

MENINGKATKAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN *FOUR ON FOUR*

1. **Nuraini Heryanti** (nurainiheryanti@student.upi.edu)
2. **Anin Rukmana** (anin_rukmana@upi.edu)
3. **Encep Sudirdjo** (encepsudirdjo@upi.edu)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No.211 Sumedang

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah di Sekolah Dasar yakni murid masih belum menguasai gerak dasar *passing* bawah dengan benar. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli melalui modifikasi permainan *four on four* terhadap murid kelas V Sekolah Dasar Negeri Angkasa IV Lanud Sulaiman. Metode dalam penelitian ini yaitu metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan menggunakan model Spiral Kemmis & Taggart dengan empat tahapan dalam setiap siklusnya. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak tiga siklus, dimana setiap siklus dari hasil tes belajar mengalami peningkatan. Pada siklus I mencapai 36%, kemudian siklus II mencapai 61,53%, dan hasil dari siklus III telah melampaui target 90% dimana memiliki hasil 92,3%. Dengan demikian, maka pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli melalui modifikasi permainan *four on four* terhadap murid kelas V SDN Angkasa IV Lanud Sulaiman Kabupaten Bandung telah meningkat.

Kata Kunci: *passing* bawah, modifikasi dan permainan *four on four*.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas jasmani maupun keterampilan berolahraga. Meskipun pendidikan jasmani berfungsi untuk mendidik anak melalui aktivitas gerak tubuh, tujuan pendidikan jasmani tidak selalu menekankan pada aspek psikomotor saja. Tujuan dari pendidikan jasmani dapat mengenai tentang aspek kognitif dan afektif. Aspek kognitif dapat diartikan sebagai fungsi intelektual seperti pemahaman dan kemampuan berfikir anak, dan aspek afektif menyangkut tentang moral dan emosi anak. Rosdiani (2014, hlm. 137) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang memiliki manfaat aktivitas jasmani dengan tujuan untuk mengembangkan individu dalam rangka sistem pendidikan sosial. Pendidikan jasmani dapat memberikan kegiatan positif bagi anak untuk mengembangkan keterampilan pada waktu senggang atau pada waktu bermain sehingga dapat mengembangkan aspek sosial, fisik dan mental.

Pendidikan jasmani juga merupakan suatu kegiatan pembelajaran yang melibatkan aktivitas jasmani yang dapat menghasilkan perubahan baik dalam hal fisik, mental maupun emosional seseorang. Sejalan dengan Supandi (dalam Husdarta, 2009, hlm. 167) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas gerak dengan menggunakan keterampilan motorik, dan pengetahuan sehingga mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Melalui pendidikan jasmani murid bebas untuk beraktivitas gerak, murid akan memiliki kebiasaan hidup sehat, dan murid dapat lebih mudah untuk mengembangkan keterampilannya. Hal ini selaras dengan tujuan pendidikan jasmani, menurut Wiarto (2015, hlm. 8) tujuan utama yang diharapkan dalam pendidikan jasmani adalah:

1. Mengembangkan sikap sosial yang positif melalui aktifitas jasmani
2. Mengembangkan keterampilan motorik dengan permainan, aktifitas pengembangan, senam, *aquatic* ritmik dan pendidikan luar kelas.
3. Mengembangkan keterampilan emosi serta pola hidup sehat melalui aktifitas jasmani.
4. Menanamkan nilai-nilai sosial melalui kegiatan jasmani.
5. Menciptakan kepribadian yang bertoleransi.
6. Memahami pola hidup sehat dapat dicapai dengan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani dapat dikatakan salah satu cara yang tepat untuk mengenal berbagai macam karakter anak. Proses belajar dapat diketahui melalui perilaku murid, perilaku belajar tersebut dapat dikatakan sebagai respons murid terhadap pembelajaran yang telah guru berikan. Apabila desain pembelajaran baik serta kreativitas guru baik, maka murid lebih mudah dalam mencapai target belajar tersebut. Menurut Mulyanto (2014, hlm. 1) belajar dilaksanakan diantara murid dengan pengajar itu sendiri yang bertugas menjadi fasilitator dalam lingkungan yang sengaja diciptakan dengan bertujuan agar kondusif. Sementara menurut Slameto (2003, hlm. 1) belajar yaitu suatu cara yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan kepribadian baru.

