

## **Upaya Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Permainan Bola Voli Dengan Pendekatan TaRL Pada Peserta Didik XI Perhotelan A di SMK Negeri 1 Bawen**

**Anita Septiana F<sup>1</sup>, Theresia Cicik S.B<sup>2</sup>, Aryan Eka Prasetya N<sup>2</sup>, Yulia Ratimiasih<sup>3</sup>,  
Kingkin Lutfiyani<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang, Jl Gajah Raya No 40, Semarang, 50166

<sup>2</sup>Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Pendidikan Bahasa dan Seni, Universitas PGRI Semarang, Universitas PGRI Semarang, Jl Gajah Raya No 40, Semarang, 50166

<sup>2</sup>Pendidikan Ekonomi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang, Jl Gajah Raya No 40, Semarang, 50166

<sup>3</sup>Pendidikan Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan, Universitas PGRI Semarang, Jl Gajah Raya No 40, Semarang, 50166

<sup>4</sup>SMK Negeri 1 Bawen, l. Kartini Bawen No.119, Mustika, Bawen, 50661

Email: [anitaseptianafirdaus@gmail.com](mailto:anitaseptianafirdaus@gmail.com)

Email: [ciciksophia@upgris.ac.id](mailto:ciciksophia@upgris.ac.id)

Email : [aryaneka@upgris.ac.id](mailto:aryaneka@upgris.ac.id)

Email: [yuliaratimiasih@upgris.ac.id](mailto:yuliaratimiasih@upgris.ac.id)

Email: [lutfiakingkin@gmail.com](mailto:lutfiakingkin@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli dengan menggunakan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) pada peserta didik kelas XI Perhotelan A di SMK Negeri 1 Bawen. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 36 peserta didik. pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa lembar penilaian keterampilan *passing* bawah, lembar observasi aktivitas peserta didik, dan lembar observasi guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan TaRL mampu meningkatkan keterampilan *passing* bawah peserta didik. pada kondisi awal, terdapat 6 peserta didik yang mampu melakukan *passing* bawah dengan benar. Setelah dilakukan tindakan pada siklus I, jumlah peserta didik yang mencapai kriteria meningkat menjadi 13 orang. Pada siklus II, jumlah tersebut kembali meningkat menjadi 23 peserta didik. Artinya, lebih dari 64% peserta didik telah mencapai ketuntasan belajar. Dengan demikian, pendekatan TaRL terbukti efektif dalam membantu meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli peserta didik.

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

### **ABSTRACT**

*The objective of this study was to improve the ability of volleyball underhand passing of grade XI Perhotelan A students at SMK Negeri 1 Bawen through Teaching at the Right Level (TaRL) approach. This was an Action Research (AR) study conducted in two cycles. The subjects of this study were thirty six students of grade XI Perhotelan A students. The instruments used for collecting data were in the form of underhand passing skill, assessment sheet, students activity observation sheet, and teacher observation sheet. The result of this study showed there were improvements on students underhand passing. If could be seen from the number of students who reached the criteria increased to 13 students in the first cycle. In the second cycle, the number increased to 23 students. This means there were more than 64% students have achieved the learning completion. Therefor, using TaRL approach could improve students volleyball underhand passing skill.*

**Keywords:** *Teaching at The Level (TaRL), underhand passing, volleyball*

## **1. PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan proses yang terus berlangsung untuk mengembangkan keterampilan dan sikap seseorang agar bermanfaat dalam kehidupan. Tujuan utama pendidikan adalah membantu setiap individu menemukan dan mengembangkan potensi terbaiknya, sehingga mereka dapat memanfaatkannya secara aktif untuk diri sendiri dan lingkungan sekitar. 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 merupakan landasan utama dalam pembentukan karakter, pengembangan potensi, serta peningkatan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai wahana untuk membentuk karakter, sikap, dan nilai-nilai yang relevan dengan perkembangan zaman (Mukhlis, Rasyidi, & Husna, 2024).

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan yang membantu mengembangkan potensi peserta didik dalam aspek kognitif, emosional, dan psikomotorik melalui berbagai aktivitas fisik. Kegiatan ini memberikan pengalaman berharga, seperti membangun kecerdasan, emosi, konsentrasi, kerja sama, dan keterampilan. Pendidikan jasmani dapat dilakukan melalui kegiatan olahraga maupun non olahraga, dengan tujuan utama untuk meningkatkan kemampuan gerak manusia. Selain itu, pendidikan jasmani menekankan hubungan antara gerakan fisik dan perkembangan aspek lain dalam diri peserta didik sehingga menjadikannya bagian penting dan unik dalam proses pendidikan. Pendidikan jasmani bukan hanya soal fisik, tetapi bagian dari penguatan karakter yang menyentuh ranah afektif, kognitif, dan psikomotor yang penting untuk membentuk kepribadian peserta didik secara menyeluruh (Ramdani, Nugraheni, & Septiadi, 2023).

