti melompat, pukulan, perpindahan cepat, dan serangan dan blok sangat penting untuk menang dalam kompetisi yang sangat kompetitif. Prinsip "Developmentally Appropriate" (DAP) mengatakan bahwa tugas belajar atau gerakan yang diberikan harus mempertimbangkan perubahan dalam kemampuan atau kondisi anak dan mungkin berkontribusi pada perubahan tersebut. Oleh karena itu, pembelajaran melalui gerakan, juga dikenal sebagai pembelajaran gerak, harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa. Perkembangan tubuh, mental, dan keterampilan adalah bagian dari perkembangan yang dimaksud. Hal ini penting untuk memastikan kontrol dan ketepatan saat melakukan teknik passing.

Permainan bola voli adalah jenis olahraga di mana dua orang bermain. Tujuan permainan adalah untuk menjatuhkan bola voli ke area lawan dengan tangan (Sarwita, 2017). Ada empat tujuan utama orang berolahraga. Pertama, beberapa orang berolahraga untuk rekreasi, menikmati waktu luang dengan cara yang menyenangkan. Kedua, ada yang berolahraga dalam konteks pendidikan, dilakukan secara formal untuk mencapai tujuan pendidikan. Ketiga, beberapa orang berolahraga untuk mencapai tingkat kebugaran tertentu, yang biasanya dilakukan dibawah bimbingan tenaga profesional dengan fasilitas yang memadai. Keempat, ada pula yang berolahraga untuk mencapai prestasi tertentu (Suseno dkk, 2023)

Olahraga bola voli menjadi minat yang tinggi di Indonesia, dan hampir di berbagai daerah memiliki lapangan voli. Bola voli sudah menjadi olahraga populer di Indonesia, baik di kota maupun di pedesaan. Ini karena olahraga bola voli tidak banyak membutuhkan uang dan sarana yang mudah diakses (Setiawan, 2021). Setiap tim terdiri dari enam pemain inti dan beberapa cadangan. Kerja sama yang baik antar pemain sangat penting untuk meraih kemenangan. Selain itu, pemain juga perlu menguasai beberapa teknik dasar, seperti servis, passing, smash, dan blok. Pemain akan menghadapi kesulitan saat bermain jika mereka tidak menguasai salah satu teknik dasar ini., yang akan memengaruhi peluang tim untuk menang (Masroni & Hariyanto, 2021)

Bola voli merupakan jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan teknik yang kuat. Hal ini disebabkan oleh tuntutan bagi pemain untuk menjaga bola tetap di udara dan tidak memiliki kontak dengan tanah. Selain itu, pemain harus mampu melakukan pukulan yang efektif sehingga lawan tidak dapat mengontrol bola dengan baik, yang memungkinkan mereka untuk mencetak poin. Ini dapat dicapai jika pemain menguasai teknik bermain bola voli dengan benar (Aprilia & Via Erlia, 2023).

Passing merupakan teknik untuk menerima bola dan mengarakannya kembali sesuai keinginan. Ini adalah teknik dasar dalam permainan bola voli yang harus dikuasai oleh siapa saja yang ingin bermain. Menurut (Iskandar, 2021), Passing adalah teknik penting dalam permainan bola voli. Passing harus dilakukan dengan gerakan yang dirangkaikan secara harmonis (Astuti, 2017).

Menurut Roesdiyanto (1991:16), Passing atas merupakan teknik dasar dan awal untuk mendapatkan poin tau menyusun serangan dalam permainan bola voli. Ahmadi (2007:29) mengatakan pada umumnya set up yang banyak dipakai dalam suatu permainan adalah dengan menggunakan passing atas. Sesuai dengan pengertiannya, mengumpam berarti menyajikan bola kepada teman satu regu yang selanjutnya diharapkan akan dapat dipergunakan untuk menyerang ke lapangan lawan. Passing atas adalah operan yang menggunakan ujung-ujung pada jari (Winarno dan Sugiono, 2011:56). Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar passing atas permainan bolavoli adalah suatu teknik mengoper bola ke sesama tim untuk melanjutkan serangan.

Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan Supriyadi dalam (Herlina

& Suherman, 2020: 3). Proses pembelajaran adalah suatu bentuk interaksi antara guru dan peserta didik yang berlangsung di dalam kelas. Dalam proses ini, kegiatan mengajar dan belajar saling berkaitan dan berperan penting dalam menentukan keberhasilan siswa serta pencapaian tujuan pendidikan. Belajar sendiri merupakan suatu proses perubahan perilaku pada individu, di mana seseorang yang awalnya belum mampu menjadi terampil atau menguasai sesuatu. Menurut Marquis & Hilgard dalam (Putria dkk, 2020), belajar adalah proses pencarian pengetahuan yang terjadi dalam diri seseorang melalui pelatihan, pembelajaran, dan berbagai pengalaman lainnya yang pada akhirnya membawa perubahan pada individu tersebut.

Upaya peningkatan kualitas proses pembelajaran penjasorkes di sekolah belum berjalan sebagaimana yang diharapkan. Hal tersebut dapat dilihat dari pengalaman penulis bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan teknik dasar suatu cabang olahraga, demikian pula guru masih mengalami kesulitan dalam menanamkan konsep dan penguasaan teknik dasar olahraga sehingga berakibat pada rendahnya kemampuan bermain bola voli maupun keterampilan teknik-teknik dasar bola voli.

Keberhasilan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kualitas guru, karakteristik siswa, materi yang diajarkan, ketersediaan alat dan fasilitas olahraga, pendekatan atau metode pembelajaran yang digunakan, jumlah siswa yang terlalu banyak, serta keterbatasan waktu pembelajaran. Semua faktor ini saling berkaitan dan tidak bisa dipisahkan satu sama lain. Menurut Agus S. Suryobroto (2004: 1), kelancaran dan keberhasilan pembelajaran jasmani ditentukan oleh sejumlah komponen penting, di antaranya guru, peserta didik, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan pembelajaran, metode yang diterapkan, lingkungan yang mendukung, serta sistem penilaianya.

Masalah yang sering dijumpai oleh guru penjas dalam proses pembelajaran adalah masalah metode pembelajaran. Menggunakan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran dapat mengoptimalkan proses pembelajaran penjasorkes di sekolah. Untuk itu guru pendidikan jasmani dituntut kreativitasnya dalam melaksanakan proses pembelajaran penjasorkes yang sesuai dengan kurikulum.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran, seorang guru harus kreatif dalam menyajikan materi pembelajaran dengan berbagai cara agar bahan pelajaran yang disajikan dapat diterima dengan baik oleh siswa. Anggapan Moston yang dikutip oleh Agus S. Suryobroto (2004: 38-39) bahwa “Mengajar adalah serangkaian hubungan yang berkesinambungan antara guru dengan siswa, yaitu: (1) mencoba mencapai keserasian antara apa yang diniatkan dengan apa yang sebenarnya terjadi, (2) masalah yang bertentangan dengan metode mengajar.”(Petrik dkk, 2024)

Pembelajaran bola voli harus dilaksanakan dengan langkah-langkah yang benar dan tentunya diperlukan program perencanaan dan metode pendekatan yang benar pula, sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan optimal. Namun, untuk meraih itu semua banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran sehingga harapan yang diinginkan tidak mudah untuk diwujudkan. Salah satu pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran bola voli adalah menggunakan metode pembelajaran *Teaching at The Right Level* (TaRL).

Metode pendekatan (*Teaching at The Right Level*) adalah pendekatan pembelajaran yang berfokus pada tingkat kemampuan siswa, bukan pada tingkat kelas atau usia mereka. upaya dalam mengatasi kesulitan tersebut ialah Mengelompokan peserta didik berdasarkan level atau tingkat kemampuan yang dimiliki peserta didik, ( Supangat 2021: 15). Diharapkan peserta didik dapat lebih giat dalam berlatih untuk menguasai teknik passing atas secara tepat dan benar dalam permainan bola voli. Pendekatan ini diterapkan sebagai bentuk penyesuaian proses pembelajaran di lapangan agar sesuai dengan kebutuhan belajar masing-