Untuk mengelola kegiatan proses pembelajaran dengan baik dan tepat yang sesuai dengan karakteristik anak dan tujuan pembelajaran, maka guru harus menerapkan prinsip belajar. Menurut Slameto (2003, hlm. 27), terdapat empat prinsip belajar, yaitu belajar melalui persyaratan yang diperlukan, sesuai dengan hakikat belajar, sesuai dengan bahan ajar yang akan diajarkan, dan ketentuan ketercapaian belajar. Adapun penjelasan mengenai prinsip-prinsip belajar yaitu sebagai berikut:

1. Belajar dengan prasyarat yang diperlukan untuk belajar yaitu pada proses pembelajaran murid harus berpartisipasi dengan aktif dan proses belajar tersebut dapat menimbulkan motivasi yang kuat pada murid.
2. Belajar berdasarkan sesuai dengan hakikat belajar artinya belajar itu proses organisasi, adaptasi, eksplorasi dan *discovery*. Belajar itu sendiri merupakan proses *continue*, sehingga tahap pelaksanaannya harus dilakukan sesuai dengan perkembangannya.
3. Belajar sesuai dengan materi yang harus dipelajari artinya harus memiliki struktur yang jelas sehingga dalam penyajiannya dapat diterima dengan mudah oleh murid.
4. Belajar menggunakan syarat keberhasilan belajar memiliki arti yaitu di dalam pembelajaran memerlukan fasilitas yang memadai, hal itu dapat membantu murid tenang dalam mengikuti pembelajaran.

Sejalan dengan itu menurut Alexander, Schallert, & Reynolds (2009, hlm. 177), mengemukakan bahwa prinsip dasar pembelajaran terbagi ke dalam empat prinsip dasar. Pertama prinsip pembelajaran dapat diterima oleh orang-orang yang memegang berbagai perspektif teoritis, kedua menempatkan pembelajaran dalam kerangka kerja yang dapat berfungsi sebagai penilai kelengkapan dan potensi kelangsungan hidup. Kemudian yang ketiga yaitu mempertimbangkan prinsip-prinsip umum dan dimensi interaktif. Dan yang keempat yaitu menggambarkan dimensi interaktif pembelajaran secara dinamis dengan cara melihat contoh pembelajaran manusia sehari-hari.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru dituntut mengetahui pengetahuan dan menguasai keterampilan mengenai materi yang akan diajarkan kepada murid. Berhasil atau tidaknya pembelajaran tersebut tidak hanya terpaku terhadap penguasaan materi guru saja. Namun berhasil atau tidaknya pembelajaran tersebut dapat dilihat dalam proses penyampaian materi oleh guru kepada murid, pemilihan strategi atau metode pembelajaran, pemilihan bahan ajar dan pemilihan media pembelajaran. Subroto & Yudiana (2010, hlm. 23) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani berfungsi dan berkedudukan secara keseluruhan maka dalam hal ini, permainan bola voli mempunyai fungsi sebagai sarana dan alat pendidikan.

Bola voli yaitu salah satu bagian dari cabang olahraga, karena dalam permainan bola voli melibatkan gerakan yang berulang-ulang dan terstruktur. Dengan bermain bola voli pemain melakukan aktivitas gerak yang membutuhkan kelincahan, koordinasi, kecepatan, kekuatan dan daya tahan tubuh yang kuat. Milić, Grgantov, & Stipkov (2016, hlm. 104) mengemukakan bahwa, bola voli merupakan permainan olahraga yang dinamis dengan lompatan vertikal, pukulan yang kuat pada bola. Serta *start* dan *stop* secara tiba-tiba dengan perubahan arah gerak yang sering. Menurut Sutanto (2016, hlm. 90) bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim berlawanan. Setiap tim memiliki enam pemain. Olahraga ini dimainkan dengan memantulkan bola dari tangan ke tangan, selanjutnya bola tersebut dijatuhkan ke daerah lawan. Tim lawan yang tidak bisa mengembalikan bola dianggap kalah dalam permainan. Munasifah (2009, hlm. 3) mengemukakan, bahwa bol voli adalah permainan yang dimainkan 2 tim, yang terdiri 6 orang dalam 1 tim. Permainan diawali dengan melakukan *service* dengan bola melintasi atas net dan jatuh di area permainan lawan. Dengan maksimal sentuhan sebanyak tiga kali sentuhan. Menurut Pardijono, Taufiq (dalam Wulandari, 2014, hlm. 600) permainan bola voli adalah permainan jangka pendek, dengan begtu waktu dalam memainkan bolapun dibatasi. Jika tidak menguasai teknik dasar dengan sempurna, maka akan terdapat kesalahan-kesalahan yang terjadi.

Pada permainan olahraga bola voli terdapat bermacam teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain. Seperti yang dijelaskan oleh Somantri & Sujana (2009, hlm. 23), “Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli antara lain *service*, *passing*, *smash*, mengumpan, serta membendung atau *memblock*”. Salah satu gerak dasar yang penting untuk dikuasai yaitu *passing*. Bagi pemula atau bagi anak sekolah dasar selain servis, *passing* bawah sangat menentukan jalannya permainan. Maka dari itu pembelajaran *passing* bawah bola voli di sekolah dasar (SD) adalah yang penting untuk dipelajari dan dikuasai oleh peserta didik. Menurut Somantri & Sujana (2009, hlm. 26) *passing* yaitu sikap seseorang saat menerima bola. Keterampilan *passing* sangat dibutuhkan, karena dengan *passing* yang baik tim dapat melakukan perlawanan dan pertahanan.

Strategi pembelajaran yang diberikan oleh guru sangat berpengaruh dalam hasil belajar murid, apabila strategi pembelajaran yang diberikan tidak bervariasi biasanya akan berdampak pada hasil belajar murid yang tidak akan tercapai sesuai target. Berbeda dengan halnya apabila strategi pembelajaran yang diberikan guru dikemas secara bervariasi, maka antusias belajar murid akan meningkat dan hasil belajar murid akan tercapai sesuai target yang telah ditentukan. Salah satunya dengan menggunakan modifikasi dalam pembelajaran tersebut. Menurut Wiarto (2015, hlm. 157), modifikasi dapat diartikan usaha untuk menciptakan hal yang belum pernah ada dan menjadi lebih bervariasi.

METODE PENELITIAN

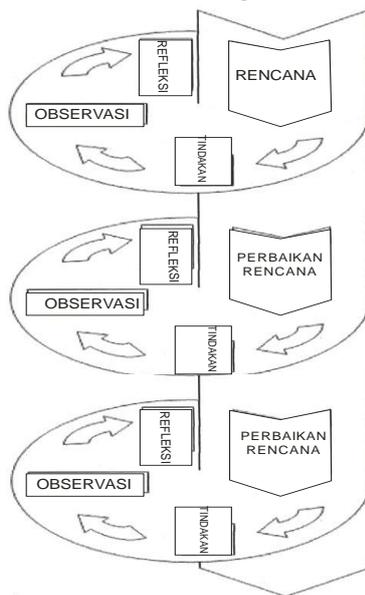
Desain Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang ada pada murid kelas V SDN Angkasa IV Lanud Sulaiman, metode penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kelas. Metode ini digunakan karena permasalahan dalam penelitian ini muncul dari permasalahan yang terjadi pada praktik pembelajaran sehari-hari. Menurut Mulyasa (2009, hlm. 88) menjelaskan bahwa,

Praktik PTK dapat dijadikan sebagai sarana penilaian pembelajaran khususnya dan pendidikan pada umumnya yang hasilnya akan memberikan masukan bermanfaat bagi pengambilan keputusan. Oleh karena itu PTK merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif, melalui tindakan tertentu untuk memperbaiki dan meningkatkan praktik pembelajaran di kelas secara profesional.

