

# **Upaya Meningkatkan Teknik Passing Atas Bola Voli Pada Siswa Kelas XI SMAN 9 Semarang Melalui Permainan Bola Beracun Dalam Pembelajaran PJOK**

**Aditya Dika Pradana<sup>1</sup>, Agus Wiyanto <sup>2</sup>, Ibnu Fatkhu Royana <sup>3</sup>, Priyo Hutomo<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani, Kesehatan, & Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Kota Semarang, 50232

<sup>2</sup>Pendidikan Jasmani, Kesehatan, & Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Kota Semarang, 50232

<sup>3</sup>Pendidikan Jasmani, Kesehatan, & Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Kota Semarang, 50232

<sup>4</sup>SMA Negeri 9 Semarang, Jl. Cemara Raya, Padangsari, Kec. Banyumanik, Semarang, 50267

Email: <sup>1</sup>adityadikapradana@gmail.com 1

Email: <sup>2</sup> AgusWiyanto7@gmail.com 2

Email: <sup>3</sup> ibnufatkhuroyana@gmail.com 3

Email: <sup>4</sup> priyohutomo41@gmail.com 4

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik passing atas bola voli siswa kelas XI di sebuah Sekolah Menengah Atas Negeri di Semarang melalui penerapan permainan bola beracun yang dimodifikasi. Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya keterampilan dasar passing atas yang ditunjukkan oleh rendahnya nilai rata-rata dan tingkat ketuntasan belajar siswa. Penelitian dilakukan dalam dua siklus tindakan kelas yang mencakup tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Data diperoleh melalui observasi dan tes praktik keterampilan teknik passing atas. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai dari 58,06 pada tahap awal menjadi 70,08 pada siklus pertama, dan meningkat lagi menjadi 78,19 pada siklus kedua. Persentase ketuntasan belajar juga mengalami peningkatan dari 27,78% pada pra-siklus menjadi 38,89% pada siklus pertama, hingga mencapai 83,33% pada siklus kedua. Disimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan permainan bola beracun mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan menyenangkan serta dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar passing atas dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

**Kata kunci:** passing atas, bola voli, PJOK, bola beracun

## **ABSTRACT**

*This study aims to improve the overhead passing technique in volleyball among eleventh-grade students at a public Senior High School in Semarang through the application of a modified poison ball game. The main problem addressed in this research is the low level of students' basic passing skills, indicated by their low average scores and achievement rates. The study was conducted through two cycles of classroom action research, consisting of planning, implementation, observation, and reflection stages. Data were collected using observation and practical performance tests. The results showed an improvement in the average score from 58.06 in the initial stage to 70.08 in the first cycle, and further to 78.19 in the second cycle. The percentage of mastery learning also increased from 27.78% in the pre-cycle to 38.89% in the first cycle, and reached 83.33% in the second cycle. It is concluded that learning through the poison ball game creates a more active and enjoyable environment and effectively enhances students' basic overhead passing skills in physical education learning.*

**Keywords:** overhead passing, volleyball, , physical education, poison ball game

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial peserta didik secara menyeluruh. Melalui pembelajaran PJOK, siswa tidak hanya belajar tentang pentingnya hidup sehat dan aktif, tetapi juga mengembangkan keterampilan motorik, kerja sama, serta nilai-nilai sportivitas (Muslim, 2021). Salah satu materi penting dalam PJOK adalah permainan bola voli yang mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, serta mengajarkan nilai kerja sama dan interaksi sosial.

Teknik passing atas dalam permainan bola voli merupakan salah satu keterampilan dasar yang sangat krusial. Teknik ini berfungsi sebagai penghubung utama antara pertahanan dan serangan, serta menjadi penentu keberhasilan dalam eksekusi strategi tim. Umpan yang akurat melalui passing atas memungkinkan setter menjalankan variasi serangan dengan lebih efisien, sementara umpan yang buruk dapat mengganggu ritme permainan (Ozawa et al., 2021); (Ridgway & Hamilton, 2008). Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa pembelajaran passing atas masih sering dilakukan dengan pendekatan monoton yang menyebabkan siswa cepat merasa bosan dan kurang aktif, seperti yang ditemukan dalam observasi di SMAN 9 Semarang.

