

## **UPAYA PENINGKATAN GERAK DASAR SISWA KELAS IVA DENGAN PERMAINAN SEDERHANA BOLA VOLI DI SDN KETINTANG 1**

Satrya Kurnia Yanotama <sup>1</sup>, Sukma Vicky Pratama <sup>2</sup>, Abdul Rofik <sup>3</sup>, Sasminta  
Christina Yuli Hartati <sup>4</sup>, Agus Sumarsono <sup>5</sup>

<sup>1234</sup> Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

<sup>5</sup>SDN Ketintang 1 Surabaya

<sup>1</sup> [satrya.kurnia24@gmail.com](mailto:satrya.kurnia24@gmail.com) <sup>2</sup> [pratamav733@gmail.com](mailto:pratamav733@gmail.com)

<sup>3</sup> [abdulrofik222@gmail.com](mailto:abdulrofik222@gmail.com) <sup>4</sup> [sasmintahartati@unesa.ac.id](mailto:sasmintahartati@unesa.ac.id)

### **ABSTRACT**

*This study aims to improve the basic movements of class 4A students at SDN Ketintang 1 through the application of simple volleyball games using the Classroom Action Research (PTK) method with two cycles. Pre-cycle data showed the average score of cognitive aspects was 62, affective 75, and psychomotor 79. Cycle 1 resulted in an increase in all aspects with the average cognitive score reaching 70, affective 80, and psychomotor 84. Cycle 2 showed a more significant increase with the average score of cognitive aspects reaching 80, affective 83, and psychomotor 87. This research makes an important contribution in understanding the effectiveness of using simple volleyball games as a learning method in improving student learning outcomes. The results of this study show that volleyball games are effective in improving cognitive, affective, and psychomotor skills of grade 4A students, and reflect the importance of an interactive approach in physical education. Therefore, this study provides practical guidance for teachers in developing innovative and fun learning methods to improve students' basic movement skills.*

**Keywords:** *Basic Movement; Games; Volleyball*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1 melalui penerapan permainan sederhana bola voli menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus. Data prasiklus menunjukkan rata-rata skor aspek kognitif sebesar 62, afektif 75, dan psikomotorik 79. Siklus 1 menghasilkan peningkatan pada semua aspek dengan rata-rata skor kognitif mencapai 70, afektif 80, dan psikomotorik 84. Siklus 2 menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dengan rata-rata skor aspek kognitif mencapai 80, afektif 83, dan psikomotorik 87. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami efektivitas penggunaan permainan sederhana bola voli sebagai metode pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan bola voli efektif dalam meningkatkan keterampilan kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa kelas 4A, dan merefleksikan pentingnya pendekatan interaktif dalam pendidikan jasmani. Oleh karena itu, penelitian ini

memberikan panduan praktis bagi guru-guru dalam mengembangkan metode pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa.

**Kata Kunci:** Gerak Dasar; Permainan; Bola Voli

### **A. Pendahuluan**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu komponen penting dalam kurikulum sekolah dasar yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan fisik dan motorik siswa. Pendidikan jasmani adalah jenis pendidikan yang mengintegrasikan unsur fisik dan bertujuan untuk mengembangkan seluruh dimensi siswa, termasuk aspek sikap, pengetahuan, dan motoriknya (Wati & Sari, 2024). Dalam konteks ini, gerak dasar memegang peran kunci dalam membentuk fondasi keterampilan motorik yang lebih kompleks di kemudian hari. (Fadlan et al., 2023) menjelaskan bahwa kemahiran gerak dasar memegang peranan penting dan memiliki efek positif pada perkembangan fisik dan kognitif anak-anak pada usia sekolah dasar. Salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh guru pendidikan jasmani adalah bagaimana meningkatkan gerak dasar siswa dengan cara yang menyenangkan dan menarik. Di sekolah, upaya ini diwujudkan melalui penggunaan permainan sederhana

bola voli sebagai alat pembelajaran bagi siswa. Berdasarkan studi (Sabita & Hartati, 2024) menemukan bahwa beberapa siswa hanya diam dan memperhatikan saja, bahkan kurang antusias untuk berpartisipasi saat pelajaran olahraga berlangsung.

Permainan sederhana bola voli tidak hanya melibatkan keterampilan fisik tetapi juga aspek-aspek sosial dan kognitif yang penting bagi perkembangan anak. Melalui permainan ini, siswa belajar bekerja sama, berkomunikasi, dan memecahkan masalah secara kolektif. Bagi siswa pengenalan permainan bola voli disesuaikan dengan tingkat perkembangan mereka, sehingga aturan dan teknik dasar dimodifikasi menjadi lebih sederhana dan mudah dipahami. Metode pembelajaran yang mengintegrasikan unsur permainan dapat disarankan sebagai pendekatan efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik dasar para siswa di tingkat sekolah dasar (Oktarifaldi et al., 2024). Sejalan dengan hal tersebut hasil penelitian (Wahyudi & Hartati, 2024) mengungkapkan

bahwa pengembangan permainan softbal dapat meningkatkan keterampilan gerak motorik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Sehingga pembelajaran PJOK dalam menerapkan permainan dapat menjadi rekomendasi dalam melakukan pembelajaran.

Latar belakang penerapan permainan sederhana bola voli ini juga didasari oleh hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa banyak siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1 masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerak dasar seperti berlari, melompat, dan melempar. Kesulitan ini mengindikasikan perlunya pendekatan yang lebih efektif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Melalui permainan bola voli yang sederhana, diharapkan siswa dapat lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dan meningkatkan kemampuan gerak dasar mereka.

Selain itu, perkembangan teknologi dan gaya hidup modern sering kali membuat anak-anak kurang bergerak secara fisik. Banyak anak yang lebih memilih menghabiskan waktu dengan gadget dibandingkan beraktivitas fisik di luar

ruangan. (Azizah et al., 2024) menjelaskan bahwa penggunaan perangkat elektronik berpotensi memberikan dampak yang merugikan pada perkembangan fisik dan motorik anak. Anak-anak yang menghabiskan sebagian besar waktu mereka dengan bermain menggunakan gadget cenderung kurang aktif secara fisik dan jarang melakukan aktivitas gerak. Kondisi ini tentunya mempengaruhi kemampuan motorik dan kesehatan fisik mereka secara keseluruhan. Tantangan utama yang memengaruhi kemajuan motorik fisik pada anak usia 5-6 tahun adalah menurunnya tingkat aktivitas fisik dan meningkatnya ketergantungan pada teknologi (Tristya et al., 2024). Oleh karena itu, integrasi permainan bola voli ke dalam kurikulum pendidikan jasmani menjadi langkah strategis untuk mengembalikan minat siswa terhadap aktivitas fisik.

Implementasi permainan sederhana bola voli di sekolah harus mendapat dukungan dari berbagai pihak, termasuk guru, orang tua, dan komunitas sekitar. Sejalan dengan hal tersebut (Muslihati, 2020) menjelaskan bahwa dukungan ini sangat penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan

mendukung perkembangan anak. Dukungan dari pihak sekolah memiliki peran yang sangat penting, karena keberhasilan program sangat dipengaruhi oleh kinerja kolaboratif. Kolaborasi yang efektif di lingkungan sekolah menjadi faktor penentu utama dalam mencapai tujuan program dengan sukses. Guru pendidikan jasmani berperan sebagai fasilitator yang membimbing siswa dalam memahami dan menguasai gerak dasar melalui permainan ini. Seorang guru diharapkan mampu berperan sebagai fasilitator sekaligus teladan bagi siswa dalam proses pembelajaran PJOK (Widiyanto & Hartati, 2018). Guru harus bisa memfasilitasi pembelajaran dengan efektif dan juga memberikan contoh perilaku serta keterampilan yang dapat diikuti oleh siswa. Sementara itu, orang tua diharapkan dapat memberikan dorongan dan semangat kepada anak-anak mereka untuk aktif berpartisipasi.

