



Metode Pembelajaran “Permainan 3 On 3” untuk Meningkatkan Kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli pada Siswa

Hadi Purwanto^{1*} 

SMP Negeri 10 Jember, Jember, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received February 12, 2022

Revised February 19, 2022

Accepted April 14, 2022

Available online April 25, 2022

Kata Kunci:

Permainan 3 On 3, Kemampuan *Passing* Bawah, Perbaikan Siklus

Keywords:

3 On 3 Game, Down *Passing* Ability, Cycle Improvement



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2022 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

ABSTRAK

Nilai bola voli khususnya *passing* bawah pada siswa masih rendah sehingga guru harus melakukan inovasi dalam pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya. Penelitian ini bertujuan menganalisis metode Pembelajaran “Permainan 3 On 3” untuk meningkatkan kemampuan *Passing* Bawah Bola Voli pada Siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan memperbaiki setiap siklus pembelajaran. Sampel penelitian berjumlah siswa 34 orang. Teknik yang digunakan untuk menganalisis data yaitu analisis deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Hasil analisis data yaitu permainan 3 on 3 dapat meningkatkan proses dan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII SMP. Hal ini dapat dilihat dari proses pembelajaran dan hasil belajar siswa yang selalu meningkat dari siklus 1 hingga siklus II dan hasil persentase siklus II sebesar 82,96%. Pengajaran dengan menggunakan permainan 3 on 3 dapat menjadikan pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa menjadi lebih baik, siswa lebih antusias dan merasa senang dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan dan terlihat tidak merasa bosan.

ABSTRACT

The value of volleyball, especially underhand passing, for students still needs to improve, so teachers must innovate in learning as well as possible to improve student learning outcomes. This study aims to analyze the "3 On 3 Game" learning method to improve students' volleyball bottom passing abilities. This study uses a qualitative approach. The type of research carried out was classroom action research (CAR) by improving each learning cycle. The research sample consisted of 34 students. The technique used to analyze the data is descriptive qualitative and quantitative analysis. The results of data analysis show that the 3-on-3 game can improve the process and ability to pass volleyball in class VIII junior high school students. It can be seen from the learning process and student learning outcomes which always increase from cycle 1 to cycle II, and the percentage results for cycle II are 82.96%. Teaching using 3-on-3 games can make learning pass under volleyball for students better students are more enthusiastic and feel happy in participating in the learning being carried out and do not seem bored.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal sangat penting dalam kehidupan, terutama dalam memajukan perkembangan alam semesta. Pendidikan mengajarkan beberapa ranah yaitu meliputi ranah kognitif, psikomotor, dan afektif (Friedman & Schneider, 2018; Purwanti, 2017; Siswono, 2017). Ketiga ranah ini menjadi suatu pencapaian dalam ruang lingkup sekolah ataupun lembaga pendidikan (Paul & Singh, 2020; Saadah & Isnaeni, 2020; Wei et al., 2021). Pencapaian ketiga ranah tersebut sangatlah penting. Keterampilan dan kemampuan belajar siswa mampu diajarkan pada seluruh mata pelajaran, terlebih mata pelajaran penjasokes, pendidikan jasmani dan kesehatan (Ardian et al., 2019; Muslimin & Hidayat, 2017). Apabila seluruh ranah tersebut mampu diajarkan dengan optimal maka akan menjadi individu yang berkembang. Perkembangan individu secara menyeluruh berarti individu tersebut dapat berkembang pada aspek fisik, mental, sosial, emosional dan spiritualnya secara baik (Burhaein, 2017; Mirhan, 2016).

*Corresponding author.

E-mail addresses: hadisoesy@gmail.com (Hadi Purwanto)

Berdasarkan pada kebutuhan tersebut, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu wadah yang dapat membantu individu untuk dapat berkembang secara menyeluruh (Anita & Damrah, 2020; Edwarsyah et al., 2019). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya terfokus pada aspek motoriknya saja tetapi juga terdapat aspek kognitif dan afektif. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikembangkan dilingkup satuan pendidikan sehingga dapat mengembangkan keterampilan gerak dan olah diri oleh peserta didik yang ada sekolah (Mahfud & Fahrizqi, 2020; Rohman, 2017). Oleh karena itu, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui aktivitas fisik, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan siswa untuk melakukan pola hidup sehat (Gani et al., 2021; Hidayat, 2017).

Berdasarkan beberapa data awal penelitian diperoleh bahwa nilai bola voli khususnya *passing* bawah pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 10 Jember masih rendah dan masih banyak siswa yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut yaitu 75, dimana dari 39 anak khususnya kelas VIII-H hanya 13 anak yang memenuhi standar KKM atau 33,33 dengan nilai rata-rata 75. Hal tersebut menimbulkan berbagai pertanyaan, apakah sekolah tersebut mematok standar KKM terlalu tinggi sehingga siswa sulit untuk dapat memenuhi kriteria yang ditentukan atautkah memang kualitas pembelajaran, baik dari guru maupun siswanya yang kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Seorang guru penjas kes berfikir untuk mengantisipasi hal tersebut, maka dari itu guru harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga mampu menuntaskan nilai Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditentukan. Oleh karena itu diperlukan suatu metode baru yang diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran *passing* bawah bola voli.

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas kes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjas kes itu sendiri (Nugraha et al., 2021; Santos et al., 2021). Salah satunya adalah faktor internal dari diri siswa tersebut, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran penjas kes (Hanief et al., 2018; Pranopik, 2017). Perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik yang sesuai dengan karakteristik umur siswa SMP khususnya kelas VIII yang berkisar antara 13-14 tahun, dimana siswa pada umur tersebut cenderung masih gemar bermain. Guru menerapkan model pembelajaran yang berupa permainan, menjadikan siswa tidak hanya akan bermain saja tetapi bisa sambil belajar.

Pelajaran olahraga dan kesehatan telah diajarkan dengan berbagai macam metode. Pembelajaran yang menekankan siswa untuk mampu mempraktikkan secara langsung dan belajar selama proses pembelajaran akan membantu meningkatkan kinerja skill mereka (Dupri et al., 2020; Rokhayati et al., 2016; Sucipto, 2020). Salah satu metode yang dapat membantu siswa untuk merasakan secara langsung pembelajaran tersebut adalah metode permainan khususnya permainan 3 on 3 (Widiyatmoko & Anggoro, 2019). Pembelajaran yang memberi kesan asyik dan menyenangkan, lebih banyak diminati oleh siswa (Purwaka, 2019; Widiyatmoko & Anggoro, 2019). Perasaan senang dan bahagia didalam maupun diluar kelas menjadikan siswa lebih mudah dalam menerima pelajaran (Fadilah et al., 2022; Nurmahmidah, 2017). Metode permainan tersebut adalah permainan 3 on 3, dimana peserta didik akan mampu memainkan permainan voli dengan optimal. Pembelajaran yang baik mampu diajarkan dengan beberapa kali, agar ingatan mampu terbentuk didalam memori jangka panjang. Pembelajaran yang diulang ulang juga akan menjadikan kognitif siswa semakin tajam, namun proses perbaikan juga perlu dilakukan guna memberi hasil yang sesuai dengan standar ketentuan.

Perlunya metode pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah metode pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan 3 on 3 (Pranopik, 2017; Widiyatmoko & Anggoro, 2019). Permainan tersebut selain bertujuan untuk meningkatkan motivasi atau minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas kes di sekolah, yang pada akhirnya dengan adanya minat siswa tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing* bawah bola voli. Melalui permasalahan tersebut maka tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis metode Pembelajaran "Permainan 3 On 3" untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan memperbaiki setiap siklus pembelajaran. