

MENINGKATKAN KECEPATAN REAKSI *PASSING* BAWAH BOLA VOLI MELALUI PERMAINAN *SHUTTLE RUN* DI KELAS V SD MALAKA KECAMATAN SITURAJA KABUPATEN SUMEDANG

1. **Faisal Suharto** (email: faisalsuharto@student.upi.edu)
2. **Tatang Muhtar** (email: tatangmuhtar@upi.edu)
3. **Dinar Dinangsit** (email: dinardinangsitdd4@gmail.com)

Program studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abduracman No.. 211 Sumedang

ABSTRAK

Penelitian ini berawal dari ketika mengajar di sekolah dasar yang notabnya memiliki kemampuan diatas rata-rata sekolah dasar yang lain dikarnakan di sekolah dasar yang diteliti memiliki kemampuan di bidang olahraga bola voli selalu menjadi acuan untuk sekolah lain, pembelajaran berlangsung keterampilan gerak dasar khususnya *passing* bawah memiliki kendala yang cukup penting yaitu kurangnya kecepatan reaksi karna ketika bola yang melambung di sekitar siswa tidak langsung untuk menjemput bola tersebut, peneliti mengatasi kurangnya kecepatan itu menggunkan permainan *shuttle run* dengan tiga pola langkah, dengan menggunakan permainan *shuttle run* yang si modifikasi meningkatkan keterampilan gerak *passing* bawah Pada pembelajaran siklus I, siswa yang tuntas dalam melakukan keterampilan gerak *passing* bawah sebesar 38,10% pada siklus I sebesar 62% Untuk pembelajaran siklus II, ada penlngkatan dari siklus I, terlihat darl persentase kenaikan sebesar 66,67%, Kemudian untuk siklus III sebesar 90,48%.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani adalah proses pembelajaran yang dilakukan dengan melibatkan aktivitas fisik. Dalam Pendidikan Jasmani, siswa dituntut untuk bergerak dan berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya sehingga siswa diharapkan mampu untuk tumbuh dan berkembang dalam melakukan aktivitas gerak. Hal ini sejalan dengan pendapat Rosdiani (2012, hlm. 23) mengatakan bahwa "Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara *organic*, *neuromuscular*, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka pendidikan nasional". Berdasarkan pengertian di atas, maka Pendidikan Jasmani merupakan suatu pembelajaran di sekolah dasar yang menekankan pada ranah psikomotor siswa yang meliputi salah satu gerak keterampilan, kemampuan motorik, dan perbaikan sistem fungsi organ tubuh. Selain itu, Pendidikan Jasmani dapat menumbuhkan aspek lain seperti aspek kognitif yang meliputi tujuan-tujuan yang berhubungan dengan konsep gerak, arti sehat, memecahkan masalah, kritis, dan cerdas yang berkaitan dengan pengetahuan siswa, dalam hal ini pengetahuan mengenai materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru. Selain itu, aspek afektif dapat pula dikembangkan seperti melatih kerjasama serta menumbuhkan sikap sportivitas. Hal tersebut sejalan dengan Pendidikan jasmani menurut Safari (2012,hlm. 8) mengemukakan bahwa "suatu proses pendidikan

dari seseorang baik sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, serta pembentukan watak”.

Tujuan dari adanya Pendidikan jasmani di SD adalah salah satu cara untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan serta mengembangkan mental, emosional, dan sosial siswa. Berdasarkan tujuan tersebut, maka guru sebagai pembelajar khususnya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, harus dapat mencapai berbagai tujuan secara maksimal dengan menggunakan berbagai metode, model atau pendekatan pada proses pembelajaran jasmani, sehingga pembelajaran akan efektif dan efisien, selain tujuan adapun fungsi pendidikan jasmani. Fungsi pendidikan jasmani yaitu sebagai salah satu alat untuk mencapai tujuan pembelajaran, antara lain adalah membantu dalam pembentukan tubuh, pembentukan prestasi, pembentukan sosial, keseimbangan mental, kecepatan proses berfikir dan pembentukan kepribadian anak, latar belakang masalah yang di temukan oleh peneliti dimana dalam pembelajaran penjas khusus nya pada pembelajaran bola voli, dimana pembelajaran voli termasuk pada permainan bola besar yang ada pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)..