Melalui pendekatan ini, diharapkan siswa tidak hanya mampu meningkatkan keterampilan gerak dasar mereka tetapi juga mengembangkan sikap positif terhadap olahraga dan aktivitas fisik. Pembelajaran yang menyenangkan

dan interaktif akan membantu siswa mengasosiasikan aktivitas fisik dengan pengalaman yang menyenangkan, sehingga mereka lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan jasmani yang tidak hanya fokus pada perkembangan fisik tetapi juga pada pembentukan karakter dan kebiasaan hidup sehat.

Selain manfaat fisik, permainan bola voli juga memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Melalui interaksi dalam permainan, siswa belajar tentang kerjasama, fair play, dan pentingnya menghargai teman sekelompok. Aspek-aspek ini sangat penting untuk membentuk sikap sosial yang baik dan meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berinteraksi dengan orang lain.

Dalam jangka panjang, upaya peningkatan gerak dasar melalui permainan sederhana bola voli ini diharapkan dapat menciptakan generasi muda yang lebih sehat dan aktif. Kebiasaan berolahraga yang ditanamkan sejak dini akan membawa dampak positif bagi kesehatan mereka di masa depan. Selain itu, keterampilan motorik yang baik juga berkontribusi terhadap prestasi

akademik dan kemampuan kognitif siswa.

Secara keseluruhan, upaya peningkatan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1 melalui permainan sederhana bola voli merupakan langkah yang strategis dan efektif. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik siswa tetapi juga mengembangkan aspek sosial, emosional, dan kognitif mereka. Dengan dukungan yang kuat dari berbagai pihak, diharapkan program ini dapat berjalan dengan sukses dan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa besar pengaruh permainan sederhana bola voli terhadap peningkatan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi bagi guru pendidikan jasmani untuk mengimplementasikan metode pembelajaran yang lebih interaktif dan efektif.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus

untuk meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A melalui permainan sederhana bola voli di SDN Ketintang 1. PTK dipilih karena metode ini memungkinkan guru untuk melakukan tindakan perbaikan secara sistematis berdasarkan refleksi dari setiap siklus yang dilakukan. Setiap siklus terdiri dari empat tahap: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Metode ini diharapkan dapat memberikan umpan balik yang kontinu dan memungkinkan penyesuaian strategi pengajaran yang lebih efektif.

*Prosedur Penelitian PTK Model Spiral C. Kemmis dan Mc. Taggart*

Prosedur penelitian ini mengadopsi model spiral PTK dari C. Kemmis dan Mc. Taggart yang terdiri dari empat tahap utama: perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti merancang rencana tindakan yang meliputi penggunaan permainan bola voli sederhana untuk meningkatkan gerak dasar siswa. Tahap tindakan melibatkan implementasi rencana tersebut di kelas. Observasi dilakukan untuk mengumpulkan data mengenai perkembangan gerak dasar siswa selama kegiatan berlangsung. Tahap

refleksi digunakan untuk mengevaluasi hasil observasi dan menentukan perbaikan yang diperlukan untuk siklus berikutnya.

#### *Siklus Pertama*

Pada siklus pertama, kegiatan dimulai dengan perencanaan yang mencakup penyusunan rencana pembelajaran dengan permainan bola voli sederhana. Tindakan dilaksanakan dengan memperkenalkan permainan tersebut kepada siswa dan mengajarkan teknik dasar bola voli. Selama pelaksanaan, peneliti mengamati aktivitas siswa untuk mengumpulkan data tentang keterlibatan dan perkembangan gerak dasar mereka. Setelah tindakan selesai, peneliti melakukan refleksi untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan dan mengidentifikasi masalah atau hambatan yang muncul, serta merencanakan perbaikan untuk siklus kedua.

#### *Siklus Kedua*

Pada siklus kedua, hasil refleksi dari siklus pertama digunakan untuk menyempurnakan rencana pembelajaran. Tahap perencanaan melibatkan revisi strategi pengajaran berdasarkan umpan balik yang

diterima. Tindakan dilaksanakan dengan menerapkan strategi yang telah disempurnakan, dengan fokus pada peningkatan teknik dan keterlibatan siswa dalam permainan bola voli. Observasi kembali dilakukan untuk mengumpulkan data yang lebih rinci tentang perkembangan gerak dasar siswa. Setelah itu, refleksi dilakukan untuk menilai kemajuan yang dicapai dan merumuskan kesimpulan akhir dari penelitian.