Masalah ini diperparah oleh kurangnya variasi metode pembelajaran dan frekuensi latihan yang rendah, sehingga keterampilan teknik siswa tidak mengalami peningkatan signifikan. (Fajri, Nasution, & Sumarsono, 2023); (Supriadi, 2023). Permasalahan seperti kelemahan koordinasi tangan-mata dan posisi tangan yang kurang tepat juga menjadi penghambat utama penguasaan teknik ini (Subarja, Aminudin, & Nasution, 2022).

Sebagai respons terhadap tantangan tersebut, dibutuhkan inovasi pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa secara aktif. Salah satu alternatif yang potensial adalah penerapan permainan tradisional yang dimodifikasi sebagai media pembelajaran teknik dasar olahraga. Dalam hal ini, permainan bola beracun, sebuah permainan tradisional yang melibatkan strategi dan keterampilan motorik kasar, dinilai relevan untuk dimodifikasi menjadi latihan keterampilan passing atas (Mahesha et al., 2024); (Alifian & Andrijanto, 2024).

Permainan bola beracun memiliki potensi edukatif yang tinggi, mulai dari peningkatan koordinasi tangan-mata, keterampilan melempar, kerja sama tim, hingga pengembangan keterampilan sosial (Mahesha et al., 2024). Dengan pendekatan latihan acak (random practice), permainan ini dapat melatih siswa dalam berbagai variasi gerakan yang menyerupai teknik passing atas, sehingga mendorong peningkatan adaptasi motorik dan retensi keterampilan yang lebih baik (Cruz et al., 2018). Selain itu, permainan ini juga mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan kontekstual, sesuai dengan prinsip pembelajaran aktif dan bermakna dalam PJOK (Tirtana & Hartati, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, dirumuskan permasalahan utama dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana penerapan permainan bola beracun dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan passing atas bola voli siswa kelas XI SMAN 9 Semarang?
2. Apakah penerapan permainan bola beracun dapat meningkatkan kemampuan passing atas bola voli siswa kelas XI SMAN 9 Semarang dalam pembelajaran PJOK?

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini mengusulkan suatu rencana pemecahan masalah berupa penerapan permainan bola beracun yang telah dimodifikasi, di mana seluruh operan harus dilakukan menggunakan teknik menyerupai passing atas. Kegiatan ini dilakukan dalam setting pembelajaran PJOK secara berkelompok, menggunakan area permainan yang menyerupai lapangan voli, dengan fokus pada peningkatan teknik passing atas melalui pendekatan bermain.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mendeskripsikan penerapan permainan bola beracun sebagai metode pembelajaran teknik passing atas bola voli pada siswa kelas XI SMAN 9 Semarang.

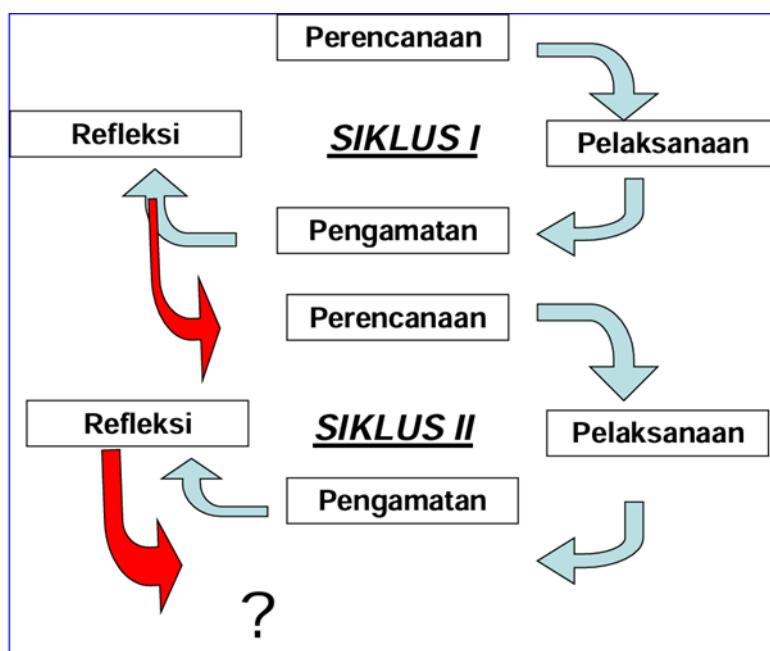
2. Untuk mengetahui peningkatan kemampuan passing atas bola voli siswa kelas XI SMAN 9 Semarang melalui penerapan permainan bola beracun dalam pembelajaran PJOK.