Pembelajaran Bola Voli

Permainan bola voli adalah kegiatan memantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan pemain dari dua regu yang bermain diatas lapangan yang memiliki ukuran yang telah ditentukan, dimana satu orang pemain memiliki kesempatan memantulkan bola hanya satu kali dan satu regu (Subroto dan Yudiana (2010, hlm. 36). Sementara, Ahmad (2007, hlm. 22) mengemukakan “*passing* merupakan sebuah upaya yang dilakukan oleh seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoper bola yang sedang dimainkan kepada teman satu timnya untuk dimainkan di lapangan sendiri”. Penulis akan lebih cenderung mendalami tentang *Passing* bawah maka di penelitian ini, penulis akan dominan menjelaskan tentang teknik dasar *passing* bawah. *Passing* bawah adalah suatu tehnik dasar yang wajib di kuasai dengan baik, penerapan pada anak – anak sekolah dasar pun hendaknya diberikan dengan secara sederhana, bertujuan supaya si anak bisa menerimanya dengan baik dan mudah di pahami dan di hafal, untuk sikap penerimaan dan perkenaan bola terhadap tangan, perkenaan bola dengan sisi dalam dari lenga bawah ataupun teknik lengan bawah merupakan teknik yang sangat penting karna merupakan sebuah redaman awal yang berikan lawan kepada tim itu, pendapat ini de perkuat oleh Setiadi (2011, hlm. 16) yang mengatakan “*passing* bawah disebut “*the dig*” yang artinya menggali, jadi dapat dikatakan bahwa *passing* bawah adalah proses penerimaan bola dengan gaya menggali . bola diterima dan dikembalikan

lagi dengan cara dipantulkan menggunakan dua belah tangan”. Terdapat beberapa tahapan yang harus dilakukan dalam melakukan teknik *passing* bawah seperti berikut :

Kecepatan Reaksi

Kecepatan reaksi berasal dari suatu kata yaitu kecepatan dan reaksi di mana kecepatan adalah merupakan waktu yang dibutuhkan oleh tubuh dalam melakukan suatu bentuk gerak dengan cepat untuk suatu kerja fisik tertentu, dan reaksi adalah suatu rangsangan yang dilakukan tubuh secara cepat yang diterima oleh alat indra, maka kecepatan reaksi waktu yang dibutuhkan oleh tubuh dalam melakukan suatu bentuk gerak untuk rangsangan yang cepat dalam suatu peristiwa. Diperkuat oleh beberapa ahli. Menurut Harsono (1988, hlm. 217) bahwa “kecepatan reaksi sebagai waktu yang artinya waktu ketika pemberian rangsangan (*stimulus*) dengan gerakan pertama” sedangkan menurut Sajoto (1988, hlm. 59) mengatakan “reaksi atau *reaction* adalah kemampuan seseorang segera bertindak secepatnya, dalam menanggapi rangsangan-rangsangan yang datang lewat indra, syaraf atau feeling lainnya” sedangkan menurut Suharno (1985, hlm. 31) Kecepatan reaksi adalah “kemampuan organisme atlet untuk menjawab suatu rangsangan secepat mungkin dalam mencapai hasil yang sebaik-baiknya” Dengan demikian disimpulkan pemaparan dari para ahli di atas kecepatan reaksi adalah waktu ketika pemberi rangsangan yang diterima oleh alat indra untuk menjawab secepat mungkin dalam mencapai hasil sebaik-baiknya,

