ISSN 2747-0806 (CETAK) ISSN 2747-0792 (ELEKTRONIK)

PENINGKATAN KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PADA PERMAINAN BOLA VOLY MELALUI PENERAPAN METODE DEMONSTRASI DI KELAS V SDN BLUKON KECAMATAN LUMAJANG KABUPATEN LUMAJANG SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

HADI SUNYOTO, S.Pd.
SDN Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang

ABSTRAKSI

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah melalui Metode Demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan *Passing* bawah bola voli pada siswa kelas V SDN Blukon Kabupaten Lumajang. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam materi *Passing* bawah bola volimelalui metode demonstrasi yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran Penjaskes serta dapat meningkatkan kriteria ketuntasan maksimal (KKM). Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam tiga siklus, tiap siklus terdiri dari perencanaaan, pelaksanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Blukon Kabupaten Lumajang yang berjumlah 46 siswa yang terdiri dari 33 laki-laki dan 13 perempuan. Data hasil belajar kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voli pada siswa kelas V diperoleh melalui tes unjuk kerja, lembar observasi yang digunakan untuk mengumpulkan data kegiatan siswa di dalam mengikuti proses pembelajaran *Passing* bawah bola voli dengan metode demonstrasi. Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar kemampuan *Passing* bawah permainan bola voli dengan metode demonstrasi diSDN Blukon Kabupaten Lumajang dapat meningkatkan hasil belajar sehingga dapat mencapai nilai KKM yang diinginkan. Peningkatan hasil belajar siswa kelas V SDN Blukon Kabupaten Lumajang dapat dilihat dari peningkatan yang signifikan dari kondisi siklus I ke siklus III. Hasil belajar kemampuan *Passing* bawah permainan bola voli yang diperoleh dari siklus I adalah sebanyak 10 siswa atau persentase ketuntasan 62,5%. Sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan menjadi 22 siswa atau persentase ketuntasan 74,25%. Sedangkan pada siklus III terjadi peningkatan menjadi 45 siswa atau presentase 96 % dari jumlah keseluruhan siswa. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa dengan metode demonstrasi dalam permainan bola voli dapat meningkatan kemampuan *Passing* bawah permainan bola voli semester ganjil pada siswa kelas V SDN Blukon Kabupaten Lumajang tahun pelajaran 2017/2018.

Kata Kunci : kemampuan *Passing* bawah bola voly, metode demonstrasi.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani, pembelajaran pendidikan jasmani disekolah salah satunya adalah pembelajaran bola voli. Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar dan termasuk jenis pertandingan beregu karena dimainkan oleh dua regu. Permaianan bola voli merupakan salah satu permainan beregu yang menarik, menyenangkan dan tidak membutuh-kan biaya yang besar untuk memainkannya. Hanya membutuhkan lahan kosong yang bisa dijadikan lapangan, sebuah net dan bola, permainan ini dapat dilakukan. Inilah yang menjadi salah satu penyebab semakin popular dan digemarinya permainan bola voli dikalangan masyarakat di seluruh Indonesia.

Pembelajaran bola voli akan berjalan dengan baik apabila di dukung oleh penguasaan teknik dasar permainan bola voli yang baik. Gerak dasar bola voli diantaranya adalah dasar gerak servis, pas (*Passing*), umpan (*set-uper*), *smash*, dan bendungan (*block*). Penguasaan dasar gerak penting bagi pemain agar bisa bermain bola voli dengan baik. Diperlukan latihan-latihan dasar gerak secara terus menerus dan sungguh-sungguh supaya dapat menguasai dasar gerak bola voli dengan baik. Permainan bola voli terdapat karakteristik gerak dan teknik tersendiri, antara lain adalah *Passing* bawah.

Permasalahan yang sering dihadapi peneliti dalam membina siswa dalam bidang olahraga adalah kurangnya motivasi siswa dalam belajar suatu cabang tertentu. Siswa cenderung menganggap olahraga hanya hiburan semata. Siswa terkadang kurang serius dalam memfokuskan diri dalam cabang olahraga tertentu yang digemari padahal mereka memiliki minat dan bakat dalam bidang tersebut.