masing individu. Selain itu, pendekatan ini juga berfungsi sebagai upaya untuk menghindari rasa jemu siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Sebelumnya, peneliti telah melaksanakan observasi awal di SMA Negeri 8 Semarang. siswa yang mampu melakukan aspek penilaian passing atas hanya 6 siswa, 29 siswa masih belum mampu melakukan Teknik passing bola voli. Berdasarkan hasil observasi tersebut, ditemukan bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam memahami dan melakukan materi permainan bola voli, khususnya pada teknik passing atas.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka dirasa penting untuk dilakukan penelitian tindakan kelas terkait pembelajaran bola voli, khususnya pada teknik passing atas. Melalui pembelajaran ini, peserta didik memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi gerakan secara leluasa dan sesuai dengan kemampuan masing-masing, yang tentunya mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan PTK dengan judul “Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) pada Siswa Kelas X.2 SMA NEGERI 8 SEMARANG”.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK), karena salah satu cara yang dapat ditempuh oleh guru untuk mengatasi berbagai permasalahan pembelajaran adalah dengan melakukan penelitian yang berfokus pada proses belajar, baik di dalam maupun di luar kelas. Penelitian yang berkaitan dengan penerapan pendekatan Teaching at The Right Level guna meningkatkan keterampilan passing atas dalam pembelajaran di kelas termasuk ke dalam kategori PTK.

Penelitian tindakan kelas merupakan suatu bentuk penelitian yang dilaksanakan secara sistematis dan reflektif terhadap berbagai tindakan yang dilakukan oleh guru, yang mencakup tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, hingga refleksi. Kegiatan ini berfokus pada proses pembelajaran dengan tujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas. Tujuan utama dari PTK adalah meningkatkan keterampilan belajar siswa, di mana guru berperan aktif dan terlibat langsung dalam seluruh tahapan penelitian, mulai dari merancang tindakan hingga mengevaluasi hasilnya. Melalui berbagai upaya, guru dapat mencari solusi atas permasalahan yang muncul di kelas agar proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif dan hasil keterampilan siswa dapat meningkat secara optimal (Arikunto, 2007).

**Table.1 Pedoman Penilaian**

No.	Aspek Yang di Nilai	Indikator	Nilai
1.	Sikap Awalan	a) Badan condong ke depan b) Lengan tangan posisi siap diatas dahi c) Pandangan mata lurus ke arah datangnya bola	
2.	Sikap Perkenaan	a) Jari-jari terbuka dan membentuk setengah bola. b) Ibu jari dan jari telunjuk membentuk segitiga kecil. c) Bola menyentuh jari-jari (bukan telapak tangan). d) Kontak bola tepat di atas dahi.	

- 3.** Sikap Akhir
- Perhatikan bola saat menyentuh tangan
  - Ada gerakan mendorong dari kaki ke tangan saat bola dipassing.
  - Bola diarahkan ke atas danstabil
  - Tenaga passing disesuaikan sehingga bola tidak terlalu keras atau lemah.

---

**Skor maksimal 12**

---

**Jumlah skor**

---

**Nilai akhir**

---

Ketentuan :

1. Jika semua indikator dalam aspek penilaian terpenuhi maka nilai 4.
2. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 3 maka nilai 3.
3. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 2 maka nilai 2.
4. Jika indikator dalam aspek penilaian terpenuhi hanya 1 maka nilai 1.
5. Skor maksimal setiap aspek adalah 4.
6. Jumlah skor maksimal adalah 12.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