Permainan Shuttle Run

Disetiap pembelajaran di haruskan ada sebuah permainan, karena bermain merupakan sebuah karakteristik yang dimiliki oleh seorang anak khususnya siswa sekolah dasar dimana di kesehariannya memerlukan sebuah permainan yang menyenangkan, karena dengan bermain bisa meningkatkan sebuah keterampilan, selain keterampilan dengan bermain anak bisa mengembangkan fisik, intelektual, social dan emosional, ketiga aspek tersebut saling terkait satu sama lain dimana dikuatkan dengan pendapat para ahli : merupakan kegiatan yang menyenangkan yang dilakukan dengan tanpa adanya paksaan”. Sehingga dapat dipahami bahwa, bermain adalah penguasaan keterampilan gerak dasar dapat dikembangkan melalui kegiatan bermain kegiatannya itu dengan rasa senang yang dilakukan tanpa adanya paksaan. Menurut *shuttle run* Ismayanti (2009, hlm. 41) “kelincahan merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian – bagiannya” Harsuki (2003, hlm. 341) “*shuttle run* merupakan lari bolak - balik untuk mengukur kelincahan seseorang mengubah posisi dan arah”. Maka dari itu disimpulkan *shuttle run* merupakan lari bolak-balik bagian dari komponen kesegaran jasmani yang membutuhkan kecepatan, kelincahan dan keseimbangan perubahan posisi dan arah tubuh

Metode Dan Desain Penelitian

1. Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Seperti yang dikemukakan oleh Suherman (2013, hlm. 59) bahwa “penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan cara melakukan tindakan-tindakan tertentu yang bertujuan dapat memperbaiki dan meningkatkan praktek pembelajaran di kelas secara lebih professional”. Hanifah (2014, hlm. 5) mengemukakan bahwa “penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang bersifat kasuistik dan berkonteks pada kondisi, berdasarkan keadaan dan situasi yang ada didalam kelas yang di dasarkan untuk memecahkan berbagai masalah yang terjadi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran didalam kelas”

2. Desain Penelitian

Adapun penemuan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada desain penelitian yang dilakukan oleh Kemmis & Mc. Targgat (dalam Hanifah, 2014, hlm. 52) dimulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi kemudian mengadakan perencanaan kembali. Model Spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart, dilakukan secara berulang sampai perencanaan yang telah dirancang sudah mencapai target yang diharapkan. Perencanaan Kemmis dan Mc. Taggart ini menggunakan sistem spiral dimana tahapan-tahapan dalam refleksi diri diawali dari perencanaan (*Plan*), tindakan (*Action*), pengamatan (*Observe*), refleksi (*Reflect*), dan perencanaan kembali.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Malaka yang berlokasi di Kecamatan Situraja Kabupaten Sumedang. Hal yang mendasari pengambilan tempat penelitian ini adalah ditemuannya masalah di kelas V SD Negeri Malaka yaitu kurangnya kecepatan reaksi gerak dasar passing bawah bola voli yang harus segera mendapat tindakan serta kurangnya kreativitas guru dalam melakukan pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rekapitulasi Hasil Perolehan Perencanaan Pembelajaran Siklus I

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus I
1	Perumusan tujuan pembelajaran	100%	56,25%
2	Mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran	90%	56,25%
3	Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran	90%	70%
4	Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian	90%	41,7%

5	Tampilan dokumen rencana pembelajaran	90%	75%
Persentase		90%	59,84%

Peningkatan dari data awal 51,49% ke siklus 1 menjadi 59,84% terjadi karena guru mulai mengerti dalam mengimplementasikan permainan *shuttle run* dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli. Namun semua aspek itu masih belum mencapai target awal yang telah ditentukan yaitu 90%,

Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus I

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus I
1	Pra pembelajaran	90%	50%
2	Membuka pembelajaran	90%	62,5%
3	Mengelola inti pembelajaran	90%	65%
4	Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas	90%	70%
5	Melaksanakan evaluasi dan hasil belajar	90%	62,5%
6	Kesan umum kinerja guru	90%	62,5%
Persentase		90%	62,08%