Metode Demonstrasi sebagai salah satu metode pembelajaran memberikan satu bentuk pembelajaran dimana siswa akan melihat langsung satu pembelajaran dalam sebuah materi secara langsung berkaitan dengan pelajaran itu. Dengan metode demonstrasi anak akan dapat menemukan satu pemahaman lebih kompleks dari pembelajaran. Metode demonstrasi adalah cara penyajian bahan pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari baik sebenarnya ataupun tiruan yang sering disertai penjelasan lisan (Djamarah, 2002: 102).

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan suatu penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran bola voli khususnya pasing bawah, yang peneliti formulasikan dalam judul *"*Peningkatan Kemampuan *Passing* Bawah Pada Permainan Bola Voly Melalui Penerapan Metode Demonstrasi Di Kelas V SDN Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2017/2018*"*.

Rumusan Masalah

1. Apakah dengan penerapan Metode Demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voly di kelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018?
2. Bagaimana langkah-langkah penerapan Metode Demonstrasi untuk dapat meningkatkan kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voly di kelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018?

Tujuan Penelitian

1. Untuk meningkatkan kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voly dengan penerapan Metode Demonstrasi di kelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018.
2. Untuk mengetahui langkah-langkah penerapan penerapan Metode Demonstrasi untuk dapat meningkatkan kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voly di kelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018.

Manfaat Penelitian

Manfaat untuk siswa : a) Menambah pengalaman siswa dalam belajar bola voli khususnya pasing bawah melalui metode Demonstrasi. b) Menambah pengetahuan dalam belajar menggunakan metode Demonstrasi

Manfaat bagi guru : a) Memberikan inforrmasi tentang metode pembelajaran yang sesuai dengan mata pelajaran penjaskes. b) Dapat dijadikan sebagai literatur untuk menambah wawasan serta penulisan karya ilmiah.

Manfaat bagi sekolah : a) Memberikan sumbangan yang baik dalam rangka perbaikan proses pembelajaran. b) Dapat digunakan sebagai acuan untuk menyelesaikan permasalahan pembelajaran.

Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu siswa untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif.

Hakikat Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah

dilakukan oleh setiap orang. Sebab, permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang dalam permainan bola voli. Walaupun begitu, permainan bola voli sangat cepat berkembang dan merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di Indonesia sesudah cabang olahraga sepakbola dan bulutangkis.

Pengertian Metode Demonstrasi

Metode demonstrasi adalah ide bahwa siswa harus secara individu menemukan dan menerapkan informasi-informasi yang kompleks ke dalam situasi lain apabila mereka harus menjadikan informasi itu miliknya sendiri. Metode demonstrasi ini memandang siswa secara terus-menerus memeriksa informasi-informasi baru yang berlawanan dengan aturan-aturan lama dan memperbaiki aturan-aturan tersebut jika tidak sesuai lagi. Pandangan ini mempunyai keterlibatan yang mendalam dalam pengajaran, sebagaimana diuraikan terdahulu bahwa metode ini menganjurkan peranan yang lebih aktif bagi siswa dalam pembelajaran mereka sendiri dibandingkan dengan apa yang saat ini dilaksanakan pada mayoritas kelas (Nur, 2001:2).

METODOLOGI PENELITIAN

Setting Penelitian

Lokasi Penelitian

SD Negeri Blukon kelas V Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018.

Waktu Penelitian

1) Senin, 7 Agustus 2017 dilaksanakan siklus I. 2) Senin, 21 Agustus 2017 dilaksanakan siklus II. 3) Senin, 4 September 2017 dilaksanakan siklus III

Mata pelajaran sebagai Objek Penelitian

Mata pelajaran yang menjadi obyek penelitian tindakan kelas ini adalah Penjaskes dengan materi *Passing* bawah bola voli yakni dikelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018. Fokus yang diinginkan adalah peningkatan kemampuan *Passing* bawah pada permainan bola voli.

Deskripsi Pelaksanaan Penelitian Persiklus

Penelitian tindakan kelas ini dirancang dalam tiga siklus dan masing-masing siklus terdiri kegiatan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pelaksanaan pembelajaran masing-masing terdiri dari empat tahap yaitu : 1) perencanaan. 2) tindakan. 3) observasi. 4) refleksi.

Siklus II

Tahap Perencanaan : 1) Refleksi siklus I untuk mengidentifikasi kekurangan-kekurangan agar dapat dijadikan pedoman untuk kegiatan pada siklus II. 2) Menyusun alternatif pemecahan masalah tindakan pada siklus II. 3) Merancang langkah-langkah konkret proses pembelajaran dengan metode demonstrasi. 4) Membuat RPP yang berisi materi *Passing* bawah bola voli. 5) Menentukan indikator ketercapaian.