Sejalan dengan itu, Ebbut (dalam Wiriaatmadja, 2005, hlm. 12) mengemukakan bahwa “Penelitian tindakan kelas adalah kajian sistematis dari upaya perbaikan pelaksanaan praktek pendidikan oleh sekelompok guru dengan melakukan tindakan-tindakan dalam pembelajaran, berdasarkan refleksi mereka mengenai hasil dari tindakan-tindakan tersebut”. Desain penelitian ini, menggunakan model spiral yang dikemukakan oleh Kemmis dan Taggart. Menurut Wiriaatmadja (2005, hlm. 66) mengemukakan bahwa “Desain Kemmis dan Mc. Taggart ini menggunakan model yang dikenal sistem *spiral refleksi* diri yang dimulai dengan tahap perencanaan (*planing*), tindakan (*action*), pengamatan

(*observing*), refleksi (*reflection*), dan perencanaan kembali". Berikut ini adalah gambaran model spiral pelaksanaan tindakan kelas menurut Kemis dan Mc Tagart.



Gambar 1 : Model Spiral Kemis dan Tagart dari Wiriaatmadja, 2005

Lokasi Penelitian

Pemilihan lokasi pada penelitian ini, berdasarkan hasil observasi oleh peneliti. Lokasi pelaksanaan bertempat di Sekolah Dasar Negeri Angka IV Lanud Sulaiman Kabupaten Bandung. Waktu yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian ini terhitung dari bulan April 2018 hingga bulan Mei 2018.

Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Angka IV Lanud Sulaiman Kabupaten Bandung, terhadap murid kelas V tahun ajaran 2017/2018 dengan murid yang berjumlah sebanyak 26 murid. Terdiri dari 12 murid perempuan dan 14 murid laki-laki. Pemilihan kelas V yang digunakan sebagai subjek penelitian ini dilandasi oleh adanya permasalahan pembelajaran *passing* bawah, bahwa ada murid yang mengalami kesulitan untuk melakukan gerak dasar *passing* bawah.

Instrumen Penelitian

Untuk mendapatkan data peneliti harus menggunakan instrumen yang tepat. Sehingga masalah atau kendala yang muncul selama penelitian berlangsung dapat terekam dengan baik. Instrumen yang digunakan selama penelitian berlangsung diantaranya yaitu lembar Instrumen Penilaian Kinerja Guru dalam perencanaan (IPKG1), lembar Instrumen Penilaian Kinerja Guru dalam pelaksanaan (IPKG2), lembar penilaian aktivitas murid, lembar tes hasil belajar murid, lembar catatan lapangan, dan lembar kepuasan murid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perencanaan

Pada kinerja guru dalam merencanakan pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli menunjukkan hasil yang signifikan. Hasil kinerja guru dalam perencanaan pada data awal mencapai 46,75%, kemudian pada siklus I mencapai 58%, pada siklus II mencapai 72,5% , dan pada siklus III mencapai 92,82%. Dengan hasil tersebut, maka dapat dikatakan bahwa kinerja guru dalam merencanakan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi *four on four* telah mencapai target, bahkan telah melampaui target yang telah ditentukan. Berikut tabel hasil kinerja guru dalam perencanaan dari data awal, siklus I, siklus II, dan siklus III.

Tabel 1.

Hasil Kinerja Guru Dalam Perencanaan Secara Keseluruhan.

No	Aspek yang di amati	Persentase				
		Data Awal	Siklus I	Siklus II	Siklus III	Target
1	Perumusan tujuan pembelajaran <i>passing</i> bawah bola voli	37,5%	62,5%	68,75%	93,75%	90%
2	Mengembangkan dan mengorganisasi kan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran	43,75%	62,5%	68,75%	93,75%	90%
3	Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran <i>passing</i> bawah	40%	65%	75%	85%	90%
4	Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian	50%	50%	75%	91,6%	90%
5	Tampilan dokumen rencana pembelajaran	62,5%	50%	75%	100%	90%
Persentase		46,75%	58%	72,5%	92,82%	90%

Pada dasarnya, guru memang harus menyusun terlebih dahulu perencanaan pembelajaran agar kegiatan belajar mengajar sistematis dan berjalan sesuai dengan yang diinginkan. Sejalan dengan itu menurut Rosdiani (2014, hlm. 101)

Setiap guru pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis agar pembelajaran berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi murid untuk berpartisipasi secara aktif, secara memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat dan perkembangan fisik, serta psikologis murid.

