



Peningkatan Hasil Pembelajaran Passing Bawah Bola Voli Dengan Metode *Teaching Game For Understanding* Pada Siswa Kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten Kabupaten Bojonegoro Tahun Pelajaran 2024/2025

Winarto¹, Rendhitya Prima Putra², Weda¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

***Email korespondensi : winarto090599@gmail.com**

Diterima:

23 Juli 2025

Dipresentasikan:

26 Juli 2025

Terbit:

18 September 2025

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya hasil belajar dan aktivitas siswa dalam pembelajaran PJOK khususnya pada materi *passing* bawah permainan bola voli. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil pembelajaran siswa kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten kabupaten bojonegoro melalui pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGfU). Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam bentuk proses berdaur (siklus). Penelitian ini terdiri atas dua siklus, setiap siklus terdiri atas empat tahapan (fase) yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten yang berjumlah 20 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar hasil tes penilaian dan lembar observasi aktivitas guru dan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan model pembelajaran *Teaching Games for Understanding* memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa serta aktivitas guru dan siswa dalam pembelajaran *passing* bawah. Siswa menjadi lebih aktif, senang dan tertarik untuk mengikuti proses pembelajaran bola voli. Hasil belajar yang dicapai siswa meningkat dengan nilai rata-rata kelas 77,5 (presentase ketuntasan 85%) serta hasil observasi aktivitas guru dan siswa dengan skor total 21 (Baik). Pada siklus II, penelitian dapat terbilang cukup karena sudah mencapai hasil yang sangat baik atau telah mencapai indikator keberhasilan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendekatan TGfU dapat meningkatkan hasil pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa.

Kata Kunci : *Teaching Games for Understanding (TGfU)*, Bola Voli, *Passing* bawah, Hasil Belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, sosial, dan emosional siswa melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan menciptakan siswa yang sehat jasmani, tetapi juga berfungsi sebagai media pembentukan karakter yang meliputi kejujuran, disiplin, kerjasama, dan tanggung jawab. Namun dalam praktiknya, pembelajaran pendidikan jasmani sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan. Salah satunya adalah rendahnya

hasil belajar siswa dalam materi permainan bola voli, khususnya teknik *passing bawah*. Berdasarkan hasil observasi awal di MTS Tauhidiyah 2 Senganten, ditemukan bahwa siswa kurang aktif dan termotivasi dalam proses pembelajaran. Hal ini diperparah oleh metode pembelajaran yang masih bersifat konvensional, di mana guru lebih dominan dalam ceramah dan siswa hanya sebagai penerima informasi pasif. Akibatnya, keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar permainan seperti *passing bawah* tidak berkembang optimal. *Passing bawah* merupakan teknik fundamental dalam permainan bola voli yang memiliki peran strategis dalam penerimaan bola servis lawan dan penyusunan serangan. Kegagalan dalam menguasai teknik ini akan berdampak signifikan terhadap keberhasilan tim dalam pertandingan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih interaktif dan menyenangkan guna meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan teknik *passing bawah*. Salah satu pendekatan yang dianggap relevan dan efektif dalam pembelajaran olahraga adalah *Teaching Games for Understanding* (TGfU). Model TGfU berfokus pada pemahaman taktik permainan melalui permainan sederhana yang dimodifikasi, sehingga siswa lebih aktif terlibat dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada penguasaan teknik, tetapi juga pada pengambilan keputusan, pemahaman taktik, dan kerja sama tim. Melalui penerapan pendekatan TGfU, diharapkan siswa dapat mengalami pembelajaran yang bermakna dan menyenangkan, serta mampu meningkatkan keterampilan teknik *passing bawah* bola voli secara signifikan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas penerapan model TGfU dalam meningkatkan hasil pembelajaran *passing bawah* pada siswa kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten Kabupaten Bojonegoro tahun pelajaran 2024/2025.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan hasil pembelajaran teknik *passing bawah* bola voli melalui penerapan metode *Teaching Games for Understanding* (TGfU). Penelitian ini dilaksanakan di MTS Tauhidiyah 2 Senganten, Kecamatan Gondang, Kabupaten Bojonegoro, dengan subjek penelitian adalah siswa kelas VIII yang berjumlah 20 siswa, terdiri dari 13 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Penelitian dilakukan dalam dua siklus, yang masing-masing terdiri dari empat tahapan, yaitu: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Dalam tahap perencanaan, peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan perlengkapan praktik (bola voli, keranjang, peluit, dokumentasi), serta merancang instrumen evaluasi seperti lembar observasi dan lembar penilaian