Tahap Tindakan : Pada tahap Tindakan yang dilaksanakan pada hari Senin, 21 Agustus 2017, penerapan metode demonstrasi yang diamati oleh guru sejawat. Kegiatan yang peneliti lakukan dalam tahap tindakan siklus II adalah: 1) Pemantapan teori dasar materi pokok *Passing* bawah bola voli. 2) Pengoptimalan pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi. 3) Guru memberikan waktu untuk berlatih cara *Passing* bawah bola voli. 4) Pengoptimalan latihan *Passing* bawah bola voli. 5) Guru membimbing siswa dalam *Passing* bawah bola voli. 5) Praktik atau ujian kemampuan *Passing* bawah bola voli

Tahap Observasi : 1) Mengamati aktifitas pembelajaran pada setiap anggota kelompok. 2) Mendata hasil pengamatan respon siswa dalam proses pembelajaran. 3) Mengamati dan mengevaluasi proses pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi

Tahap Refleksi : 1) Menyiapkan tes akhir siklus II dan melaksanakan demonstrasi *Passing* bawah bola voli. 2) Menentukan keberhasilan dan kekurangan dari penerapan metode demonstrasi. 3) Mengecek pemahaman teknik dasar *Passing* bawah bola voli. 4) Mengambil

sikap dan melaksanakan perbaikan bagi siswa yang nilai KKM nya masih dibawah.

Deskripsi Siklus III : Pelaksanaan siklus III sama dengan langkah-langkah pembelajaran di siklus II. Tetapi di siklus III ini akan terlihat hasil dari kegiatan tindakan yang diperoleh selama pengamatan dan refleksi yang sudah dilaksanakan.

Penilaian Hasil Belajar

a. Penilaian dengan rentang nilai 0 – 100.
b. Setiap siswa dinyatakan telah tuntas dalam belajar apabila mencapai nilai tidak kurang dari 75 atau mencapai daya serap minimal 75%.
c. Ketuntasan secara klasikal dinyatakan tercapai apabila 75% dari seluruh siswa telah memenuhi.

Penilaian Proses Perbaikan Pembelajaran

a. Penilaian menggunakan rentang nilai 10 – 100
b. Pengkategorian nilai adalah : 1) 90 - 100 kategori sangat baik (A). 2) 70-89 kategori baik (B). 3) 50-69 kategori cukup (C). 4) 30 - 49 kategori kurang (D). 5) 10- 29 kategori sangat kurang (E).

Metode Pengumpulan Data

1. Metode Evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengukur pemahaman dan peningkatan hasil belajar siswa.
2. Metode Dokumentasi. Dokumentasi berasal dari kata dokumen yang berarti barang-barang tertulis. (Suharsimi Arikunto, 1983: 114). Dokumentasi dalam penelitian ini dipakai untuk mengumpulkan data mengenai jumlah serta nama-nama siswa.

Metode Analisa Data

Dalam penelitian ini dilakukan dalam 3 siklus, secara umum setiap siklus terdiri dari langkah–langkah kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Setiap siklus berlangsung sesuai dengan jumlah pertemuan dalam tema yang dipelajari. Ketika proses pembelajaran berlangsung, guru penyaji mengamati sendiri dan mencatat segala yang terjadi dalam proses belajar mengajar. Kemudian data – data dan catatan dianalisa setiap akhir siklus.

Instrumen Penelitian

1. Lembar catatan lapangan, untuk mencatat atau merekam aktivitas yang berhubungan dengan perilaku siswa selama proses pembelajaran.
2. Lembar observasi siswa, untuk memantau perkembangan minat siswa.
3. Lembar tes akhir demonstrasi atau mempraktikkan *Passing* bawah bola voli guna mengetahui daya serap siswa terhadap materi yang telah disajikan.