#### *Setting Penelitian*

Penelitian ini dilakukan di SDN Ketintang 1, khususnya di kelas 4A yang terdiri dari 30 siswa. Kelas ini dipilih karena adanya kebutuhan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa. Setting penelitian mencakup lingkungan sekolah dan ruang kelas yang disesuaikan untuk pelaksanaan permainan bola voli sederhana. Seluruh kegiatan dilakukan selama jam pelajaran pendidikan jasmani dengan keterlibatan aktif dari guru kelas sebagai fasilitator. Penelitian ini berlangsung selama satu semester, dengan masing-masing siklus dilaksanakan selama empat minggu. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata

dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa melalui metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan.

Penilaian psikomotorik berfokus pada keterampilan fisik dan gerak dasar yang ditunjukkan oleh siswa selama bermain bola voli. Berikut adalah rubrik penilaian psikomotorik:

**Tabel 1. Instrumen Penilaian Psikomotorik**

No	Aspek Psikomotorik	Keterangan	Skor	Deskripsi Skor
1.	Koordinasi	Sangat Baik	4	Koordinasi gerakan sangat baik, tidak ada kesalahan.
		Baik	3	Koordinasi gerakan baik, sedikit kesalahan.
		Cukup	2	Koordinasi gerakan cukup, beberapa kesalahan.
		Kurang	1	Koordinasi gerakan kurang, banyak kesalahan.
2	Keseimbangan	Sangat Baik	4	Keseimbangan sangat baik, tidak ada kehilangan keseimbangan.
		Baik	3	Keseimbangan baik, sedikit kehilangan keseimbangan.
		Cukup	2	Keseimbangan cukup, beberapa kali kehilangan keseimbangan.
		Kurang	1	Keseimbangan kurang, sering kehilangan keseimbangan.
3	Kelincahan	Sangat Baik	4	Gerakan sangat lincah, tidak ada hambatan.
		Baik	3	Gerakan lincah, sedikit hambatan.
		Cukup	2	Gerakan cukup lincah, beberapa hambatan.
		Kurang	1	Gerakan kurang lincah, banyak hambatan.

**Instrumen Penilaian Kognitif**

Penilaian kognitif berfokus pada pemahaman siswa terhadap aturan dan teknik dasar permainan bola voli. Berikut adalah contoh soal dan rubrik penilaian kognitif:

**Soal Kognitif:**

1. Sebutkan tiga teknik dasar dalam permainan bola voli!
2. Apa yang harus dilakukan saat menerima servis dari tim lawan?
3. Bagaimana cara melakukan smash yang efektif?

**Tabel 2. Rubrik Penilaian Kognitif**

No	Aspek Psikomotorik	Skor	Deskripsi Skor
1.	Teknik Dasar Bola Voli	3	Menyebutkan semua teknik dengan benar.
		2	Menyebutkan dua teknik dengan benar.
		1	Menyebutkan satu teknik dengan benar.
		0	Tidak menyebutkan teknik dengan benar.
		3	Menjelaskan tindakan dengan tepat dan rinci.
2	Tindakan saat Menerima Servis	2	Menjelaskan tindakan dengan cukup tepat.
		1	Menjelaskan tindakan dengan kurang tepat.
		0	Tidak menjelaskan tindakan dengan benar.
		3	Menjelaskan tindakan dengan benar.
3	Cara Melakukan Smash	4	Gerakan sangat lincah, tidak ada hambatan.
		3	Gerakan lincah, sedikit hambatan.
		2	Gerakan cukup lincah, beberapa hambatan.
		1	Gerakan kurang lincah, banyak hambatan.

**Instrumen Penilaian Afektif**

Penilaian afektif berfokus pada sikap, motivasi, dan kerja sama siswa

during the game of volleyball.

Below is the affective assessment rubric:

**Tabel. 3 Rubrik Penilaian Afektif**

No	Aspek Afektif	Keterangan	Skor	Deskripsi Skor
1.	Kerja Sama	Sangat Baik	4	Selalu bekerja sama dengan tim, tidak ada konflik.
		Baik	3	Bekerja sama dengan tim, sedikit konflik.
		Cukup	2	Bekerja sama dengan tim, beberapa kali konflik.
		Kurang	1	Tidak bekerja sama dengan tim, sering konflik.
2	Motivasi	Sangat Baik	4	Sangat termotivasi, selalu berpartisipasi aktif.
		Baik	3	Termotivasi, sering berpartisipasi aktif.
		Cukup	2	Cukup termotivasi, kadang berpartisipasi aktif.
		Kurang	1	Kurang termotivasi, jarang berpartisipasi aktif.
3	Sikap	Sangat Baik	4	Selalu menunjukkan sikap positif selama permainan.
		Baik	3	Sering menunjukkan sikap positif selama permainan.
		Cukup	2	Kadang menunjukkan sikap positif selama permainan.
		Kurang	1	Jarang menunjukkan sikap positif selama permainan.

### **Penggunaan Instrumen**

Instrumen penilaian ini digunakan oleh guru selama dan setelah pelaksanaan permainan bola voli sederhana untuk mengukur perkembangan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1. Penilaian dilakukan secara berkelanjutan untuk memberikan umpan balik yang berguna bagi siswa dan untuk menyempurnakan metode pengajaran yang digunakan.

### **C.Hasil Penelitian dan Pembahasan**

#### Hasil

Dengan data yang menunjukkan peningkatan yang konsisten dari prasiklus hingga siklus kedua, pengantar ini mencerminkan efektivitas upaya peningkatan gerak dasar siswa kelas 4A melalui permainan sederhana bola voli di SDN Ketintang 1. Prasiklus menunjukkan rata-rata skor aspek kognitif sebesar 62, afektif sebesar 75, dan psikomotorik sebesar 79. Kemudian, pada siklus pertama, terjadi peningkatan yang signifikan dengan rata-rata skor aspek kognitif mencapai 70, afektif 80, dan psikomotorik 84. Peningkatan ini terus berlanjut pada siklus kedua, di mana rata-rata skor aspek kognitif meningkat menjadi 80,

afektif mencapai 83, dan psikomotorik meningkat menjadi 87. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan sederhana bola voli efektif dalam meningkatkan tidak hanya keterampilan fisik siswa, tetapi juga pemahaman, motivasi, dan sikap mereka terhadap pembelajaran.

#### *Siklus Pertama*

##### Perencanaan:

Pada awal siklus pertama, dilakukan analisis data prasiklus yang menunjukkan rata-rata skor aspek kognitif 62, afektif 75, dan psikomotorik 79. Berdasarkan data ini, dirancanglah rencana pembelajaran yang lebih terperinci untuk meningkatkan skor tersebut. Permainan bola voli sederhana dipilih sebagai metode utama untuk meningkatkan gerak dasar siswa. Rencana pembelajaran yang disusun mencakup pengenalan teknik dasar bola voli dan pengaturan aktivitas yang memungkinkan pengamatan langsung terhadap kemajuan siswa.

##### Pelaksanaan:

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memperkenalkan permainan bola voli sederhana kepada siswa dan mengajarkan teknik dasar. Guru

memberikan instruksi yang jelas tentang aturan main dan teknik yang harus dikuasai. Siswa diberi kesempatan untuk berlatih dan menerapkan teknik yang telah dipelajari dalam permainan tersebut. Aktivitas siswa selama pelaksanaan dicatat dengan cermat untuk dijadikan data observasi.

*Observasi:*

Selama pelaksanaan permainan, peneliti melakukan observasi terhadap aktivitas siswa untuk mengumpulkan data tentang keterlibatan dan perkembangan gerak dasar mereka. Setiap gerakan, tingkat partisipasi, dan respons siswa terhadap instruksi diamati dan dicatat secara sistematis. Data observasi ini menjadi dasar untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan dalam meningkatkan keterampilan siswa.

*Refleksi:*

Setelah pelaksanaan selesai, dilakukan tahap refleksi untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan dan mengidentifikasi masalah atau hambatan yang muncul. Analisis data observasi menunjukkan peningkatan dalam rata-rata skor aspek kognitif menjadi 70, afektif 80, dan

psikomotorik 84. Hal ini menunjukkan progres yang positif, namun masih terdapat ruang untuk perbaikan. Berdasarkan hasil refleksi ini, disusunlah strategi perbaikan yang akan diterapkan pada siklus kedua.

*Siklus Kedua*

Perencanaan:

Pada siklus kedua, dilakukan perencanaan yang lebih terperinci berdasarkan hasil refleksi dari siklus pertama. Data menunjukkan peningkatan rata-rata skor aspek kognitif menjadi 70, afektif 80, dan psikomotorik 84. Dengan mempertimbangkan hal ini, disusunlah rencana pembelajaran yang lebih fokus pada aspek-aspek yang masih perlu ditingkatkan. Perubahan dalam strategi pengajaran dan penekanan pada teknik-teknik yang lebih kompleks dipertimbangkan.

Pelaksanaan:

Tahap pelaksanaan pada siklus kedua dilakukan dengan menerapkan rencana pembelajaran yang telah disusun. Guru melakukan pengajaran dengan lebih intensif, memberikan umpan balik yang lebih mendalam kepada siswa, dan memberikan tantangan yang sesuai dengan kemampuan mereka. Siswa diberi

lebih banyak kesempatan untuk berlatih dan memperbaiki keterampilan mereka dalam permainan bola voli.

#### *Observasi:*

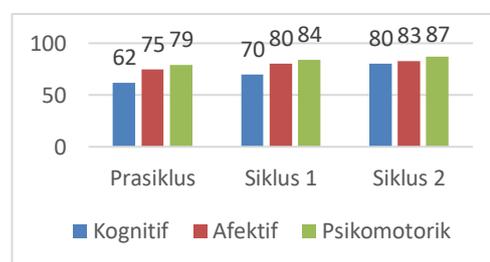
Observasi dilakukan secara cermat selama pelaksanaan kegiatan untuk memantau perkembangan siswa. Data yang dikumpulkan mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Observasi yang teliti memungkinkan peneliti untuk melihat secara langsung bagaimana siswa merespons pembelajaran dan menentukan apakah ada peningkatan yang signifikan dari siklus sebelumnya.

#### *Refleksi:*

Setelah pelaksanaan siklus kedua selesai, dilakukan refleksi terhadap hasilnya. Analisis data observasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam rata-rata skor aspek kognitif menjadi 80, afektif 83, dan psikomotorik 87. Hasil ini menunjukkan bahwa strategi perbaikan yang diterapkan pada siklus kedua telah berhasil. Namun, masih diperlukan refleksi mendalam untuk mengevaluasi keberhasilan dan menentukan langkah-langkah

selanjutnya untuk meningkatkan hasil pembelajaran siswa.

Berdasarkan data yang diperoleh dari penilaian prasiklus, siklus 1, dan siklus 2, terlihat adanya peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar siswa kelas 4A melalui permainan sederhana bola voli di SDN Ketintang 1. Secara konsisten, terjadi peningkatan skor pada setiap aspek penilaian, baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan metode pembelajaran dengan permainan bola voli mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman siswa secara holistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan sederhana bola voli efektif dalam meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1.



Gambar 1. Grafik Hasil Belajar Berdasarkan Rata-Rata Skor

#### *Pembahasan*

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam pendekatan pembelajaran yang

digunakan, yaitu menggunakan permainan sederhana bola voli sebagai metode untuk meningkatkan gerak dasar siswa. Penelitian ini memperkenalkan pendekatan yang interaktif dan menyenangkan dalam pembelajaran jasmani, dengan fokus pada pengembangan keterampilan motorik siswa kelas 4A. Perbedaan utama antara penelitian ini dengan penelitian (Yuliandra et al., 2020) adalah dalam konteks penggunaan permainan bola voli sebagai alat untuk meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1.