Namun, kenyataannya di lapangan masih banyak peserta didik yang mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan dasar, salah satunya teknik passing bawah pada permainan bola voli. Berdasarkan data awal dari hasil observasi di kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen, hanya 6 dari 36 peserta didik (17%) yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), sedangkan 30 peserta didik (83%) lainnya belum tuntas. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan belum sepenuhnya mampu menjawab kebutuhan belajar peserta didik yang memiliki kemampuan berbeda-beda. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih adaptif dan sesuai dengan kemampuan aktual peserta didik. Salah satu pendekatan yang relevan adalah Teaching at the Right Level (TaRL). Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar keterampilan dasar olahraga karena disesuaikan dengan tingkat kemampuan peserta didik. Penelitian Ishak (2024) juga menunjukkan bahwa pendekatan TaRL mampu meningkatkan hasil belajar psikomotor pada permainan bola voli melalui latihan yang lebih terarah dan bertahap.

Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Olahraga memiliki peran strategis dalam membentuk keterampilan motorik, kebugaran jasmani, serta pembiasaan gaya hidup aktif dan sehat. Pembelajaran PJOK yang efektif tidak hanya menekankan aspek kognitif, tetapi juga psikomotor dan afektif secara seimbang (Sari, Ulfani, & Ramos, 2024). Menurut yang disampaikan oleh Dhedhy (2018) pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga turut berperan dalam mengembangkan kemampuan intelektual, emosional, dan sosial peserta didik. Di sisi lain, pembelajaran PJOK kerap menghadapi berbagai tantangan, seperti kemampuan peserta didik, keterbatasan fasilitas dan sarana, serta beragamnya pendekatan pembelajaran. Kondisi ini sering menjadi hambatan bagi guru dalam mengoptimalkan penyusunan dan penyampaian materi pembelajaran secara efektif (Masroni & Hariyanto, 2021). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu cara untuk membentuk manusia yang utuh, yang dilaksanakan di sekolah mulai dari jenjang pendidikan dasar hingga menengah. Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK, berbagai usaha telah dilakukan, baik oleh pemerintah maupun guru. Salah satu cara untuk mencapai tujuan PJOK adalah dengan memilih metode, model, dan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Namun, masih banyak guru yang menggunakan cara mengajar

monoton, sehingga pembelajaran menjadi kurang menarik dan peserta didik kurang termotivasi.

Guru sebagai fasilitator utama dalam proses pendidikan yang dituntut untuk memiliki kemampuan pedagogik yang adaptif, kreatif, dan inovatif. Khususnya guru PJOK harus mampu Menyusun model pembelajaran yang menyenangkan, konstektual, serta sesuai dengan tingkat kemampuan peserta didik. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Masfufah dkk (2023), guru memiliki tanggung jawab menciptakan suasana belajar yang kondusif dan memberdayakan agar setiap peserta didik dapat berkembang sesuai dengan potensinya. Oleh karena itu, peran guru tidak hanya terbatas pada penyampaian mater, tetapi juga mencakup pengelolaan lingkungan belajar yang mendukung keterlibatan aktif dan pembentukan karakter peserta didik.

Menurut Sarwita (2017), bola voli merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang setiap timnya terdiri dari enam orang dan suapaya permainan berjalan dengan lancar pemain harus menguasai teknik dasar dengan baik. Fernández-Rio & Méndez-Giménez (2015) menambahkan bahwa dalam bola voli, gerakan seperti melompat, memukul bola, bergerak cepat, serta melakukan serangan dan blok sangat penting untuk bisa menang, terutama dalam pertandingan. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pembelajaran PJOK adalah bola voli, yang merupakan permainan beregu dengan karakteristik dinamis dan membutuhkan kerja sama tim serta penguasaan teknik dasar. Permainan bola voli memiliki beberapa teknik dasar penting yaitu servis, *passing*, smash, dan block. Dari beberapa teknik tersebut, *passing* memegang peranan penting yang digunakan untuk mengontrol bola setelah menerima serangan dari lawan. Teknik ini membantu menjaga bola tetap dalam permainan dan menjadi fondasi dalam membangun serangan. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Nurodin et al. (2024), *passing* bawah merupakan teknik penting dalam mempertahankan bola dan menyusun serangan, sehingga penguasaannya sangat menentukan kualitas permainan tim. Teknik ini merupakan dasar yang harus dikuasai setiap pemain, terlebih dalam pembelajaran awal.