Indikator Keberhasilan

Penelitian ini dinyatakan berhasil bila :

1. Tercapainya tujuan pembelajaran siswa secara keseluruhan
2. Adanya kenaikan persentase prestasi belajar siswa dalam kemampuannya *Passing* bawah bola voli melalui metode demonstrasi.
3. Persentase keberhasilan minimal yang diharapkan adalah 75% siswa bisa mempraktikkan *Passing* bawah bola voli dengan benar dan tepat
4. Tercapainya peningkatan kemampuan *Passing bawah* siswa kelas V dengan nilai rata-rata minimal 75,00.
5. Tercapainya Metode demonstrasi di dalam pembelajaran bagi siswa sehingga bisa memenuhi target sesuai kompetensi yang diharapkan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Persiklus

Proses pembelajaran Penjaskes tentang *Passing* bawah bola voli di kelas V SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018 dengan jumlah siswa 46 anak dengan perempuan berjumlah 33 anak sedangkan laki-laki berjumlah 13 anak. Penulis melakukan penelitian ini dalam 3 siklus. Sedangkan hasil perbaikan pembelajaran yang diperoleh berupa hasil tes dan aktivitas siswa dalam proses perbaikan pembelajaran sebagai berikut:

Siklus I

Siklus I ini terdiri dari kegiatan perencanaan, tindakan, Observasi dan diakhiri dengan refleksi untuk ditindaklanjuti. Dalam perencanaan disusun rencana perbaikan pembelajaran dan indikator ketercapaian. Terkait dengan hasil siklus I diberikan penjelasan dalam uraian berikut:

Tahap Perencanaan : 1) Guru mengecek kesiapan siswa agar kegiatan belajar mengajar berjalan lancar; 2) Merancang materi *Passing* bawah yang disesuaikan dengan metode demonstrasi. 3) Merancang langkah-langkah konkret proses pembelajaran dengan metode demonstrasi. 4) Membuat RPP yang berisi materi *Passing* bawah bola voli. 5) Menentukan indikator ketercapaian.

Tahap Tindakan : Pada tahap Tindakan yang dilaksanakan pada hari Senin, 7 Agustus 2017, penerapan metode demonstrasi yang diamati oleh guru sejawat. Kegiatan yang peneliti lakukan dalam tahap tindakan siklus I adalah: 1) Guru mengecek kesiapan sisw. 2) Guru melakukan absensi siswa. 3) Guru melakukan apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran. 4) Guru menjelaskan tata cara atau teknik dasar yang benar. 5) Guru mendemonstrasikan cara *Passing* bawah bola voli. 6) Guru membagi kelompok bermain bola voli 4-5 orang. 7) Guru membimbing siswa dalam *Passing* bawah bola voli. 8) Guru meminta siswa atau kelompok untuk mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli.

Tahap Observasi: 1) Tanya jawab sebagai bentuk umpan balik dari peneliti kepada siswa. 2) Pengamatan kegiatan siswa saat mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli. 3) Peneliti memberikan penilaian ketrampilan kemampuan *Passing* bawah bola voli serta memberikan catatan siswa yang tuntas atau belum.

Adapun Perolehan Hasil Belajar Siswa Kelas V Mata Pelajaran Penjaskes Sebelum Penerapan Metode Demonstrasi adalah : 1 siwa mendapat nilai 40; 1 siwa mendapat nilai 45; 9 siwa mendapat nilai 90; 5 siwa mendapat nilai 55; 1 siwa mendapat nilai 56; 1 siwa mendapat nilai 58; 13 siwa mendapat nilai 60; 2 siwa mendapat nilai 62; 4 siwa mendapat nilai 65; 1 siwa mendapat nilai 68; 4 siwa mendapat nilai 70; 2 siwa mendapat nilai 75; dan 2 siwa mendapat nilai 76. Nilai rata-rata 59.

Adapun Perolehan Hasil Belajar Siswa Kelas V Mata Pelajaran Penjaskes pada Siklus I Setelah Penerapan Metode Demonstrasi adalah : 1 siwa mendapat nilai 50; 1 siwa mendapat nilai 65; 9 siwa mendapat nilai 60; 1 siwa mendapat nilai 64; 16 siwa mendapat nilai 65; 1 siwa mendapat nilai 68; 6 siwa mendapat nilai 70; 6 siwa mendapat nilai 75; dan 5 siwa mendapat nilai 80. Nilai rata-rata 66.