Melalui pendekatan ini, diharapkan tercipta inovasi pembelajaran PJOK yang lebih efektif, menyenangkan, dan kontekstual, sehingga mampu meningkatkan kemampuan teknik passing atas sekaligus memperkuat motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses belajar.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut (Arikunto, 2019), Penelitian Tindakan Kelas merupakan suatu bentuk kajian reflektif oleh guru dalam situasi kelas untuk memperbaiki kualitas pembelajaran yang dilakukannya. Penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif antara peneliti dengan guru PJOK di SMAN 9 Semarang. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 9 Semarang yang berjumlah 36 peserta didik. Penelitian dilaksanakan selama semester genap tahun pelajaran 2024/2025, yaitu pada bulan Februari hingga April. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan teknik passing atas dalam permainan bola voli melalui penerapan permainan bola beracun dalam pembelajaran PJOK.

PTK ini dilakukan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari empat tahapan, yaitu: (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan tindakan, (3) Observasi, dan (4) Refleksi (Kemmisis & McTaggart dalam Mulyasa, 2011).



Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis dan Mc Taggart

Sebelum pelaksanaan tindakan, dilakukan terlebih dahulu tahap pra-siklus untuk memperoleh data awal kemampuan teknik passing atas bola voli siswa melalui tes praktik keterampilan.

Pada tahap siklus I, pembelajaran dilakukan dengan metode konvensional, yaitu guru memperagakan teknik passing atas, kemudian siswa diminta meniru dan mempraktikkannya secara bergantian. Penekanan utama pada siklus ini adalah memberikan pemahaman dasar teknik secara formal dan individual.

Selanjutnya, pada siklus II, pembelajaran dilakukan dengan menggunakan permainan bola beracun, yang dimodifikasi secara khusus untuk melatih teknik passing atas secara menyenangkan dan kontekstual. Permainan ini dirancang agar siswa terlibat aktif, berlatih dalam kelompok, dan mengaplikasikan teknik passing atas dalam situasi permainan.

Observasi dilakukan pada setiap pertemuan untuk mencatat aktivitas siswa, keterlibatan dalam pembelajaran, serta ketepatan teknik passing atas yang dipraktikkan. Pada tahap refleksi, peneliti bersama guru menganalisis hasil observasi dan tes praktik untuk mengetahui efektivitas tindakan, serta menentukan apakah perlu dilakukan perbaikan pada siklus berikutnya.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi : Tes hasil belajar praktik untuk menilai kemampuan teknik passing atas,; Lembar observasi aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran, serta; Dokumentasi sebagai bukti pendukung kegiatan PTK.

Penelitian ini dinyatakan berhasil apabila terdapat peningkatan hasil belajar teknik passing atas bola voli dari pra-siklus hingga siklus II secara signifikan, yang ditunjukkan melalui kenaikan nilai rata-rata dan/atau jumlah siswa yang tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal ditetapkan sebesar 75% siswa mencapai nilai  $\geq 75$  sebagai ambang minimal ketercapaian. Menurut (al-Tabany, 2017), suatu kelas dikatakan tuntas belajarnya (ketuntasan secara klasikal) jika dalam kelas tersebut terdapat  $\geq 75\%$  peserta didik yang telah tuntas belajarnya dari nilai KKTP yang telah ditetapkan di sekolah yaitu 75.