Pelaksanaan

Pada pelaksanaan data awal menunjukkan hasil persentase mencapai 42,5%, kemudian pencapaian persentase pada pelaksanaan siklus I yakni sebesar 55,4%, pencapaian persentase pada pelaksanaan siklus II yakni sebesar 73,3%, dan pencapaian persentase pada pelaksanaan siklus III yakni sebesar 91,6%. Dapat dikatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli melalui modifikasi *four on four* telah mencapai target, bahkan telah melampaui target yang telah ditentukan. Pelaksanaan

yang baik dapat dilihat dari kinerja guru yang bersangkutan itu sendiri, biasanya apabila guru dapat melakukan interaksi yang baik dengan muridnya maka pembelajaran tersebut dapat berjalan dengan baik sesuai yang telah direncanakan. Seperti yang dikemukakan oleh Djamarah & Zain (2002, hlm. 195) “Suatu kondisi belajar yang optimal dapat tercapai jika guru mampu mengatur anak didik dan sarana pengajaran serta mengedalikannya dalam suasana yang menyenangkan untuk mencapai tujuan pengajaran. Juga hubungan interpersonal yang baik antara guru dan anak didik dan anak didik dengan anak didik, merupakan syarat keberhasilan pengelolaan kelas”. Berikut tabel hasil pelaksanaan dari data awal, siklus I, siklus II, dan siklus III.

Tabel 2.

Hasil Kinerja Guru Dalam Pelaksanaan Secara Keseluruhan

No	Aspek yang di amati	Tercapai				
		Data Awal	Siklus I	Siklus II	Siklus III	Target
1	Pra pembelajaran passing bawah	25%	62,5%	75%	100%	90%
2	Membuka pembelajaran passing bawah	50%	50%	75%	87,5%	90%
3	Mengelola inti pembelajaran passing bawah	40%	55%	65%	85%	90%
4	Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas	40%	65%	75%	90%	90%
5	Melaksanakan evaluasi dan hasil belajar	50%	50%	75%	100%	90%
6	Kesan umum kinerja guru	50%	50%	75%	87,5%	90%
Persentase Total		42,5%	55,4%	73,33%	91,6%	90%

Aktivitas Murid

Berdasarkan analisis selama proses pembelajaran, aktivitas murid dalam pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli melalui modifikasi permainan *four on four* mengalami peningkatan. Pada data awal aktivitas murid yang mendapat kategori baik sebanyak satu murid (4,16%), kemudian 10 murid (41,66%) yang mendapat kategori baik dan 13 murid (54,16%) yang mendapat kategori cukup. Pada tindakan siklus I aktivitas murid yang mendapat kategori baik sebanyak 10 murid (40%), 15 murid (60%) mendapat kategori cukup dan tidak ada murid yang termasuk ke dalam kategori kurang. Kemudian tindakan siklus II aktivitas murid yang mendapat kategori baik sebanyak 18 murid (69,23%), delapan murid (30,77%) mendapat kategori cukup dan tidak ada murid yang termasuk ke dalam kategori kurang. Terakhir pada tindakan siklus III aktivitas murid yang mendapat kategori baik sebanyak 24 murid (92,3%), dua murid (7,7%) yang mendapat kategori cukup dan tidak ada murid yang termasuk pada kategori kurang. Berikut tabel hasil aktivitas murid dari data awal, siklus I, siklus II, dan siklus III.

Tabel 3.