*Passing* bawah merupakan teknik dasar dalam bola voli yang dilakukan dengan bagian lengan bawah untuk menerima bola dari arah lawan. Tujuannya adalah mengontrol arah dan kecepatan bola agar tetap berada dalam permainan. Teknik ini memerlukan koordinasi antara posisi tubuh, lengan, serta pandangan mata terhadap bola. Menurut Parelleseng (2021), teknik ini menjadi bagian penting pada fase pertama pertahanan dan transisi ke serangan karena digunakan untuk menerima servis. Ketidaktepatan dalam melakukan *passing* bawah akan berdampak langsung pada kegagalan membangun serangan tim. Oleh karena itu, pembelajaran *passing* bawah yang tepat dan sesuai dengan tingkat kemampuan peserta didik sangat diperlukan. *Passing* bawah merupakan elemen kunci untuk mempertahankan tim dari serangan lawan (Dwinata Nandaka dkk, 2022). Sementara yang dikemukakan oleh Setia budi (2021) menyatakan bahwa *passing* bawah digunakan saat menerima servis atau pukulan smash, karena teknik ini memberikan kekuatan yang lebih besar dibandingkan dengan teknik lainnya. Untuk mencapai permainan yang bagus dan efektif, setiap pemain harus menguasai teknik dasar bola voli, terutama *passing* bawah, yang harus dikuasai dahulu sebelum bermain bola voli (Setiawan, 2021).

Namun, realitanya di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua peserta didik mampu menguasai teknik ini dengan baik dan benar. perbedaan dalam kemampuan dasar antar peserta didik mengakibatkan pembelajaran yang bersifat klasikal kurang efektif. Dalam banyak kasus yang dialami oleh guru adalah kesulitan dalam mengelola kelas yang memiliki perbedaan secara kemampuan. Permasalahan ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Putria et al. (2020) bahwa pendekatan pembelajaran yang tidak sesuai dengan kebutuhan individual peserta didik cenderung menurunkan motivasi dan pencapaian belajar. Selain itu, jika pembelajaran tidak mempertimbangkan dengan perbedaan kemampuan peserta didik yang tertinggal akan merasa frustasi sedangkan peserta didik yang lebih mampu cenderung merasa bosan karena kurangnya tantangan. Hal ini akan berdampak pada rendahnya partisipasi aktif dalam proses belajar. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi

pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan peserta didik sehingga mereka dapat belajar secara optimal sesuai dengan kecepatan dan gaya belajarnya masing-masing.

Untuk mengatasi tantangan tersebut guru perlu memikirkan model dan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat kemampuan peserta didik sehingga mereka dapat belajar secara optimal. Salah satu pendekatan inovatif yang dapat diterapkan adalah *Teaching at the Right Level* (TaRL). Pendekatan ini berorientasi pada kemampuan actual peserta didik, buka berdasarkan kelas atau usia, karena TaRL menekankan pentingnya mengelompokkan peserta didik berdasarkan tingkat kemampuan mereka untuk memberikan pembelajaran yang sesuai dan efektif (Amalia & Adi, 2023); Dalam pembelajaran PJOK, pendekatan TaRL memungkinkan guru mengelompokkan peserta didik berdasarkan level keterampilan mereka dan memberikan materi serta latihan yang sesuai dengan tingkat kemampuan peserta didik. Hal ini sejalan dengan prinsip “Developmenntally Appropriate Practices” (DAP) yang menekankan pentingnya penyesuaian instruksi pembelajaran dengan tahap perkembangan peserta didik. DAP menekankan bahwa pembelajaran harus disesuaikan dengan tahap perkembangan peserta didik, memperhatikan keunikan individu, serta sosial dan budaya tempat anak belajar (Yhunanda, Yoenanto, & Nur, 2023).

Pendekatan TaRL telah terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar diberbagai bidang, termasuk pendidikan jasmani. Menurut Hadiawati, Prafitasari, dan Priantri (2024), pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) memungkinkan peserta didik mengembangkan kemampuan secara efisien dan natural melalui pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Peran guru sebagai fasilitator menciptakan proses belajar yang aktif dan reflektif, sehingga meningkatkan keterlibatan dan motivasi peserta didik dalam mencapai kompetensi. Dalam pembelajaran permaianan bola voli, strategi ini memfasilitasi diferensiasi materi, aktivitas latihan, dan evaluasi secara fleksibel, sehingga peserta didik dapat berkembang sesuai dengan kemampuan belajar masing-masing.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ahmad Faisal (2022) menunjukkan bahwa pendekatan TaRL dalam pembelajaran bola voli mampu meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah secara signifikan. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Petrik et al. (2024), yang menyatakan bahwa diferensiasi instruksi berbasis level kemampuan peserta didik dapat meningkatkan partisipasi, motivasi, dan hasil belajar secara menyeluruh. Pendekatan TaRL dipilih karena terbukti efektif dalam memberikan pengalaman belajar yang sesuai dengan kemampuan peserta didik. Hal ini diperkuat oleh penelitian Ishak (2024), yang menemukan bahwa penerapan pendekatan TaRL mampu meningkatkan hasil belajar psikomotor peserta didik dalam materi servis atas bola voli melalui latihan yang disesuaikan dengan level kemampuan masing-masing.