keterampilan. Tahap pelaksanaan dilakukan sesuai RPP, di mana guru menyampaikan materi *passing bawah* dengan pendekatan TGfU yang menekankan pemahaman taktik permainan melalui aktivitas modifikasi. Observasi dilakukan terhadap aktivitas guru dan siswa selama proses pembelajaran, menggunakan lembar observasi yang mencakup indikator keterlibatan, penguasaan materi, dan dinamika kelas. Instrumen lain berupa lembar penilaian keterampilan digunakan untuk menilai kemampuan siswa berdasarkan empat aspek yaitu posisi tangan, posisi kaki, posisi tubuh, dan ketepatan bola masuk sasaran, dengan skala penilaian Baik (25), Cukup (15), dan Kurang (5). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, dan tes praktik keterampilan. Data yang diperoleh dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil observasi aktivitas guru dan siswa diklasifikasikan ke dalam tiga kategori: Baik (15–24 poin), Cukup (8–14 poin), dan Kurang (0–7 poin). Keberhasilan tindakan ditentukan berdasarkan tiga indikator utama, yaitu ketika aktivitas guru dan siswa saat observasi masuk dalam kategori baik, kemudian nilai rata-rata siswa sebesar 75 dan ketika persentase ketuntasan siswa mencapai 85%. Refleksi dilakukan setelah setiap siklus untuk mengevaluasi efektivitas tindakan dan menentukan rencana perbaikan pada siklus selanjutnya.

HASIL PEMBAHASAN

Hasil Penelitian Siklus I

Pelaksanaan tindakan Siklus I berlangsung 1 kali pertemuan tatap muka dengan pokok bahasan teknik *passing bawah* permainan bola voli yang diberikan kepada siswa melalui pendekatan *Teaching Games for Understanding* (TGfU).

Tabel 1. Hasil Tes Siklus I

No	Indikator	Hasil
1	Nilai Rata-Rata	55,75
2	Skor Maksimum	85
3	Skor Minimum	35
4	Tuntas	6
5	Tidak Tuntas	14
6	% Ketuntasan	30%



Gambar 1. Tingkat Ketuntasan Siklus I

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa rata-rata nilai peserta didik pada pelaksanaan siklus I adalah 55,75 dengan persentase ketuntasan 30%. Hasil tes diperoleh dengan melakukan pengamatan serta penilaian terhadap keterampilan masing-masing siswa dalam mempraktekkan teknik *passing* bawah. Tiap siswa diberikan kesempatan sebanyak 5 kali.

Tabel 2. Hasil Observasi Siklus I

Hasil observasi	Aktivitas Guru	Aktivitas Peserta Didik
Skor Keseluruhan	13	11
Rata-rata Nilai		12
Kategori & Kesimpulan		Cukup

Observasi dalam siklus ini adalah pengamatan terhadap aktivitas guru dan siswa selama proses pembelajaran. Terdapat 8 aspek yang diamati pada tahap observasi. Aktivitas guru diamati oleh observer atau teman sejawat peneliti. Sedangkan aktivitas peserta didik diamati oleh peneliti (guru). Keseluruhan hasil yang diperoleh kemudian diolah dan dihitung untuk mendapatkan nilai rata-rata. Berdasarkan rata-rata tersebut, peneliti dapat mengkategorikan pelaksanaan tindakan yang dilakukan masuk ke dalam kriteria Baik ($15 \leq \text{skor} < 24$), Cukup ($8 \leq \text{skor} < 15$), maupun Kurang ($0 \leq \text{skor} < 8$). Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa aktivitas guru dan peserta didik selama proses pembelajaran Siklus I termasuk ke dalam kategori cukup.