Dapat dilihat paparan tabel dari hasil observasi pelaksanaan kinerja guru dalam hal proses pembelajaran tindakan siklus I. Dalam pra pembelajaran hasil tabel yang dicapai yaitu 50%, membuka pembelajaran hasil persentase yang dicapai yaitu 62,5%, mengelola inti pembelajaran hasil persentase yang dicapai 65%, mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas hasil persentase yang dicapai yaitu 70%, melaksanakan suatu evaluasi dan hasil belajar hasil persentase yang dicapai berkisar yaitu 62,5%, dan kesan umum kinerja guru persentase yang dicapai yaitu 62,5%. dapat terlihat dari persentase tabel diatas bahwa secara keseluruhan hasil observasi pelaksanaan kinerja guru yang sudah dilakukan pada tindakan siklus I yaitu 62,08%.

Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I

No	Tindakan	Jumlah Siswa	Tuntas	%	Belum Tuntas	%
1	Data awal	21	5	23,8%	16	76,2%
2	Siklus I	21	8	38,1%	13	62%

Dalam hasil dari pengamatan aktivitas siswa siklus I selama dalam proses pembelajaran berlangsung, dapat dijelaskan bahwa persentase selama kegiatan pembelajaran berlangsung dapat ditinjau dari paparan tabel sebagai berikut. Persentase untuk yang ber kriteria baik yaitu 42,9% atau 9 orang, ber kriteria cukup 47,6% atau 10 orang dan kriteria kurang 9,5% atau 2 orang. Dari analisis data tersebut, dapat dijabarkan

bahwa aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung sudah mulai meningkat dari data awal ke siklus I.

Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus I

bahwa hasil belajar siswa menunjukkan perubahan kemampuan siswa dalam pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli dari semula 5 siswa menjadi 8 siswa atau 23,8% menjadi 38,1% pada siklus I. Peneliti memastikan ada suatu kenaikan yang cukup memuaskan pada siklus berikutnya bisa mencapai target yang diharapkan yaitu 80%.

Rekapitulasi Hasil Perolehan Perencanaan Pembelajaran Siklus II

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus II
1	Perumusan tujuan pembelajaran	90%	56,25%
2	Mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran	90%	56,25%
3	Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran	90%	70%
4	Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian	90%	41,7%
5	Tampilan dokumen rencana pembelajaran	90%	75%
Persentase		90%	69,6%

Dengan demikian perencanaan dalam pelaksanaan pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli mengalami peningkatan yang semula 59,84% dari siklus I menjadi 69,6%, ini menunjukkan perubahan yang cukup baik dibandingkan dengan sebelumnya.

Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus II

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus II
1	Pra pembelajaran	90%	50%
2	Membuka pembelajaran	90%	62,5%
3	Mengelola inti pembelajaran	90%	65%
4	Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas	90%	70%
5	Melaksanakan evaluasi dan hasil belajar	90%	62,5%
6	Kesan umum kinerja guru	90%	62,5%
Persentase		90%	73,75%

Dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan hasil observasi pelaksanaan kinerja guru yang sudah dilakukan pada tindakan siklus II adalah 73,75% dan pelaksanaan pembelajaran keterampilan gerak

passing bawah bola voli mengalami peningkatan yang cukup baik dari semula 62,08% dari siklus I menjadi 73,75% meskipun belum mencapai target yang ditentukan yaitu 90%

Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II

Aspek yang di Amati	Kriteria			Jumlah Siswa 21 Orang
	Baik	Cukup	Kurang	
Semangat, percaya diri, disiplin	15 orang (71,4%)	6 orang (28,6%)	-	

suatu hasil yang dilihat dari hasil observasi aktivitas siswa siklus II selama proses pembelajaran berlangsung, dapat dijelaskan bahwa persentase selama kegiatan pembelajaran berlangsung dapat dijabarkan sebagai berikut. Persentase untuk yang berkriteria baik yaitu 71,4% atau 15 orang, berkriteria cukup 28,6% atau 6 orang dan kriteria kurang tidak ada.