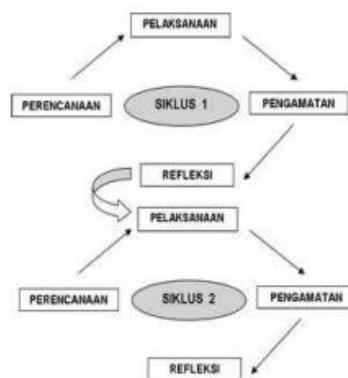
Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di SMK Negeri 1 Bawen, diketahui bahwa sebagian peserta didik kelas XI Perhotelan A mengalami kesulitan dalam melakuka *passing* bawah dengan benar. Hanya 6 dari 36 peserta didik yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) untuk keterampilan ini, sementara sisanya belummampu menunjukkan penguasaan teknik secara optimal. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi pembelajaran yang adaptif dan terstruktur.

Oleh karena itu, penerapan pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) menjadi sangat relevan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran bola voli, khususnya dalam penguasaan teknik *passing* bawah. Melalui pembelajaran yang berfokus pada kemampuan actual peserta didik dan disertai dengan asesmen berkala, diharapkan proses pembelajaran menjadi lebih efektif, menyenangkan, dan bermakna. Penelitian Tindakan kelas ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada peserta didik Kelas XI Perhotelan A di SMK Negeri 1 Bawen, sekaligus memberikan kontribusi terhadap pengembangan model pembelajaran PJOK yang adaptif dan inovatif.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan secara kolaboratif antara peneliti dan guru mata pelajaran PJOK di SMK Negeri 1 Bawen yang dilaksanakan pada tanggal 23 April 2025 dan 30 April 2025. Penelitian ini bertujuan untuk

memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran, khususnya dalam keterampilan *passing* bawah bola voli. Menurut Prio Utomo et al. (2024), PTK adalah metode penelitian yang bertujuan untuk memperbaiki kinerja professional guru melalui siklus tindakan yang sistematis dan reflektif. Pendekatan tindakan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL), yang menekankan pada pengelompokan peserta didik berdasarkan kemampuan peserta didik dalam keterampilan *passing* bawah bola voli. Penelitian dilaksanakan selama dua siklus, yang masing-masing terdiri atas tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Desain penelitian dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Model Spiral dari Kemmis & MC.Taggar  
(Melissa, 2015)

Pelaksanaan pada tahap pra siklus dilakukan dengan observasi awal terhadap kemampuan *passing* bawah peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Peserta didik dikatakan tuntas apabila mencapai KKM yaitu 75. Dari pelaksanaan pra siklus menunjukkan sebagian peserta didik belum menguasai teknik *passing* bawah, baik dari segi sikap awal, perkenaan bola, maupun sikap akhir. Tahap siklus I, peserta didik melakukan asesmen awal dengan melakukan *passing* bawah sebanyak lima kali di dalam lingkaran, kemudian peserta didik dikelompokkan sesuai kemampuan dan diberikan latihan yang sesuai. Tahap siklus II, perbaikan dilakukan berdasarkan hasil refleksi dari siklus sebelumnya dengan menyesuaikan strategi pembelajaran setiap kelompok difokuskan pada penguatan teknik melalui perlakuan yang lebih intensif.

Subjek dalam penelitian ini adalah 36 peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Sumber data diperoleh melalui data primer dan sekunder. Data primer berasal dari hasil tes keterampilan siswa serta observasi aktivitas pembelajaran, sedangkan data sekunder diperoleh melalui dokumen pembelajaran seperti RPP dan lembar observasi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode tes praktik dan observasi proses pembelajaran. Tes digunakan untuk mengukur keterampilan *passing* bawah peserta didik sebelum dan sesudah perlakuan pada siklus I serta siklus II, sementara observasi bertujuan untuk merekam aktivitas peserta didik dan guru selama kegiatan berlangsung.

Instrumen penelitian berupa lembar penelitian keterampilan *passing* bawah, dengan indikator psikomotor yang meliputi sikap awal, saat perkenaan bola, dan sikap akhir. Penelitian dilakukan skoring checklist, kemudian dihitung menggunakan rumus persentase keterampilan. Adapun instrumen penelitian yang dipakai sebagai berikut :

**Tabel 1.** Pedoman Penilaian

No	Aspek Yang di Nilai	Indikator	Nilai
1	Sikap Awalan	1) Badan condong ke depan 2) Lengan menggantung lurus di depan dada 3) Punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan	

	kiri
4)	Pandangan mata lurus ke arah datangnya bola
<b>2</b>	<b>Sikap Perkenaan Bola</b>
1)	Ayunkan kedua lengan ke arah bola
2)	Perkenaan bola pada lengan bawah diatas pergelangan
3)	Bahu dan siku benar-benar dalam keadaan lurus
4)	Lengan di ayunkan dan diangkat untuk mengarah bola
<b>3</b>	<b>Sikap Akhir</b>
1)	Perhatikan bola saat menyentuh tangan
2)	Kaki belakang melangkah ke depan
3)	Ayunan lengan kedepan tidak melebihi bahu
4)	Kembali ke posisi sikap permulaan

(Arikunto, 2013)

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.