Kesamaannya terletak pada fokus penelitian yang sama, yaitu meningkatkan gerak dasar siswa. Namun, perbedaannya terletak pada metode yang digunakan dalam mencapai tujuan tersebut. Penelitian ini menggunakan permainan sederhana bola voli sebagai metode pembelajaran, sedangkan penelitian (Yuliandra et al., 2020) menggunakan pendekatan yang berbeda seperti permainan olahraga lainnya atau latihan fisik tertentu.

Kelebihan penelitian ini adalah pendekatan yang inovatif dan menyenangkan dalam pembelajaran jasmani, yang dapat meningkatkan partisipasi siswa dan memperkuat

keterampilan motorik mereka. Dengan menggunakan permainan bola voli, penelitian ini juga dapat membantu siswa dalam pengembangan keterampilan sosial, kerja sama tim, dan pengaturan strategi. Namun, kekurangannya mungkin terletak pada keterbatasan ruang lingkup penggunaan permainan bola voli dalam konteks pendidikan jasmani, seperti kesulitan dalam penyediaan fasilitas atau sumber daya yang diperlukan. Selain itu, penelitian ini mungkin juga menghadapi tantangan dalam evaluasi efektivitas permainan bola voli sebagai metode pembelajaran secara objektif.

Terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada skor aspek kognitif dari prasiklus hingga siklus 2. Pada prasiklus, rata-rata skor aspek kognitif mencapai 62, meningkat menjadi 70 pada siklus 1, dan mencapai puncaknya pada siklus 2 dengan skor rata-rata 80. Hal ini menunjukkan bahwa melalui penerapan permainan sederhana bola voli, siswa mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka terkait aturan dan teknik dasar permainan.

Dari data, dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan yang konsisten

pada skor aspek afektif dari prasiklus hingga siklus 2. Pada prasiklus, rata-rata skor aspek afektif adalah 75, meningkat menjadi 80 pada siklus 1, dan naik lagi menjadi 83 pada siklus 2. Ini menunjukkan bahwa melalui permainan bola voli, siswa tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik mereka tetapi juga memperkuat sikap positif, motivasi, dan kerja sama tim.

Skor aspek psikomotorik juga menunjukkan tren peningkatan yang konsisten dari prasiklus hingga siklus 2. Dari skor rata-rata 79 pada prasiklus, meningkat menjadi 84 pada siklus 1, dan mencapai skor tertinggi 87 pada siklus 2. Hal ini menunjukkan bahwa melalui praktik berulang dan pembelajaran yang terstruktur, siswa berhasil meningkatkan keterampilan motorik kasar dan halus mereka dalam konteks permainan bola voli. Peningkatan skor pada setiap aspek kemungkinan disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk peningkatan pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran, peningkatan motivasi mereka untuk berpartisipasi aktif, serta perbaikan teknik yang mereka terapkan selama kegiatan pembelajaran. Selain itu, dukungan dan bimbingan dari guru

juga dapat berperan dalam membantu siswa mencapai hasil yang lebih baik.

Data menunjukkan bahwa permainan sederhana bola voli telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, tidak hanya dari segi keterampilan motorik tetapi juga aspek kognitif dan afektif. Permainan ini membuka ruang untuk pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif, memungkinkan siswa untuk belajar sambil bermain dan mengembangkan keterampilan sosial.

Meskipun terjadi peningkatan yang signifikan dalam skor, tidak dapat diabaikan bahwa proses pembelajaran juga dihadapkan pada berbagai tantangan. Tantangan tersebut mungkin termasuk kesulitan dalam mengelola kelas, memfasilitasi kegiatan permainan dengan peralatan yang terbatas, serta menyesuaikan pembelajaran dengan kebutuhan individu siswa.

Selain faktor internal di dalam kelas, faktor eksternal seperti dukungan orang tua, kondisi lingkungan sekolah, dan waktu yang tersedia untuk pembelajaran juga dapat memengaruhi hasil belajar siswa. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor ini

dalam mengevaluasi efektivitas metode pembelajaran.

Temuan dari penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pengajaran dan pembelajaran di masa depan, khususnya dalam konteks pendidikan jasmani. Guru dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan permainan sederhana bola voli ke dalam kurikulum mereka sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan keterampilan dan motivasi siswa.