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mencakup:

a Modul Ajar PJOK

Sebagai panduan pembelajaran, dimodifikasi untuk mengintegrasikan permainan bola beracun dalam latihan teknik passing atas bola voli.

b Lembar Observasi

Digunakan untuk mencatat keterlibatan, keaktifan, dan ketepatan teknik passing siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

c Tes Hasil Belajar Praktik

Berupa rubrik penilaian keterampilan passing atas bola voli yang dilaksanakan pada pra-siklus, akhir siklus I, dan akhir siklus II.

Melalui pendekatan bertahap ini, diharapkan penerapan permainan bola beracun dapat menciptakan suasana belajar PJOK yang lebih menyenangkan, aktif, dan kontekstual, serta mampu meningkatkan keterampilan teknik dasar passing atas bola voli secara signifikan pada siswa.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Negeri 9 Semarang yang berjumlah 36 siswa. Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk mengetahui apakah pembelajaran melalui pendekatan permainan bola beracun dapat memberikan dampak terhadap peningkatan kemampuan teknik passing atas bola voli.

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Pada tanggal 10 Februari 2025, dilakukan pengambilan data pra-siklus untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Setelah itu, dilaksanakan pembelajaran konvensional, dan dilakukan pengambilan data sebagai hasil dari siklus I.

Selanjutnya, pada tanggal 17 Februari 2025 dilaksanakan siklus II, yaitu pembelajaran dengan menggunakan metode permainan tradisional bola beracun yang telah dimodifikasi agar sesuai dengan teknik passing atas dalam bola voli. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengobservasi gerakan peserta didik saat melakukan praktik passing atas secara individu.

Berikut ini adalah hasil pengambilan data dalam penelitian yang telah direkapitulasi:

L/P	Pra Siklus Indikator					N	Siklus 1 Indikator					N	Siklus 2 Indikator					N
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5	
P	3	2	3	2	2	60	3	4	3	2	3	75	3	4	3	2	4	80
P	2	2	2	1	2	45	2	3	3	3	3	70	3	3	3	3	3	75
P	2	2	3	2	2	55	3	2	3	3	4	75	3	2	3	3	4	75
P	2	2	2	1	2	45	2	2	2	3	4	65	3	2	2	3	4	70
P	2	2	3	1	2	50	3	2	3	3	3	70	3	2	3	3	3	70
L	3	3	3	3	3	75	3	4	4	4	3	90	3	4	4	4	3	90
P	2	2	3	2	2	55	2	2	3	2	4	65	4	2	3	2	4	75
P	3	2	3	1	2	55	3	2	3	2	3	65	3	2	3	2	3	65
P	2	2	3	1	2	50	2	2	3	3	4	70	3	2	3	3	4	75
L	4	3	3	3	3	80	4	3	3	3	3	80	4	3	3	3	3	80
L	3	3	3	3	3	75	4	3	3	4	3	85	4	3	3	4	4	90
P	3	3	2	3	2	65	3	3	2	3	2	65	3	3	3	3	3	75
P	3	1	2	1	3	50	3	2	2	2	3	60	3	3	3	3	4	80
P	1	1	2	1	2	35	2	3	2	3	4	70	4	3	3	3	4	85
P	2	1	2	2	3	50	2	3	2	2	3	60	3	3	4	2	4	80
P	2	1	2	3	2	50	2	3	2	3	3	65	4	3	3	3	3	80
P	1	2	2	2	2	45	2	2	2	2	3	55	4	2	3	2	3	70
L	3	3	3	3	3	75	3	3	3	4	3	80	3	3	3	4	3	80
L	3	3	3	3	3	75	4	3	3	3	4	85	4	3	3	3	4	85
P	2	2	2	3	2	55	2	2	3	3	4	70	3	2	3	3	4	75
P	1	2	3	2	2	50	3	2	3	3	3	70	3	2	3	4	3	75
P	2	2	2	2	2	50	2	2	2	2	3	55	4	2	3	2	4	75
L	3	3	3	3	3	75	3	3	3	3	3	75	3	3	3	3	3	75
L	3	2	3	3	3	70	3	2	4	3	4	80	3	2	4	3	4	80
L	3	2	3	3	3	75	3	3	4	3	3	80	3	3	4	4	4	90
P	1	2	2	2	2	45	2	3	2	3	3	65	4	3	2	3	3	75
P	2	2	3	2	2	55	2	2	3	2	4	65	4	2	3	2	4	75
P	1	1	3	1	3	45	2	2	3	3	3	65	4	2	3	3	4	80
P	2	2	2	1	2	45	2	2	2	2	4	60	3	2	3	2	4	70
L	3	3	3	3	3	75	3	3	4	3	3	80	3	3	4	4	3	85
L	3	3	3	3	3	75	3	3	4	3	3	80	3	3	4	3	3	80
P	2	2	3	3	2	60	2	2	3	3	2	60	4	2	3	4	4	85
P	2	1	2	1	2	40	2	3	2	3	3	65	3	3	2	3	3	70
P	2	1	2	1	2	40	2	2	2	2	2	50	4	2	3	3	4	80