Rumus yang digunakan untuk menghitung persentase pencapaian peserta didik adalah

:

$$\text{Perolehan skor} = \frac{\text{skor}}{\text{maksimal skor}} \times 100$$

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode deskriptif kuantitatif untuk mengetahui rata-rata hasil belajar dan tingkat ketuntasan. Nilai rata-rata dihitung dengan rumus :

$$X \text{ rata - rata} = \frac{\Sigma X}{\Sigma N}$$

Keterangan:

X rata-rata = Nilai rata-rata

$\Sigma X$  = Jumlah seluruh nilai peserta didik

$\Sigma N$  = Jumlah peserta didik.

Dan tingkat ketuntasan peserta didik dihitung sebagai berikut :

$$\frac{\text{Jumlah peserta didik lolos KKM}}{\text{Jumlah peserta didik}} \times 100$$

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli melalui penerapan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) pada peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus tindakan.

Pada kondisi awal, hanya terdapat 6 peserta didik dari 36 (17%) yang dinyatakan tuntas sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), yaitu mencapai nilai minimal 75. Sebanyak 30 peserta didik (83%) belum mencapai KKM. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik belum menguasai teknik *passing* bawah dengan benar, baik dari aspek sikap awal, teknik perkenaan bola, maupun sikap akhir. Adapun data dapat disajikan dalam tabel sebagai berikut :

**Tabel 2.** Keadaan Awal Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No	Nilai	Kolaborator		Keterangan
		Frekuensi	Presentase	
1	0-74	17%	6	Tuntas
2	74-100	83%	30	Belum Tuntas

Setelah tindakan pada siklus I dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan TaRL, jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan meningkat menjadi 13 peserta didik (36%), sedangkan 23 peserta didik (64%) masih belum tuntas. Meskipun belum signifikan, data ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta didik dalam menerapkan teknik *passing* bawah. Adapun data dapat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

**Tabel 3.** Siklus I Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No	Nilai	Kolaborator		Keterangan
		Frekuensi	Presentase	
1	0-74	36%	13	Tuntas
2	74-100	64%	23	Belum Tuntas

Pada siklus II, tindakan diperbaiki berdasarkan refleksi siklus I dan masukan dari kolaborator yaitu guru pamong, termasuk variasi latihan dan pengelompokan ulang peserta didik berdasarkan kemampuan yang diperoleh dari hasil asesmen. Hasilnya, sebanyak 23 peserta didik (64%) dinyatakan tuntas, sementara 13 peserta didik (36%) masih belum mencapai KKM. Secara keseluruhan, terjadi peningkatan ketuntasan belajar dari 17 % (pra siklus) menjadi 64% (setelah siklus II), yang menunjukkan efektivitas pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar *passing* bawah bola voli. Adapun data dapat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4. Siklus Passing Bawah	No	Nilai	Kolaborator		Keterangan
			Frekuensi	Presentase	
	1	0-74	64%	23	Tuntas
	2	74-100	36%	13	Belum Tuntas

Pelaksanaan penelitian tindakan ini dilakukan pada tanggal 23 april 2025 untuk siklus I dan 30 April 2025 untuk siklus II. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Dari penjelasan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Pada pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan TaRL, maka telah dapat diketahui ada

peningkatan bawah voli.	<b>Siklus</b>	<b>n</b>	<b>TUNTAS</b>	<b>TIDAK TUNTAS</b>
	<b>Siklus I</b>	36	13	<b>23</b>
	<b>Siklus II</b>	<b>36</b>	<b>23</b>	<b>13</b>

**Tabel 5.** Peningkatan Hasil Aspek Psikomotor Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan hasil di atas bisa diartikan bahwa ketuntasan belajar keterampilan *passing* bawah bola voli melalui pendekatan TaRL Pada siklus I peserta didik yang telah memenuhi nilai KKM sebanyak 13 dari jumlah 36 peserta didik, Sedangkan hasil belajar peserta didik pada siklus II peserta didik yang telah memenuhi nilai KKM sebanyak 23 anak dari jumlah 36 peserta didik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan telah berhasil dalam membuktikan efektifnya penggunaan pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli, tetapi masih terdapat 13 peserta didik (36%) yang belum mencapai KKM pada siklus II. Hal ini menunjukkan bahwa perlu dilakukan tindak lanjut untuk membantu peserta didik yang belum tuntas agar dapat menguasai keterampilan *passing* bawah secara optimal. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan yang berfokus pada peserta didik yang belum mencapai ketuntasan, dengan pendekatan pembelajaran yang lebih intensif.