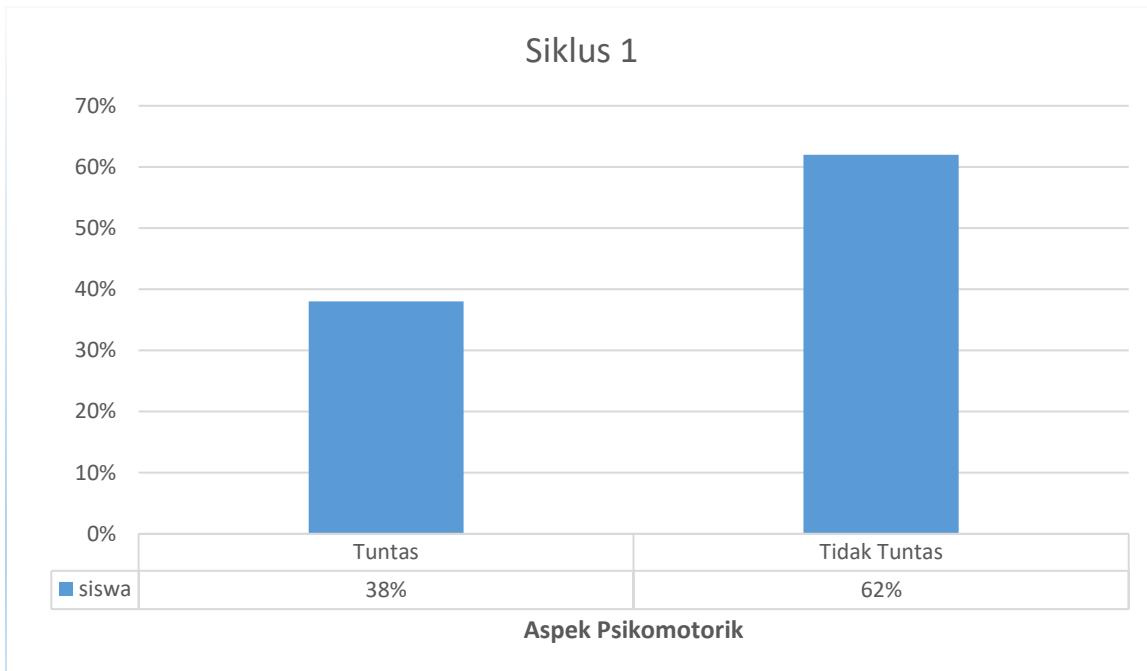
#### **Hasil Penelitian**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil berupa kemampuan passing atas. Adapun data dapat dicermati pada tabel 1.

**Tabel 1.** Hasil kemampuan *passing* atas siklus satu setelah menerima perlakuan

<b>Hasil Awal</b>	<b>Aspek Psikomotorik</b>
<b>Tuntas</b>	14 peserta didik (38%)
<b>Tidak Tuntas</b>	21 peserta didik (62%)