Gambar 2, Hasil Rekapitulasi Pengambilan Data

a Hasil Pra-Siklus

Pada tahap pra-siklus, siswa diberi tes praktik teknik passing atas berdasarkan lima indikator, yaitu: sikap awal, posisi tangan, kontak dengan bola, arah dan akurasi bola, serta keseimbangan & sikap akhir. Hasil penilaian menunjukkan bahwa dari 36 siswa:

Tabel 1. Rekapitulasi Nilai Pra Siklus

Rekapitulasi Nilai Pra Siklus	
Jumlah siswa tuntas (nilai $\geq 75$ )	10 siswa
Jumlah siswa belum tuntas	26 siswa
Persentase ketuntasan	27,78%
Nilai rata-rata kelas	58,06

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum menguasai teknik passing atas secara baik. Kelemahan dominan terdapat pada posisi tangan dan akurasi arah bola.

b Hasil Siklus I

1). Perencanaan

Pada tahap ini, guru menyusun RPP dengan pendekatan konvensional yang menekankan penguasaan teknik dasar passing atas. Penilaian dilakukan berdasarkan lima indikator keterampilan, yaitu sikap awal, posisi tangan, kontak bola, arah dan akurasi bola, serta keseimbangan dan sikap akhir. Guru juga menyiapkan lembar observasi dan rubrik penilaian keterampilan.

2). Pelaksanaan

Pelaksanaan pembelajaran dilakukan pada tanggal 10 Februari 2025. Guru memberikan penjelasan materi dan mendemonstrasikan teknik passing atas. Siswa kemudian diminta untuk mempraktikkan teknik tersebut secara individu. Pembelajaran lebih berpusat pada guru (teacher-centered), dengan fokus pengulangan gerakan.

3). Observasi

Selama kegiatan, guru dan observer mencatat aktivitas siswa dan mengamati kesalahan umum yang terjadi. Ditemukan bahwa sebagian siswa masih kurang tepat dalam posisi tangan dan arah bola saat melakukan passing. Beberapa siswa terlihat pasif dan kurang termotivasi. Hasil tes praktik menunjukkan:

Tabel 2. Rekapitulasi Nilai Siklus 1

**Rekapitulasi Nilai Siklus 1**

Jumlah siswa tuntas (nilai $\geq 75$ )	14 siswa
Jumlah siswa belum tuntas	22 siswa
Persentase ketuntasan	38,89%
Nilai rata-rata kelas	70,08

Terjadi peningkatan hasil belajar dibanding pra-siklus, baik dari segi jumlah siswa tuntas maupun nilai rata-rata. Namun, pembelajaran masih cenderung kurang melibatkan siswa secara aktif dan kontekstual, sehingga peningkatannya belum signifikan.

4). Refleksi

Hasil penilaian menunjukkan peningkatan dari pra-siklus, namun masih belum signifikan. Persentase ketuntasan hanya mencapai 38,89% dengan nilai rata-rata 70,08. Refleksi menunjukkan bahwa pendekatan konvensional kurang melibatkan siswa secara aktif. Oleh karena itu, perlu dilakukan perubahan metode pada siklus berikutnya agar pembelajaran lebih menarik dan partisipatif.