Penelitian ini memberikan kontribusi yang berarti bagi guru dan peserta didik. Bagi peserta didik, pendekatan TaRL membantu mereka belajar sesuai dengan kemampuan masing-masing sehingga lebih mudah memahami teknik *passing* bawah. Pendekatan ini juga membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Bagi guru, hasil penelitian ini menjadi alternatif strategi pembelajaran yang lebih efektif dalam mengatasi perbedaan kemampuan peserta didik di kelas.

Perolehan hasil jumlah ketuntasan dari kolaborator siklus II meningkat lebih tinggi dari pada tindakan siklus I. Hal ini terjadi karena pada tindakan siklus I peserta didik di dalam mengikuti pembelajaran terdapat kekurangan dalam melakukan *passing* bawah bola voli melalui media teman sebaya terjadi disebabkan karena peserta didik kurang di dalam latihan dan sikap anak yang masih ingin bermain dan ingin diperhatikan. Berdasarkan data hasil belajar keterampilan *passing* bawah bola voli pada setiap siklusnya untuk tindakan di kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen dengan penerapan tindakan pendekatan TaRL dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dikelas. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Yuliana (2024) yang menyatakan bahwa pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) mampu meningkatkan hasil belajar psikomotor peserta didik dalam permainan bola voli karena peserta didik diberikan latihan yang sesuai dengan tingkat kemampuannya, sehingga mereka lebih fokus dan termotivasi untuk berlatih secara optimal.

Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan Pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) pada peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen dilaksanakan mengikuti tahapan dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, guru menyusun modul pembelajaran yang menggunakan pendekatan TaRL, dengan tujuan untuk mengelompokkan peserta didik berdasarkan tingkat

kemampuan aktual mereka, bukan berdasarkan kelas atau usia. Modul ini dirancang agar setiap kelompok mendapatkan materi dan latihan yang sesuai dengan level kemampuannya. Selain itu, instrumen pendukung seperti lembar observasi aktivitas peserta didik dan guru, serta lembar penilaian keterampilan passing bawah, juga disiapkan untuk mendukung proses evaluasi.

Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan dalam dua siklus. Pada siklus I, peserta didik dibagi ke dalam beberapa kelompok sesuai hasil asesmen awal, kemudian masing-masing kelompok diberikan latihan teknik passing bawah yang sesuai dengan tingkat kemampuan mereka. Meskipun hasil pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan kondisi awal, masih ditemukan beberapa kendala, terutama pada peserta didik dengan kemampuan rendah yang kurang aktif mengikuti pembelajaran. Oleh karena itu, pada siklus II dilakukan penyempurnaan strategi, seperti pemberian variasi latihan yang lebih menarik dan pemberian motivasi secara lebih intensif kepada peserta didik yang masih belum mencapai KKM. Selain itu, guru juga memperkuat interaksi dengan peserta didik untuk membangun kepercayaan diri dan semangat belajar.

Selama pelaksanaan pembelajaran, pengamatan dilakukan oleh guru pamong sebagai kolaborator peneliti. Observasi difokuskan pada aktivitas peserta didik dan guru selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya, peneliti mencatat keterlibatan peserta didik dalam latihan serta bagaimana guru melaksanakan pendekatan TaRL sesuai rencana pembelajaran. Hasil observasi menunjukkan bahwa pendekatan ini mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik secara bertahap. Peserta didik terlihat lebih aktif dan antusias saat diberikan latihan yang sesuai dengan kemampuan mereka, serta lebih percaya diri dalam melakukan teknik passing bawah.

Tahap akhir adalah refleksi, di mana peneliti bersama guru pamong menganalisis data hasil tindakan dan observasi. Refleksi dilakukan untuk mengevaluasi kelebihan dan kekurangan tindakan yang telah dilaksanakan. Hasil analisis menunjukkan bahwa pendekatan TaRL efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar passing bawah bola voli. Peningkatan ini terlihat dari jumlah peserta didik yang mencapai KKM, dari hanya 6 orang pada kondisi awal, meningkat menjadi 13 orang pada siklus I, dan akhirnya mencapai 23 orang pada siklus II. Dengan demikian, pendekatan TaRL terbukti mampu membantu peserta didik belajar sesuai tingkat kemampuannya, meningkatkan hasil belajar secara bertahap, serta menciptakan pembelajaran yang lebih menyenangkan dan bermakna.

Pendekatan TaRL yang berfokus pada kemampuan aktual peserta didik terbukti mampu memberikan pengalaman belajar yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat perkembangan peserta didik. Menurut Amalia & Adi (2023), pengelompokan berdasarkan kemampuan bukan berdasarkan usia atau kelas memungkinkan peserta didik belajar secara optimal. Hal ini sejalan dengan prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP) yang menekankan perlunya penyesuaian metode belajar dengan tahapan perkembangan individu (Yhunanda, Yoenanto, & Nur, 2023).