Nilai tes siklus I sebagaimana tertata dalam data di atas memberikan gambaran sebagai berikut : 1) Siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar sebanyak 11 siswa sebesar 28%. 2) Sedangkan 35 siswa atau 72% belum tuntas belajar materi *Passing* bawah bola voli

Tahap Refleksi. 1) Ketuntasan belajar telah mengalami kemajuan daripada pra siklus dimana siswa yang tuntas belajar *Passing* bawah bola voli sebanyak 11 siswa atau 28%. 2) Mengalami kenaikan dimana jumlah pada pra siklus 2.815 dengan rata-rata 59 meningkat di siklus I dengan jumlah 3.238 dengan rata-rata sebesar 66 dengan mengalami kenaikan sebesar 7%. 3) Keterampilan mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli sepenuhnya belum berhasil dikarenakan siswa masih terlihat ramai dan kurang memperhatikan materi. Untuk itu akan dilanjutkan pada siklus II.

Siklus II

Perbaikan pembelajaran siklus II dilakukan dengan rangkaian kegiatan yang sama dengan siklus I, yakni perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Menindaklanjuti kekurangan pada siklus I, maka dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus II. Terkait dengan hasil siklus II, maka diberikan penjelasan dalam uraian berikut:

Tahap Perencanaan : 1) Refleksi siklus I untuk mengidentifikasi kekurangan-kekurangan agar dapat dijadikan pedoman untuk kegiatan pada siklus II. 2) Menyusun alternatif pemecahan masalah tindakan pada siklus II. 3) Merancang langkah-langkah konkret proses pembelajaran dengan metode demonstrasi. 4) Membuat RPP yang berisi materi *Passing* bawah bola voli. 5) Menentukan indikator ketercapaian.

Tahap Tindakan

Pada tahap Tindakan yang dilaksanakan pada hari Senin, 21 Agustus 2017, penerapan metode demonstrasi yang diamati oleh guru sejawat. Kegiatan yang peneliti lakukan dalam tahap tindakan siklus II adalah: 1) Pemantapan teori dasar materi pokok *Passing* bawah bola voli. 2) Pengoptimalan pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi. 3) Guru memberikan waktu untuk berlatih cara *Passing* bawah bola voli. 4) Pengoptimalan latihan *Passing* bawah bola voli. 5) Guru membimbing siswa dalam *Passing* bawah bola voli. 6) Praktik atau ujian kemampuan *Passing* bawah bola voli.

Tahap Observasi. 1) Mengamati aktifitas pembelajaran pada setiap anggota kelompok. 2) Mendata hasil pengamatan respon siswa dalam proses pembelajaran. 3) Mengamati dan mengevaluasi proses pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi.

Adapun Perolehan Hasil Belajar Siswa Kelas V Mata Pelajaran Penjaskes pada Siklus II Setelah Penerapan Metode Demonstrasi adalah : 6 siwa mendapat nilai 60; 5 siwa mendapat nilai 65; 1 siwa mendapat nilai 68; 15 siwa mendapat nilai 70; 1 siwa mendapat nilai 72; 10 siwa mendapat nilai 75; 5 siwa mendapat nilai 80; dan 7 siwa mendapat nilai 85. Nilai rata-rata 74.

Gambarannya adalah : 1) Siswa yang mencapai ketuntasan sebanyak 22 siswa atau 48 %. 2) Siswa yang belum tuntas belajarnya sebanyak 24 siswa atau 52 %.

Tahap Refleksi. 1) Ketuntasan belajar telah mengalami kemajuan daripada siklus I dimana siswa yang tuntas belajar *Passing* bawah bola voli di siklus II sebanyak 22 siswa atau 48%. 2) Mengalami kenaikan dimana jumlah pada siklus I 3.238 dengan rata-rata 66 meningkat di siklus II dengan jumlah 3.888 dengan rata-rata sebesar 74 dengan mengalami kenaikan sebesar 8%. 3) Keterampilan mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli sepenuhnya belum berhasil dikarenakan siswa masih terlihat malu dan kurang percaya diri sehingga KKM yang diinginkan belum sepenuhnya berhasil, sehingga akan dilanjutkan pada siklus III.

Siklus III

Perbaikan pembelajaran siklus III dilakukan dengan rangkaian kegiatan yang sama dengan siklus II, yakni perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Menindaklanjuti kekurangan pada siklus II, maka dilakukan perbaikan pembelajaran pada siklus III. Terkait dengan hasil siklus III, maka diberikan penjelasan dalam uraian berikut:

Tahap Perencanaan : 1) Refleksi siklus II untuk mengidentifikasi kekurangan-kekurangan agar dapat dijadikan pedoman untuk kegiatan pada siklus III. 2) Menyusun alternatif pemecahan masalah tindakan pada siklus III. 3) Merancang langkah-langkah konkret proses pembelajaran dengan metode demonstrasi. 4) Menentukan indikator ketercapaian.