Terjadi peningkatan hasil belajar dibanding pra-siklus, baik dari segi jumlah siswa tuntas maupun nilai rata-rata. Namun, pembelajaran masih cenderung kurang melibatkan siswa secara aktif dan kontekstual, sehingga peningkatannya belum signifikan.

c. Hasil Siklus II

1). Perencanaan

Pada siklus ini, guru merancang pembelajaran menggunakan pendekatan permainan bola beracun yang telah dimodifikasi untuk mengembangkan teknik passing atas. Permainan dirancang agar siswa melakukan passing secara berulang sambil bergerak aktif dan memperhatikan lima indikator keterampilan. Lembar observasi dan instrumen penilaian disesuaikan dengan skenario permainan.

2). Pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 17 Februari 2025. Guru menjelaskan aturan permainan bola beracun yang telah dimodifikasi: siswa harus melakukan passing secara akurat untuk menghindari bola "beracun". Siswa dibagi ke dalam kelompok dan melakukan permainan secara bergilir. Pembelajaran berlangsung dalam suasana yang lebih menyenangkan dan kompetitif.

3). Observasi

Guru dan observer mencatat bahwa siswa tampak lebih antusias dan aktif terlibat dalam permainan. Kesalahan dalam teknik mulai berkurang, terutama dalam posisi tangan dan akurasi arah bola. Suasana kelas menjadi lebih hidup dan kolaboratif. Hasil tes praktik menunjukkan:

Tabel 3. Rekapitulasi Nilai Siklus 2

**Rekapitulasi Nilai Siklus 2**

Jumlah siswa tuntas (nilai $\geq 75$ )	30 siswa
Jumlah siswa belum tuntas	6 siswa
Persentase ketuntasan	83,33%
Nilai rata-rata kelas	78,19

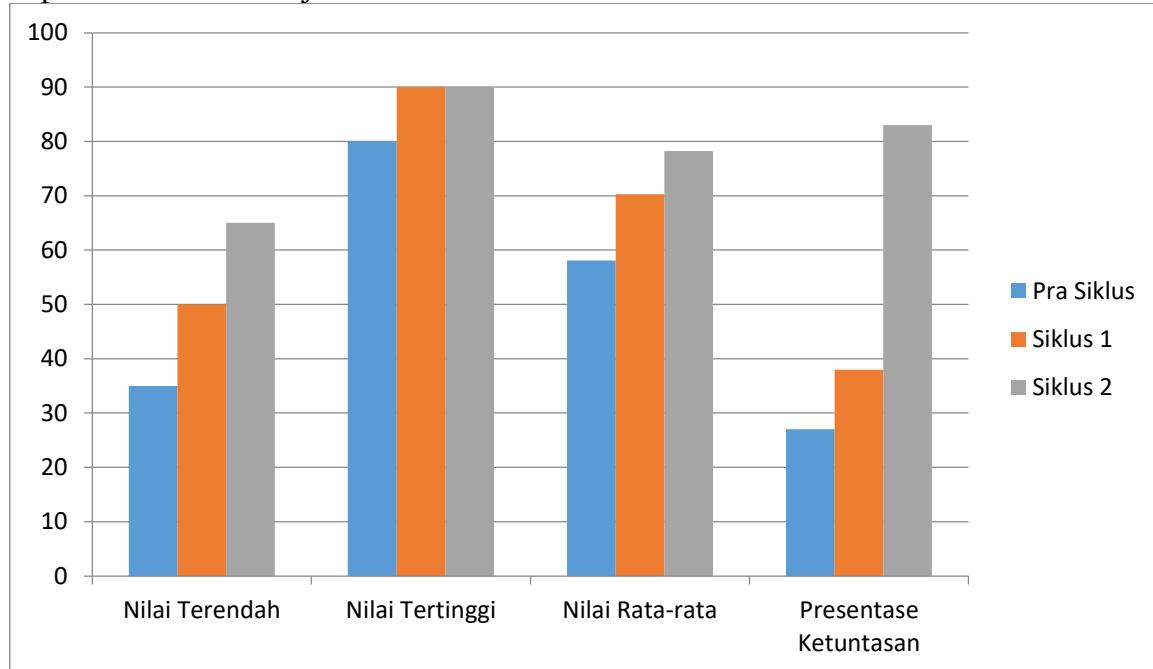
Peningkatan sangat signifikan terjadi pada siklus ini. Suasana pembelajaran yang aktif dan menyenangkan meningkatkan keterlibatan siswa, sehingga teknik yang diajarkan lebih mudah dipahami dan diperaktikkan.