Dalam proses implementasi, terlihat pula perubahan pada sikap dan antusiasme peserta didik. Peserta didik yang awalnya pasif menjadi lebih aktif dan percaya diri. Ini mendukung pendapat Hadiawati, Prafitasari, & Priantari (2024) bahwa pendekatan TaRL berpusat pada peserta didik dan mendorong keterlibatan aktif dalam proses belajar melalui pembelajaran reflektif.

Berdasarkan hasil yang dipaparkan, peningkatan keterampilan *passing* bawah terjadi karena peserta didik diberikan latihan yang relevan dan bertahap sesuai dengan level kemampuan peserta didik. Hal ini memperkuat pernyataan tentang peningkatan keterampilan *passing* bawah sejalan dengan penelitian oleh Setia Budi (2021), yang menunjukkan bahwa latihan teknik dasar seperti *passing* bawah, jika dilakukan secara terstruktur dan bertahap, mampu meningkatkan keterampilan bola voli peserta didik. Dalam penelitian tersebut, penggunaan latihan berpasangan dan berbasis praktik nyata memberikan hasil signifikan terhadap pencapaian psikomotorik peserta didik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan TaRL mampu mengatasi tantangan pembelajaran klasikal yang tidak mempertimbangkan perbedaan individu dalam penguasaan

keterampilan. Hal ini sejalan dengan prinsip pedagogik diferensiasi sebagaimana dijelaskan oleh Amalia & Adi (2023), bahwa pembelajaran adaptif berdasarkan kemampuan aktual peserta didik mendukung tercapainya semangat Kurikulum Merdeka yang berpusat pada kebutuhan unik setiap peserta didik. Maka dari itu, pendekatan TaRL terbukti efektif bukan hanya dalam pembelajaran akademik, tetapi juga dalam pengembangan keterampilan motorik dasar seperti *passing* bawah bola voli.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan pendekatan TaRL dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi keterampilan teknik dasar *passing* bawah bola voli, memberikan dampak positif terhadap hasil belajar peserta didik baik secara kuantitatif (peningkatan hasil tes) maupun kualitatif (motivasi dan partisipasi peserta didik). Model ini dapat dijadikan strategi alternatif yang relevan dalam pembelajaran keterampilan olahraga di sekolah menengah.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan dalam dua siklus pembelajaran, dapat disimpulkan bahwa pendekatan *Teaching at the Right Level* (TaRL) terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli pada peserta didik kelas XI Perhotelan A SMK Negeri 1 Bawen. Peningkatan terlihat dari jumlah peserta didik yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), yang meningkat secara bertahap dari kondisi awal, yaitu hanya 6 peserta didik (17%), menjadi 13 peserta didik (36%) pada siklus I, dan mencapai 23 peserta didik (64%) pada siklus II. Hal ini menunjukkan bahwa strategi yang disesuaikan dengan tingkat kemampuan siswa sangat membantu mereka dalam memahami dan menguasai teknik yang diajarkan.

Selain hasil keterampilan yang meningkat, pendekatan TaRL juga mendorong partisipasi aktif dan meningkatkan motivasi peserta didik, peserta didik menjadi lebih percaya diri saat berlatih dan lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Guru pun terbantu dalam menyusun strategi pembelajaran yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan peserta didik. Dengan demikian, pendekatan TaRL layak diterapkan sebagai alternatif pembelajaran yang adaptif dalam mata pelajaran PJOK, khususnya untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar seperti *passing* bawah bola voli.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan telah berhasil dalam membuktikan efektifnya penggunaan pendekatan TaRL dalam meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli, tetapi masih terdapat 13 peserta didik (36%) yang belum mencapai KKM pada siklus II. Hal ini menunjukkan bahwa perlu dilakukan tindak lanjut untuk membantu peserta didik yang belum tuntas agar dapat menguasai keterampilan *passing* bawah secara optimal. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan yang berfokus pada peserta didik yang belum mencapai ketuntasan, dengan pendekatan pembelajaran yang lebih intensif dan personal. Penelitian selanjutnya juga dapat memperluas fokus tidak hanya pada aspek keterampilan (psikomotor), tetapi juga mencakup aspek kognitif dan afektif, seperti pemahaman konsep teknik dan peningkatan motivasi atau kepercayaan diri dalam pembelajaran olahraga. Dengan begitu, proses pembelajaran akan menjadi lebih menyeluruh dan mampu menjangkau seluruh kebutuhan belajar peserta didik.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMK Negeri 1 Bawen yang telah memberikan izin dan dukungan penuh selama pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus ditujukan kepada Ibu Guru Pamong selaku kolaborator yang telah mendampingi penulis dalam setiap tahap tindakan kelas, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga refleksi. Beliau tidak hanya memberikan bimbingan teknis di lapangan, tetapi juga masukan yang konstruktif demi kelancaran dan keberhasilan proses penelitian.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dari Universitas PGRI Semarang yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam merancang dan melaksanakan penelitian ini secara sistematis dan ilmiah. Terima kasih juga disampaikan kepada peserta didik kelas XI Perhotelan A yang telah berpartisipasi aktif