Hasil Aktivitas Murid Secara Keseluruhan

No	Kualifikasi	Tafsiran		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Data Awal	1 murid	10 murid	13 murid
	Persentase	4,16%	41,66%	54,16%
2	Siklus I	10 murid	15 murid	-
	Persentase	40%	60%	-
3	Siklus II	18 murid	8 murid	-
	Persentase	69,23%	30,77%	-
4	Siklus III	24 murid	2 murid	-
	Persentase	92,3%	7,7%	-

Hasil Tes Belajar Murid

Pada data awal murid yang tuntas sebanyak empat murid (16,7%) dan murid yang belum tuntas sebanyak 20 murid (83,3%). Pada tindakan siklus I hasil tes belajar, murid yang tuntas mencapai sembilan murid (36%) dan yang belum tuntas sebanyak 16 murid (64%). Kemudian pada tindakan siklus II murid yang tuntas sebanyak 16 murid (61,53) dan murid yang belum tuntas sebanyak 10 murid (38,47%). Terakhir pada siklus III murid yang tuntas sebanyak 24 murid (92,3%) dan yang belum tuntas sebanyak dua murid (7,7%). Dengan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa melalui modifikasi permainan *four on four* dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar *passing* bawah bola voli pada murid kelas V SDN Angkasa IV Lanud Sulaiman. Hal itu terlihat dari hasil tes belajar murid pada tindakan siklus III sudah mencapai target 90%, bahkan telah melampaui target tersebut. Berikut tabel hasil tes belajar murid dari data awal, siklus I, siklus II, dan siklus III.

Tabel 4.

Hasil Tes Belajar *Passing* Bawah Murid secara Keseluruhan

No	Tindakan	Jumlah murid	Tuntas	Persentase	Tidak Tuntas	Persentase
1	Data Awal	24	4	16,7%	20	83,3%
2	Siklus I	25	9	36%	16	64%
3	Siklus II	26	16	61,53%	10	38,47%
4	Siklus III	26	24	92,3%	2	7,7%

SIMPULAN

Pembelajaran gerak dasar *passing* bawah bola voli melalui modifikasi permainan *four on four* terbukti dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar *passing* bawah murid kelas V SDN Angkasa IV Lanud

Sulaiman Kabupaten Bandung. Hal itu dapat dilihat dari hasil perencanaan, pelaksanaan, aktivitas murid dan hasil tes belajar murid mengenai gerak dasar *passing* bawah mengalami peningkatan pada setiap siklusnya. Pada tahap perencanaan siklus I mencapai 58%, siklus II mencapai 72,5%, dan siklus III melampaui target 90% dimana hasilnya mencapai 92,82%. Pada tahap pelaksanaan siklus I mencapai 55,4%, siklus II mencapai 73,33%, dan siklus III melampaui target 90% dimana hasilnya mencapai 91,6%. Pada aktivitas murid siklus I mencapai 40%, siklus II mencapai 69,23%, dan siklus III melampaui target 90% dimana hasilnya mencapai 92,3%. Pada hasil tes belajar murid siklus I mencapai 36%, siklus II mencapai 61,53%, dan hasil siklus III melampaui target 90% dimana hasilnya mencapai 92,3%.

REFERENSI

- Alexander, P. A., Schallert, D. L., & Reynolds, R. E. (2009). What is learning anyway? A topographical perspective considered. *Educational Psychologist*, 44(3), 176–192.
- Djamarah, S. B., & Zain, A. (2002). *Strategi Belajar-Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Husdarta, H. J. S. (2009). Manajemen pendidikan jasmani. *Bandung: Alfabeta*.
- Milić, M., Grgantov, Z., & Stipkov, M. (2016). Metric characteristics of the modified step-hop test for assessing specific agility in young female volleyball players. *Sport Science*, 9(2), 104.
- Mulyanto, R. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Mulyasa, E. (2009). Praktik penelitian tindakan kelas. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Munasifah. (2009). *Bermain Bola Voli*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Rosdiani, D. (2014). *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Slameto. (2003). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Somantri, H., & Sujana, A. (2009). *Permainan Net*. Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Subroto, T., & Yudiana, Y. (2010). *Permainan Bola Voli*. Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Sutanto, T. (2016). *Buku pintar olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wiarso, G. (2015). *Inovasi Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Laksitas.

Wiriaatmadja, R. (2005). Metode penelitian tindakan kelas. *Bandung: Remaja Rosdakarya*.

Wulandari, I. S. (2014). Pengaruh Pemberian Reward and Punishment Terhadap Motivasi Belajar Murid dalam Pembelajaran Passing Bawah Bolavoli (Studi pada Murid Kelas VIII SMP Negeri 1 Yosowilangun Lumajang). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3).