4). Refleksi

Hasil penilaian menunjukkan peningkatan yang signifikan. Persentase ketuntasan naik menjadi 83,33% dan nilai rata-rata meningkat menjadi 78,19. Ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan efektif dalam meningkatkan keterampilan passing atas karena memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan menyenangkan. Refleksi juga menegaskan bahwa siswa lebih mudah memahami teknik ketika terlibat langsung dalam aktivitas yang kontekstual dan menyenangkan.

d Pembahasan Hasil Belajar Peserta Didik

Berdasarkan hasil pengamatan dan evaluasi dari dua siklus pembelajaran, diperoleh temuan yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan baik dalam keterampilan siswa maupun ketuntasan belajar secara klasikal.



Gambar 3. Perbandingan Hasil Belajar

Pada Siklus I, pembelajaran masih dilakukan secara konvensional, yaitu guru memberikan penjelasan dan demonstrasi teknik passing atas, kemudian siswa menirukannya secara individual. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa dari 36 siswa, 14 siswa dinyatakan tuntas dengan nilai  $\geq 75$ , sedangkan 22 siswa masih belum tuntas. Persentase ketuntasan mencapai 38,89% dengan nilai rata-rata kelas sebesar 70,08. Nilai tertinggi yang dicapai siswa pada siklus ini adalah 90, sementara nilai terendah adalah 55.

Meskipun terdapat peningkatan dari pra-siklus, hasil pada siklus I masih menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum sepenuhnya menguasai teknik passing atas dengan baik. Observasi menunjukkan bahwa masih terdapat kesalahan dalam posisi tangan, arah bola, dan keseimbangan gerak, serta kurangnya antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran yang cenderung monoton dan berpusat pada guru.

Memasuki Siklus II, pendekatan pembelajaran diubah dengan mengintegrasikan permainan bola beracun yang dimodifikasi secara khusus untuk melatih teknik passing atas secara aktif dan menyenangkan. Dalam permainan ini, siswa terlibat dalam aktivitas fisik secara langsung, bekerja sama dalam kelompok, dan mengaplikasikan teknik passing atas dalam situasi yang kontekstual dan kompetitif.

Hasil evaluasi pada Siklus II menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan. Dari 36 siswa, 30 siswa berhasil mencapai nilai tuntas ( $\geq 75$ ), sementara hanya 6 siswa yang belum tuntas. Persentase ketuntasan naik tajam menjadi 83,33%, dan nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 78,19. Nilai tertinggi yang dicapai siswa pada siklus ini adalah 90, dan nilai terendah meningkat menjadi 65, menandakan adanya perbaikan umum dalam penguasaan teknik.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran melalui permainan tidak hanya meningkatkan keterampilan teknik passing atas, tetapi juga berdampak pada motivasi belajar, partisipasi aktif, dan suasana kelas yang lebih menyenangkan. Permainan bola beracun yang dimodifikasi berhasil menjawab rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu bagaimana meningkatkan kemampuan passing atas bola voli siswa melalui pendekatan pembelajaran yang tepat dan menyenangkan.

Selain itu, pencapaian pada Siklus II juga menunjukkan bahwa tujuan penelitian berhasil dicapai, yaitu meningkatkan keterampilan passing atas siswa secara signifikan melalui penggunaan model permainan tradisional yang dimodifikasi. Dengan peningkatan ketuntasan belajar dari 38,89% menjadi 83,33%, serta kenaikan nilai rata-rata dari 70,08 menjadi 78,19, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan kontekstual lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional.