dalam kegiatan pembelajaran serta menunjukkan antusiasme tinggi selama proses penelitian berlangsung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, D. K., & Adi, P. (2023). Implementasi Teaching at the Right Level (TaRL) dalam mewujudkan kurikulum merdeka di SMP Negeri 2 Pakis. *Jurnal Pendidikan MIPA*, 14(2), 105–114. <https://journal3.um.ac.id/index.php/mipa/article/view/5312>
- Arikunto, S. (2013). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan* (edisi revisi). Jakarta: Bumi Aksara.
- Dhedhy, Y. (2018). Pembentukan Karakter Anak Dengan Jiwa Sportif Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Sportif*, 2(1), 101–112.
- 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>
- Faisal, A. (2022). Upaya Meningkatkan Proses Pembelajaran *Passing* Bawah Bola Voli Kelas XI GP SMK Negeri 2 Karang Baru melalui Pendekatan Teaching Games For Understanding (TGFU) Tahun 2022. *Multiverse: Open Multidisciplinary Journal*, 1(3). <https://doi.org/10.57251/multiverse.vii3.765>
- 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>
- Hadiawati, N. M., Prafitasari, A. N., & Priantari, I. (2024). *Penerapan pendekatan Teaching at the Right Level (TaRL) dalam pembelajaran berpusat pada peserta didik*. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 8(1), 45–56.  
<https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4436>  
<https://edu.pubmedia.id/index.php/itp/article/view/95>  
<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs/article/view/1926>
- Ishak, M. N. (2024). *Meningkatkan Hasil Belajar Psikomotor Servis Atas Permainan Bola Voli Menggunakan Pendekatan TaRL pada Siswa Kelas IV SDI Pa'Baeng-Baeng Makassar*. Global Journal Sport. Diakses dari
- Masfufah, M., Darmawan, D., & Masnawati, E. (2023). Strategi manajemen kelas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa. *Manivest: Jurnal Manajemen, Ekonomi, Kewirausahaan, Dan Investasi*, 1(2), 214–228.
- Masroni, A. H., & Hariyanto, E. (2021). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli Ekstrakurikuler Bolavoli Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health*, 3(5), 284–293.
- Melissa, M. M. (2015). *Peningkatan Kemandirian Belajar Matematika dengan Pendekatan Problem-Based Learning (PBL) di Kelas VII E SMP N 15 Yogyakarta*.
- Mukhlis, M., Rasyidi, A., Husna, H., Nabriz, A., & Akbar, A. F. (2024). Tujuan pendidikan Islam: Dunia, akhirat dan pembentukan karakter Muslim dalam membentuk individu yang berakhlaq dan berkontribusi positif. *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 1-20.
- Nurodin, D., Asmawi, M., Nurfitri, W., Lubis, J., & Humaid, H. (2024). Optimizing Volleyball Bottom *Passing Skills*: Unveiling the Impact of the STAD Learning Model on Learning Outcomes. *KnE Social Sciences*, 180-189. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i31.17568>
- Parelleseng, R. (2021). Upaya Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah pada Permainan Bola Voli Melalui Model Pembelajaran Kooperatif pada Murid Kelas v (lima) UPT SD Negeri 198 PAO (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Palopo).
- 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>
- Ramdani, N., Nugraheni, W., & Septiadi, F. (2023). Aspek Afektif Dalam Pembelajaran Penjas: Bagaimana Kontribusi Metode Permainan Terhadap Level Taksonomi Bloom Siswa?. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(4), 1673-1678.
- Sari, Y. Y., Ulfani, D. P., & Ramos, M. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478-488.
- Sarwita, T. (2017). Pengaruh Latihan *Passing* Bawah Berpasangan Terhadap Ketepatan *Passing* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Klub Pervodac. *Jurnal Penjaskesrek*, 4(1), 31-37.
- 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 Timur. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 3(2), 45–52. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v3i2.15626>
- Setiawan, A. (2021). Pengaruh Model Kooperatif Think Pair Share (Tps) Terhadap Hasil Belajar *Passing* Bawah Dalam Bola Voli Kelas Viii Smp N 1 Japah Tahun Ajaran 2019/2020. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(3), 369–374. <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i3.117>
- Utomo, P., Asvio, N., & Prayogi, F. (2024). Metode penelitian tindakan kelas (PTK): Panduan praktis untuk guru dan mahasiswa di institusi pendidikan. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, 1(4), 19-19. <https://doi.org/10.47134/ptk.vii4.821>
- Yhunanda, Y., Yoenanto, N. H. N., & Nur, A. F. (2023). Strategi pembelajaran guru yang efektif dalam perspektif prinsip DAP (Developmentally Appropriate Practice) di sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1), 2442–9511.
- Yuliana, D., Sungkowo, S., & Prasetyo, A. (2024). Implementasi Pendekatan Teaching At The Right Level (TaRL) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Di SMP N 15 Semarang. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 342-351.