1. Hasil Penelitian Siklus II

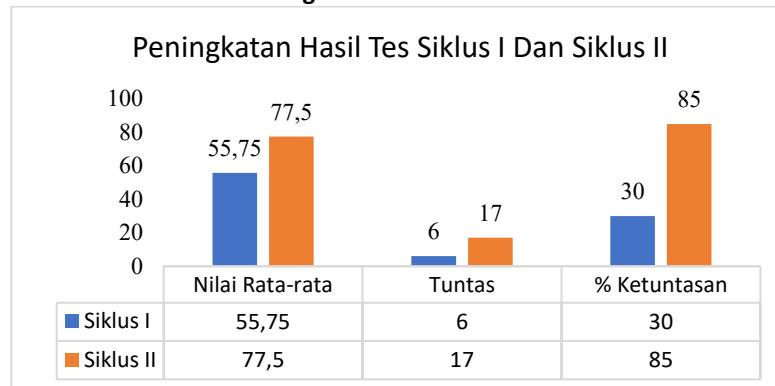
Pelaksanaan siklus II dilakukan satu minggu setelah pelaksanaan siklus I untuk memperbaiki kekurangan dan mengembangkan perangkat pembelajaran yang dinilai sudah baik pada siklus sebelumnya. Secara keseluruhan, prosedur pelaksanaan tindakan pada Siklus II dan Siklus I adalah sama, yaitu dimulai dari pembukaan, pemanasan, pemberian materi, penjelasan aturan permainan, penilaian tes, dan diakhiri dengan pengumuman hasil serta pemaparan kesimpulan dan sesi tanya jawab.

Tabel 3. Hasil Tes Siklus II

No	Indikator	Hasil
1	Nilai Rata-Rata	77,5

2	Skor Maksimum	95
3	Skor Minimum	40
4	Tuntas	17
5	Tidak Tuntas	3
6	% Ketuntasan	85%

Berdasarkan Tabel diatas, didapatkan gambaran hasil tes siswa setelah dilaksanakannya penerapan metode *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada siklus II. Rata-rata nilai yang diperoleh siswa pada siklus ini adalah 77,5 dengan presentase ketuntasan 85%.

Tabel 4. Perbandingan Hasil Nilai Tes Siklus I dan Siklus II

Berikut adalah perbandingan hasil penerapan metode *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada Siklus I dan Siklus II. Perbandingan hasil dilakukan dengan menggunakan data nilai tes keterampilan siswa. Berdasarkan tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan siswa, dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata nilai, dan presentase ketuntasan siswa.

Tabel 5. Hasil Observasi Siklus II

No	Aspek Yang Dinilai	Guru	Siswa
1	Kegiatan Awal	9	8
2	Kegiatan Inti	10	10
3	Kegiatan Akhir	3	2
Skor Keseluruhan		23	22
Rata-rata Kesimpulan		22,5	Baik

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa aktivitas guru dan peserta didik selama proses pembelajaran Siklus II termasuk ke dalam kategori Baik. Kategori tersebut diberikan berdasarkan perhitungan hasil rata-rata nilai keseluruhan yang diperoleh dari observasi aktivitas guru dan peserta didik.

Tabel 6. Perbandingan Hasil Observasi Siklus I dan Siklus II

No	Hasil Observasi	Siklus I		Siklus II	
		Guru	Siswa	Guru	Siswa
1	Skor Keseluruhan	13	11	22	20
2	Rata-rata Nilai		12		21
3	Kategori & Kesimpulan		Cukup		Baik

Berdasarkan data perbandingan hasil observasi tersebut, dapat diketahui bahwa aktivitas guru dan peserta didik pada proses pembelajaran kedua siklus turut mengalami peningkatan. Rata-rata nilai yang diperoleh pada Siklus I adalah 12 (kategori cukup). Sedangkan, rata-rata nilai yang diperoleh pada Siklus II adalah 21 (kategori baik). Hal tersebut menandakan bahwa pelaksanaan Siklus II yang ditujukan sebagai langkah perbaikan dari Siklus I sudah berhasil. Berdasarkan hasil observasi, refleksi dan hasil tes peserta didik pada Siklus I dan II yang telah dilakukan, maka penelitian ini terbilang cukup dan dapat dihentikan, karena indikator pembelajaran yang diharapkan sudah tercapai.

Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk menguji efektivitas metode *Teaching Games for Understanding* (TGfU) dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten. Hasil pada siklus I menunjukkan bahwa dari 20 siswa yang mengikuti pembelajaran, hanya 6 siswa (30%) yang mencapai ketuntasan belajar dengan nilai minimal 75, sementara 14 siswa (70%) belum tuntas. Rata-rata nilai keseluruhan siswa pada siklus I adalah 55,75. Aktivitas guru selama pembelajaran memperoleh skor 13 dari 24, yang dikategorikan dalam tingkat "cukup", sedangkan aktivitas siswa juga berada pada kategori "cukup". Beberapa permasalahan yang ditemukan pada siklus I antara lain kurangnya kesiapan guru dalam menjelaskan peraturan permainan dan demonstrasi teknik, serta kurangnya antusiasme siswa karena instruksi belum sepenuhnya dipahami. Refleksi terhadap siklus I menghasilkan perbaikan yang diterapkan pada siklus II, seperti penyampaian instruksi yang lebih sistematis, penambahan waktu praktik, serta penyesuaian strategi motivasi siswa. Pada pelaksanaan siklus II, terjadi peningkatan signifikan. Sebanyak 17 siswa (85%) berhasil mencapai nilai tuntas dengan rata-rata nilai kelas sebesar 77,5, yang menunjukkan peningkatan sebesar 21,75 poin dibandingkan siklus I. Aktivitas guru meningkat menjadi 21 poin (kategori "baik"), demikian juga aktivitas siswa yang menunjukkan keterlibatan lebih tinggi dan kemandirian dalam menyelesaikan tugas praktik. Secara umum, pembelajaran dengan metode TGfU mendorong siswa untuk lebih aktif, kolaboratif, dan terlibat langsung dalam konteks permainan yang menyenangkan dan bermakna. Mereka tidak hanya berlatih teknik passing bawah