Hasil kemampuan *passing* atas siklus satu



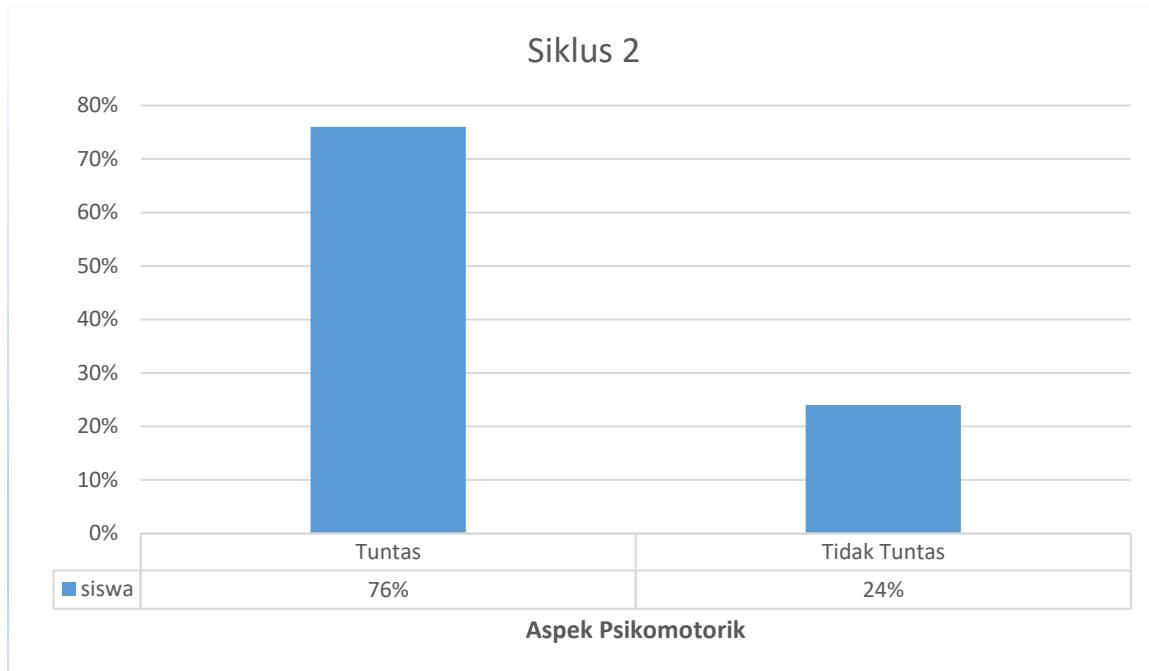
**Gambar diagram 1.**

Tabel 1 diatas diatas adalah data asesmen kemampuan *passing* atas setelah siklus I yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus I menunjukan 14 (38%) peserta didik tuntas dan 21 (62%) peserta didik tidak tuntas. Ada beberapa hambatan yang terjadi pada siklus I ini yaitu 1) Siswa masih banyak yang belum tuntas melakukan gerakan sikap perkenaan dan sikap akhir 2) terbatasnya waktu, 3) siswa kurang memperhatikan saat guru memberikan penjelasan dan mendemonstrasikan materi, 4) siswa satu sama lain masih kurang dalam melakukan kerja sama. Hal tersebut menjadi sebab beberapa siswa masih kurang maksimal dalam melakukan *passing* atas dan juga beberapa masukan dari kolaborator dengan menambahkan jarak pada saat melakukan perlakuan *passing* atas dan tambahan waktu pada saat perlakuan latihan *passing* atas. Oleh karena itu siklus II sangat perlu dilakukan, untuk meningkatkan hasil *passing* atas yang lebih baik. adapun hasil dari siklus II dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Kemampuan *Passing* Atas Siklus Dua

<b>Hasil Awal</b>	<b>Aspek Psikomotorik</b>
<b>Tuntas</b>	28 peserta didik (76%)
<b>Tidak Tuntas</b>	7 peserta didik (24%)

Hasil kemampuan *passing* atas siklus dua



**Gambar diagram 2.**

Tabel 2 di atas adalah data asesmen kemampuan *passing* atas setelah siklus 2 yang terdiri dari asesmen aspek psikomotorik awalan, sikap perkenaan, sikap akhir. Data siklus 2 menunjukkan 28 peserta didik tuntas dan 7 peserta didik tidak tuntas. Tabel di atas mengambarkan ada peningkatan di pembelajaran setiap siklus yang dilakukan.

## Pembahasan

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus mengalami peningkatan mutu pembelajaran. Hal tersebut dapat dilihat sebagai berikut ini:

### 1. Siklus I

Pada siklus I tindakan dalam proses pembelajaran *passing* atas bola voli Menggunakan Pendekatan TaRL (*Teaching at The Right Level*) Pada Siswa Kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang sudah tepat. Dalam proses pembelajaran sebagian besar siswa merasa senang, tidak takut, gembira dan saling bekerja sama dalam melakukan teknik dasar *passing* bola voli dengan benar. Pendekatan pembelajaran telah disuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa sehingga siswa merasa mudah melakukan setiap gerakan yang dilakukan.

### 2. Siklus II

Pada siklus II, proses pembelajaran *passing* atas bola voli dengan menerapkan pendekatan (*Teaching at The Right Level*) pada kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang, pembelajaran menunjukkan peningkatan yang signifikan dan memberikan hasil yang memuaskan. Tindakan yang diterapkan pada siklus ini meliputi penambahan variasi latihan serta penggabungan berbagai teknik, yang membuat pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Siswa mengikuti kegiatan dengan semangat tinggi dan tanpa rasa takut, sehingga kualitas gerakan *passing* atas mereka mengalami peningkatan. Oleh karena itu, tindakan dalam upaya meningkatkan keterampilan *passing* atas pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang dapat dinyatakan berhasil. Setelah dilakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan kelas selama dua siklus, pendekatan pembelajaran ini dinilai layak untuk dijadikan sebagai acuan dalam proses pembelajaran selanjutnya.