Rekapitulasi Data Peningkatan Hasil Belajar Siswa Siklus II

No	Tindakan	Jumlah Siswa	Tuntas	%	Belum Tuntas	%
1	Siklus I	21	8	38,1%	13	62%
2	Siklus II	21	14	66,67%	7	33,33%

suatu hasil yang baik dalam belajar siswa menunjukkan sebuah peningkatan kemampuan siswa dalam pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli semula 8 siswa menjadi 14 siswa atau 38,1% menjadi 66,67% pada siklus II.

Rekapitulasi Hasil Perolehan Perencanaan Pembelajaran Siklus III

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus III
1	Perumusan tujuan pembelajaran	90%	87,5%
2	Mengembangkan dan mengorganisasikan materi media sumber belajar dan metode pembelajaran	90%	87,5%
3	Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran	90%	85%
4	Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat penilaian	90%	91,67%
5	Tampilan dokumen rencana pembelajaran	90%	100%
Persentase		90%	90,33%

Pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli mengalami peningkatan yang semula 73,75% dari siklus II menjadi 90,33%, ini menunjukkan perubahan yang baik.

Rekapitulasi Hasil Perolehan Pelaksanaan Kinerja Guru Siklus III

No	Aspek yang di amati	Persentase	
		Target	Siklus III
1	Pra pembelajaran	90%	50%
2	Membuka pembelajaran	90%	62,5%
3	Mengelola inti pembelajaran	90%	65%
4	Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas	90%	70%
5	Melaksanakan evaluasi dan hasil belajar	90%	62,5%
6	Kesan umum kinerja guru	90%	62,5%
Persentase		90%	90,8%

Dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan hasil observasi pelaksanaan kinerja guru yang sudah dilaksanakan pada tindakan siklus III sudah mencapai target yang telah ditetapkan yaitu 90%, dilihat dari kinerja guru yang telah berhasil menjadi sebagai pengajar, fasilitator, motivator, dan pembimbing yang baik bagi siswa dalam pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli

Rekapitulasi Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus III

Aspek yang di Amati	Kriteria			Jumlah Siswa 21 Orang
	Baik	Cukup	Kurang	
Semangat, percaya diri, disiplin	19 orang (90,48%)	2 orang (9,52%)	-	

Persentase untuk yang berkriteria baik yaitu 90,48% atau 19 orang dan cukup 9,52% atau dua orang , berkriteria cukup dan kriteria kurang tidak ada.

Tingkat Ketuntasan Belajar Siswa Data Awal, Siklus I, Siklus II, dan Siklus III

No	Tindakan	Jumlah Siswa	Tuntas	%	Belum Tuntas	%
1	Data Awal	21	5	23,8%	16	76,2%
2	Siklus I	21	8	38,1%	13	62%
3	Siklus II	21	14	66,67%	7	33,33%
4	Siklus III	21	19	90,48%	2	9,52%

Siswa yang sudah tuntas belajar pada siklus III sebanyak 19 siswa atau 90,48% dan 9,52% atau 2 orang dari 21 siswa belum tuntas dikarenakan siswa tersebut masih kurang percaya diri untuk melakukan pantulan bola pada saat memasing. Dilihat dari hasil analisis siklus III target keberhasilan siswa telah tercapai yaitu ketuntasan siswa melebihi 80 % atau 19 siswa dari 21 siswa