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan yang berharga, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memperluas lingkup penelitian ini. Penelitian lanjutan dapat melibatkan sampel yang lebih besar, periode waktu yang lebih panjang, dan variasi metode pembelajaran untuk mengkonfirmasi temuan dan mengidentifikasi faktor-faktor yang lebih spesifik yang memengaruhi hasil belajar. Secara keseluruhan, peningkatan skor pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik dari prasiklus hingga siklus 2 menunjukkan bahwa permainan sederhana bola voli efektif dalam meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang berharga

dalam pengembangan metode pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan dalam pendidikan jasmani.

#### **D. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penelitian telah berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Peningkatan skor pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik dari prasiklus hingga siklus 2 menunjukkan bahwa permainan sederhana bola voli efektif dalam meningkatkan gerak dasar siswa kelas 4A di SDN Ketintang 1. Pada prasiklus, rata-rata skor aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik masing-masing adalah 62, 75, dan 79. Namun, pada siklus 2, terjadi peningkatan yang signifikan dengan rata-rata skor aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik berturut-turut menjadi 80, 83, dan 87.

Melihat hasil yang telah dicapai, kedepannya penelitian ini dapat menjadi landasan untuk pengembangan metode pembelajaran yang lebih inovatif dan efektif dalam pendidikan jasmani. Guru-guru di SDN Ketintang 1 atau sekolah lainnya dapat mempertimbangkan untuk mengadopsi pendekatan yang sama,

yaitu menggunakan permainan sederhana bola voli, dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Selain itu, penelitian ini juga memberikan dorongan untuk penelitian lebih lanjut dalam konteks penggunaan permainan sebagai alat pembelajaran di bidang pendidikan jasmani.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan sederhana bola voli memiliki potensi besar dalam meningkatkan hasil belajar siswa, baik dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Oleh karena itu, penggunaan permainan sederhana bola voli dalam pembelajaran jasmani dapat dianggap sebagai pendekatan yang efektif dan layak untuk diterapkan dalam konteks pendidikan formal.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Wati, S. I., & Sari, A. D. I. (2024). Keterkaitan Permainan Tradisional "Boy-Boyan" dengan Mata Pelajaran PENJAS Materi Lari Jarak Pendek (SPRINT). *PUSAKA: Journal of Educational Review*, 1(2), 47-54.

Fadlan, M. N., Dwi, D. F., Anshor, A. S., & Landong, A. (2023). Improving Basic Locomotor Movement Skills in Elementary School Students

Through an Active Learning Approach Based on Traditional Games. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 6(2), 229-238.

Sabita, A., & Hartati, S. C. Y. (2024). Pengaruh Penerapan Modifikasi Permainan Softball terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 10336-10346.

Oktarifaldi, O., Marta, I. A., Nugroho, A. W., Hardi, V. J., & Utomo, S. (2024). Keterampilan Gerak Dasar Kelompok Usia 7 sampai 9 Tahun siswa Sekolah Dasar. *Jendela Olahraga*, 9(1), 10-23.

Wahyudi, M. A., & Hartati, S. C. Y. (2024). Pengaruh Modifikasi Permainan Softball dalam Peningkatan Keterampilan Gerak Motorik dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 15136-15146.

Azizah, E., Setyono, D. C., Jannah, S. C., & Munawaroh, H. (2024). Pengaruh Teknologi, Gadget Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Al-Amin*, 3(1), 62-76.

Tristya, I., & Syafrudin, U. (2024). Analisis Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia 5-6 Tahun Dalam Kecanggihan Teknologi Gadget di Lingkungan Masyarakat. *DZURRIYAT: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 17-22.

Muslihati, M. (2024). Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Pendidikan Karakter Di Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 12.

- Widiyanto, C. A., & Hartati, S. C. Y. (2018). Pengaruh permainan bola bakar terhadap rasa percaya diri siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas V SDN Babatan 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1), 94-100.
- Yuliandra, R., Fahrizqi, E. B., & Mahfud, I. (2020). Peningkatan gerak dasar guling belakang bagi siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 204-213.