Dengan demikian, permainan bola beracun terbukti sebagai alternatif metode pembelajaran yang efektif, menyenangkan, dan mampu meningkatkan kualitas hasil belajar PJOK, khususnya pada materi passing atas bola voli

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui dua siklus tindakan, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan bola beracun yang dimodifikasi secara kontekstual terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan teknik passing atas bola voli pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Semarang. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya rata-rata nilai dari 58,06 pada pra-siklus menjadi 70,08 pada siklus I dan mencapai 78,19 pada siklus II, serta peningkatan persentase ketuntasan belajar dari 27,78% menjadi 38,89% dan akhirnya mencapai 83,33%. Dengan demikian, kedua rumusan masalah terjawab: penerapan permainan bola beracun dapat digunakan dan terbukti mampu meningkatkan kemampuan passing atas siswa dalam pembelajaran PJOK.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala SMA Negeri 9 Semarang, guru PJOK, serta seluruh tenaga pendidik dan staf sekolah yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitasi selama proses pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada siswa kelas XI SMAN 9 Semarang yang telah berpartisipasi aktif dan antusias dalam setiap tahapan pembelajaran dan pengumpulan data. Apresiasi setinggi-tingginya ditujukan kepada pihak universitas serta dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama penyusunan penelitian ini. Penulis juga berterima kasih kepada rekan-rekan seperjuangan dalam program PPG yang telah memberikan masukan dan dukungan moral. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan pembelajaran PJOK yang inovatif dan kontekstual, serta menjadi referensi praktis bagi guru dalam menerapkan pendekatan permainan dalam proses pembelajaran di sekolah.

#### Daftar Pustaka

- Alifian, D. D., & Andrijanto, D. (2024). Pengaruh Penerapan Permainan Kecil untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SDN Tanah Kali Kedinding 1/251 Surabaya . *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 41465-41473.
- al-Tabany, T. I. (2017). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif, Progresif, dan Kontekstual: Konsep, Landasan, dan Implementasinya pada Kurikulum 2013*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Arikunto. (2019). *Penelitian Tindakan Kelas Edisi Revisi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Cruz, M. P., Lage, G. M., Ribeiro-Silva, P. C., Neves, T. F., Matos, C. d., & Ugrinowitsch, H. (2018). Constant and random practice on learning of volleyball serve. *Rev Bras Cineantropom Hum.*
- Fajri, R., Nasution, N. S., & Sumarsono, R. N. (2023). Tingkat kemampuan teknik dasar passing atas pada ekstrakulikuler bola voli. *Jurnal Porekes*, 656-669.
- Mahesha, A., Febrian, M., Nurhakim, N., & Ihsanudin, R. (2024). ANALISISPERMAINAN BOLA BERACUN DALAM MENGASAH KERJA SAMA ANAK USIA SEKOLAH DASAR. *Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga*.
- Muslim, A. (2021). Penggunaan Media Pembelajaran Terhadap Keberhasilan Mapel PJOK pada Kelas IV SD Negeri 01 Banjarsari . *Jurnal Kualita Pendidikan*, 187-191.

- Ozawa, Y., Uchiyama, S., Ogawara, K., Kanosue, K., & Hiroshi. (2021). Biomechanical analysis of volleyball overhead pass. *Sports Biomechanics*, 844-857.
- Ridgway, M. E., & Hamilton, N. (2008). The Kinematics of Forearm Passing in Low Skilled and High Skilled Volleyball Players .
- Subarja, R., Aminudin, R., & Nasution, N. S. (2022). Metode Latihan Drill Dapat Menjadi Solusi Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Passing Sepakbola? *Jurnal Patriot*, 252 - 260.
- Supriadi. (2023). The Relationship between Finger Muscle Strength and Hand Eye Coordination on Volleyball Passing Results in Extracurricular Participants Ma Ppth Tembilahan. *Jurnal Olahraga Indragiri*.
- Tirtana, E. Y., & Hartati, S. C. (2022). PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMANASAN TERHADAP KESIAPAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK di SMPN 1 TUBAN. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2656-2936.