Sementara itu, tindakan yang belum memberikan hasil optimal diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi untuk perbaikan dan penyempurnaan ke depannya. Keberhasilan pembelajaran *passing* atas bola voli melalui metode pembelajaran kooperatif turut membantu guru dalam menyampaikan materi secara lebih efektif. Selain itu, siswa juga terdorong untuk menampilkan kemampuan terbaik mereka dalam setiap aktivitas pembelajaran.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran teknik *passing* atas dengan pendekatan Teaching at The Right Leve (TaRL) pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 8 Semarang selama dua siklus mampu meningkatkan prestasi belajar siswa. Peningkatan ini terlihat dari hasil observasi terhadap aspek psikomotorik siswa, yaitu sikap awalan, perkenaan, dan akhiran. Dari total 35 siswa, pada kondisi awal Siklus I hanya 14 siswa yang mampu melakukan ketiga aspek tersebut dengan baik. Jumlah ini meningkat menjadi 28 siswa pada siklus II. Dengan demikian, ketuntasan di kelas tersebut telah mencapai lebih dari 74% siswa yang berhasil mencapai standar belajar yang ditetapkan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada SMA Negeri 8 Semarang yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga

disampaikan kepada Bapak/Ibu Guru dan seluruh siswa kelas X.2 atas partisipasi aktif selama proses penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus. S. Suryobroto. 2004. Diktat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Fakultas IlmuKeolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ahmadi, N. (2007). *Panduan olahraga bola voli / Nuril Ahmadi ; Editor: Didin.*
- Alfyanti, A., Siregar, F. H., Padang, I. N., Ginting, J. R., Melati, S. A., & Siregar, F. S. (2024). Pentingnya Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi Anak Sekolah Dasar. *JETBUS: Journal of Education Transportation and Business*, 1(1), 26–33. <https://doi.org/10.57235/JETBUS.V1I1.2722>
- Arikunto, S. (2007). *Prosedur Penelitian: suatu pendekatan praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 01. <https://doi.org/10.24235/AL.IBTIDA.SNJ.V4I1.1276>
- Dwinata Nandaka, P., Sudiana, I. K., & Doddy tisna MS, G. (2022). Pengaruh Metode Latihan Bola Gantung Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Dan Ketepatan Smash Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Smpn 2 Purwoharjo. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 13(2), 67–73. <https://doi.org/10.23887/JJPKO.V13I2.53791>
- Fernández-Rio, J. M., & Méndez-Giménez, A. (2015). El Aprendizaje Cooperativo: Modelo Pedagógico para Educación Física (Cooperative learning: Pedagogical Model for Physical Education). *Retos*, 29, 201–206. <https://doi.org/10.47197/retos.voi29.38721>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pjok) di tengah pandemi corona virus disease (covid)-19 di sekolah dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1-7.
- Masroni, A. H., & Hariyanto, E. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Ekstrakurikuler Bolavoli Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 3(5), 284–293. <https://doi.org/10.17977/UM062V3I52021P284-293>
- Petrik, I., Eremenko, A., Smirnova, N., & Rybalchenko, N. (2024). Meningkatkan Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Melalui Metode Pembelajaran Kooperatif Pada Siswa Kelas V SDN Jangka Tahun Pelajaran 2017/2018. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 1(1). <https://doi.org/10.20935/ACADNANO7380>
- Putria, H., Maula, L. H., & Uswatun, D. A. (2020). Analisis Proses Pembelajaran dalam Jaringan (DARING) Masa Pandemi Covid- 19 Pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 861–870. <https://doi.org/10.31004/BASICEDU.V4I4.460>
- Ramadhanti, R. L., Al-Bahij, A., & Mufidah, L. (n.d.). *Pengaruh Penggunaan Pembelajaran Kreatif dan Inovatif untuk Siswa di Sekolah MI Muhammadiyah Butuh Kalikajar.*
- Suseno, W., Muhtar, T., & Sudrazat, A. (2023). Pengaruh Bentuk Latihan Circuit Training Terhadap Ketepatan Shooting Pada Club Sepakbola Cirebon United Kota Cirebon. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(3), 828–839. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i3.8457>
- Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Yang, J. (2006). PERATURAN MENTERI PENDIDIKAN NASIONAL REPUBLIK INDONESIA NOMOR 22 TAHUN 2006 TENTANG STANDAR ISI UNTUK SATUAN PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA MENTERI PENDIDIKAN NASIONAL. *Global Shadows: Africa in the Neoliberal World Order*, 44(2), 8–10.

2503010269 - 11