Tahap Tindakan

Pada tahap Tindakan yang dilaksanakan pada hari Senin, 4 September 2017, penerapan metode demonstrasi yang diamati oleh guru sejawat. Kegiatan yang peneliti lakukan dalam tahap tindakan siklus III adalah: 1) Pemantapan teori dasar materi pokok *Passing* bawah bola voli. 2) Pengoptimalan pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi. 3) Guru memberikan waktu untuk berlatih cara *Passing* bawah bola voli. 4) Pengoptimalan latihan *Passing* bawah bola voli. 5) Guru membimbing siswa yang masih belum mampu memaksimalkan *Passing* bawah bola voli. 6) Praktik atau ujian kemampuan *Passing* bawah bola voli.

Tahap Observasi : 1) Mengamati aktifitas pembelajaran pada setiap anggota kelompok. 2) Mendata hasil pengamatan respon siswa dalam proses pembelajaran. 3) Mengamati dan mengevaluasi proses pelaksanaan pembelajaran dengan metode demonstrasi.

Adapun Perolehan Hasil Belajar Siswa Kelas V Mata Pelajaran Penjaskes pada Siklus II Setelah Penerapan Metode Demonstrasi adalah : 1 siwa mendapat nilai 70; 10 siwa mendapat nilai 75; 10 siwa mendapat nilai 80; 10 siwa mendapat nilai 80; 1 siwa mendapat nilai 88; 8 siwa mendapat nilai 90; dan 6 siwa mendapat nilai 95. Nilai rata-rata 96.

Gambarannya adalah : 1) Siswa yang mencapai ketuntasan sebanyak 45 siswa atau 96%. 2) Siswa yang belum tuntas belajarnya sebanyak 1 siswa atau 4 %.

Tahap Refleksi : 1) Ketuntasan belajar telah mengalami peningkatan yang signifikan daripada siklus II dimana siswa yang tuntas belajar *Passing* bawah bola voli di siklus III sebanyak 45 siswa atau 96%. (2) Mengalami peningkatan hasil belajar dimana jumlah pada siklus II 3.888 dengan rata-rata 74 meningkat di siklus III dengan jumlah 4.950 dengan rata-rata sebesar 96 dengan mengalami kenaikan sebesar 22%. 3) Keterampilan mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli sepenuhnya dinyatakan telah berhasil dikarenakan keseluruhan jumlah siswa sudah mencapai lebih dari 75% yakni mendapat rata-rata 96, sehingga KKM yang yang ditargetkan sudah berhasil, dan penelitian ini tidak dilanjutkan lagi ke siklus berikutnya.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan *Passing* bawah bola voli kelas V di SD Negeri Blukon Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun Pelajaran 2017/2018 melalui metode demonstrasi. Hasil Belajar *Passing* Bawah Bola Voli dengan metode demonstrasi pada siswa kelas V di SD Negeri Blukon, menunjukkan peningkatan dari setiap siklusnya. Hasil yang didapatkan oleh siswa menunjukan bahwa kemampuan *Passing* bawahnya adalah rata-rata baik dalam mengikuti pembelajaran serta juga serius. Akan tetapi tidak sedikit siswa yang masih mempunyai kemampuan *Passing* bawah kurang, hal tersebut dikarenakan beberapa anak kurang serius dalam mengikuti pembelajaran *Passing* bawah bola voli.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, diartikan hasil belajar *Passing* bawah dengan metode demonstrasi siswa kelas V SDN Blukon Kabupaten Lumajang semester ganjil tahun pelajaran 2017/2018 selalu mengalami kenaikan. Jika dilihat dari tabel 4.4 diketahui bahwa hasil belajar siswa selalu mengalami kenaikan dari pra siklus, siklus I, siklus II dan siklus III. Pada hasil belajar *Passing* bawah bola voli pra siklus diketahui jumlah yang diperoleh yaitu 2.815 dengan rata-rata 59. Kemudian mengalami kenaikan pada siklus I walaupun belum cukup signifikan yaitu diperoleh jumlah 3.238 dengan rata-rata 66. Siklus II juga mengalami peningkatan dengan jumlah 3.888 dengan rata-rata sebesar 74. Dan pada siklus III ini diketahui mengalami peningkatan yang sangat signifikan dengan memperoleh jumlah 4.950 dengan rata-rata 96. Kenaikan-kenaikan dari setiap siklus I membuktikan bahwa proses pembelajaran *Passing* bawah bola voli selalu mengalami peningkatan dari setiap siklus penelitian yang dilakukan. Siswa kelas V SDN Blukon terlihat antusias dan aktif dalam mendemonstrasikan *Passing* bawah bola voli baik secara individu maupun kelompok. Hasil tersebut diartikan bahwa siswa mempunyai kemampuan *Passing* bawah bola voli yang cukup baik. Siswa yang berkategori baik diartikan bahwa beberapa siswa bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran dengan aktif dan semangat dalam mengikuti pembelajaran Penjaskes.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukan proses kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan di SDN Blukon menunjukan hasil yang maksimal. Berdasarkan pengamatan menunjukkan sebagian besar siswa telah mampu melakukan *Passing* bawah bola voli dengan baik, sehingga hasil belajar *Passing* bawah bola voli dikatakan berhasil.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Metode pembelajaran demonstrasi yang dilaksanakan ternyata sangat menarik bagi siswa. Siswa menjadi termotivasi dan semangat untuk melakukan praktik *Passing* bawah bola voli. Proses belajar mengajar tidak membuat jenuh dan membosankan. Pemahaman dan ketrampilan siswa kelas V meningkat dan mampu mengeksploitasi kemampuannya sehingga dapat berpengaruh terhadap teman sebayanya.

Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian tindakan kelas dapat disimpulkan bahwa:

1. Kemampuan *Passing* bawah bola voli pada siswa kelas V SDN Blukon semester ganjil tahun pelajaran 2017/2018 melalui metode demonstrasi rata-rata keberhasilan yang diperoleh siswa mencapai 96%.

2. Dalam kegiatan pembelajaran *Passing* bawah bola voli dengan metode demonstrasi sebagian besar siswa terlibat aktif bekerja sama dengan kelompok dalam proses kegiatan latihan atau sparing *Passing* bawah.
3. Hasil belajar *Passing* bawah siswa kelas V SDN Blukon dari siklus I, II dan III selalu mengalami kenaikan dan meningkat di setiap siklusnya. Sehingga prestasi belajar siswa kelas V SDN Blukon mata pelajaran Penjaskes juga meningkat.

Saran

1. Bagi guru hendaknya mengkaji berbagai metode pembelajaran sehingga dapat memberikan metode yang sesuai dengan materi pelajaran yang akan disampaikan.
2. Bagi para siswa hendaknya selalu tekun dalam belajar keterampilan *Passing* bawah bola voli mata pelajaran Penjaskes, sehingga akan dapat mengembangkan minat dan bakat untuk dilakukan pada kegiatan selanjutnya.
3. Dengan adanya penelitian yang dilakukan, peneliti berharap dapat menjadi acuan pengembangan dalam segi pemilihan gaya mengajar dan juga tahapan pembelajaran dengan tujuan untuk memaksimalkan hasil belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad., & Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Solo: Eka Pustaka Utama.

Ahmadi, N. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.

Arikunto, Suharsimi. 1983. *Metode Penelitian.* Solo: Tiga Serangkai

Depdiknas, 2004. *Kurukulum Tingkat Satuan Pendidikan: Standar Isi Mata Pelajaran Bahasa Indonesia*. Jakarta: Depdikbud.

Djamariah Bahri Syaiful. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Endang. 2002. *Rencana Pelaksanaan Pembelajaran*. Bandung: Balai Pustaka.

Hasdarta. (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdikbud.

Lutan, R. 2001. *Mengajar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.

Nur. 2001. *Metode Demonstrasi dan Prakteknya dalam Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Sudjana, Nana. 2005. *Media Pengajaran.* Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Suhadi. 2004. *Pengaruh Pembelajaran Bola Voli*. Yogyakarta: FIK UNY.

Sutikno Sobry. M. 2013. *Belajar Dan Pembelajaran*. Lombok: Holistica.

Sutiyono. 2004. *Pendekatan dan Metode Pembelajaran*. Jakarta: Pustaka.

Viera, B.L. 2004. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo persada.