SIMPULAN

Peningkatan data awal 51,49% pada siklus I mengalami peningkatan 8,51% menjadi 60%, peningkatan terjadi karena guru sudah merumuskan tujuan belajar dengan menerapkan tiga aspek tujuan yang harus dicapai dalam setiap pembelajaran yaitu aspek kognitif, aspek psikomotor dan aspek afektif, serta guru menerapkan pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah dengan menggunakan permainan *shuttle run*. Siklus II terjadi peningkatan sebesar 9,67% dari siklus satu menjadi 69,60%, peningkatan terjadi karena guru telah menerapkan variasi permainan *shuttle run*, pada siklus II belum tercapai target yang diharapkan, sehingga dilakukan tindakan siklus III. Pada siklus III terjadi peningkatan sebesar 20,73% dari siklus II menjadi 90,33%,.. Pada data awal kinerja guru hanya mencapai 31,17% terjadi peningkatan pada siklus I meningkat 30,91% menjadi 62,08%, peningkatan terjadi pada pelaksanaan pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli menggunakan permainan *shuttle run*, namun demikian belum memenuhi target maka di lanjutkan lagi tindakan siklus II, siklus II terjadi peningkatan sekitar 10,95% dari siklus I menjadi 73,75% , peningkatan terjadi karena pada kegiatan inti untuk keterampilan gerak *passing* bawah menggunakan variasi pola gerak yang lebih meningkatkan kelincahan yaitu pola langkah *zig-zag*, pada siklus II ternyata masih belum memenuhi target. Pada siklus III terjadi peningkatan 16,55% dari siklus II menjadi 90,3% pada Siklus III sudah melebihi target. Hampir seluruh siswa menunjukkan peningkatan dalam aktivitas pembelajaran keterampilan gerak *passing* bawah bola voli melalui permainan *shuttle run*. Pada data awal aktivitas siswa mencapai 23,8%, pada siklus I terjadi peningkatan sekitar 19,1% menjadi 42,9% pada siklus I yang mendapatkan B (baik) sembilan orang 42,9%. Pada siklus II terjadi peningkatan 28,5% dari siklus I menjadi 71,4% pada siklus II dengan kategori baik 15 orang . Pada siklus III terjadi peningkatan 19,08% pada siklus II menjadi 90,48% dengan kategori baik 19 orang pada siklus III. Pada siklus III sudah mencapai melebihi target yang diharapkan yaitu 80%. Hasil belajar keterampilan gerak *passing* bawah bola voli yang dilaksanakan di kelas V SDN Malaka, Kecamatan Situraja, Kabupaten Sumedang menunjukkan peningkatan yang signifikan dari setiap siklusnya, yaitu pada data awal 23,8% dengan lima orang siswa yang tuntas terjadi peningkatan 14,3% menjadi 38,1% dengan delapan siswa yang tuntas di siklus I , pada siklus II terjadi peningkatan 28,57% menjadi 66,67% dengan 14 siswa yang tuntas pada siklus II dan pada siklus III terjadi peningkatan 23,81% menjadi siklus III 90,48% dengan 19 siswa yang tuntas.

REFERENSI

- Ahmad, Nuril (2007). *Panduan olahraga bola voly*. Surakarta: Era Pustaka utama..
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Harsono. (1988). *Coaching Dan Aspek – Aspek psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: PIO KONI Pusat.
- Hanifah, N. (2014). *Memahami Penelitian Tindakan Kelas : Teori & Aplikasinya*. Bandung. UPI PRESS.
- Ismayanti, (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- Moleong, Lexy. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Safari, indra (2009). *Model Pembelajaran Kooperatif Pendidikan Jasmani*. Bandung : CV. Bintang Warliartika.
- Subroto, Yudiana. (2010) *Modul Permainan Bola Voli*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Saputra Yudha M. (2006). *Perkembangan Motorik (Sebuah Konsep dan Impelementasi)*. Bandung: Depdiknas.
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Setiadi, Bambang. (2011). *Permainan Bola Voli*. Bandung: Gotong Royong
- Suharno. (1985). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO.
- Sukardi. (2003). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jogjakarta: CV Bumi Raksa.
- Suherman, A. (2013). *Penelitian Pendidikan*. Sumedang. Studio AI Design