secara berulang, tetapi juga belajar memahami taktik, posisi tubuh, serta kerja sama tim dalam simulasi permainan sederhana. Penerapan model ini terbukti efektif karena melibatkan unsur pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan refleksi permainan, yang selaras dengan pendekatan saintifik dalam Kurikulum 2013. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan beberapa studi terdahulu yang menunjukkan bahwa TGfU mampu meningkatkan keterampilan permainan sekaligus minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Berdasarkan hasil tes keterampilan dan observasi aktivitas, indikator keberhasilan penelitian tercapai pada akhir siklus II, yang membuktikan bahwa metode TGfU secara efektif dapat meningkatkan hasil pembelajaran teknik passing bawah bola voli pada siswa kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 Senganten tahun pelajaran 2024/2025.

KESIMPULAN

Sehubungan dengan hasil yang telah penulis peroleh dan uraikan pada bagian sebelumnya, pada bagian ini penulis menarik kesimpulan bahwa penggunaan model *Teaching Games for Understanding* (TGfU) dalam upaya peningkatan hasil pembelajaran PJOK bagi siswa Kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 telah berhasil meningkatkan hasil belajar siswa khususnya pada materi *passing* bawah bola voli. Temuan ini menegaskan bahwa metode TGfU dapat meningkatkan hasil belajar siswa dan efektivitas suatu proses pembelajaran. Selain peningkatan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan siswa, aktivitas guru dan siswa juga turut mengalami peningkatan, yaitu dari kategori Cukup (siklus I), berubah menjadi kategori Baik (siklus II). Hal tersebut menunjukkan bahwa metode ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis siswa, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang lebih interaktif. Maka dengan itu, setelah dilaksanakannya metode pembelajaran *Teaching Games for Understanding* (TGfU) pada siswa Kelas VIII MTS Tauhidiyah 2 selama 2 siklus, penelitian ini terbilang cukup dan dapat dikatakan berhasil karena target akhir yang diinginkan dari penerapan tindakan kelas telah tercapai. Kepada pengajar disarankan agar metode pembelajaran yang diterapkan kepada siswa harus bersifat mudah, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik siswa agar siswa lebih antusias dalam mengikuti proses pembelajaran dan memperoleh hasil belajar yang optimal. Metode *Teaching Games for Understanding* (TGfU) dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif pilihan yang dapat memberikan sumbangan pemikiran dan informasi khususnya dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

DAFTAR RUJUKAN

Allsabah, Muhammad Akbar Husein, Sugito., & Kurniawan, B. T. (2022). Level of physical activity , body mass index (BMI), and sleep patterns among school students. *Journal Sport Area*, 7(1), 134–147. [https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(1\).8188](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(1).8188)

Husein Allsabah, M. A., Sugito, Prasetya Kurniawan, W., Putra, R. P., Junaidi, S., Shandy, D. K., & Tri Nugroho, F. (2025). Active Movement in Elementary School: Stimulating Basic Movement Skills for Lower Grade Students. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 2444–2457. <https://doi.org/10.36526/gandrung.v6i2.5735>

Destriani, D., Destriana, D., Switri, E., & Yusfi, H. (2019). The development of volleyball games learning for students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 16. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i1.12605

Gustian, U., Satrianingsih, B., & Primayanti, I. (2025). Integrating traditional games with teaching games for understanding to stimulating game understanding among elementary students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 11(1), 18–31. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v11i1.22370

Vega, S. A., Ma'mun, A., Nuryadi, N., Syarifatunnisa, & Anira, A. (2025). Sports values and social support: A correlational study. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 11(1), 153–167. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v11i1.25009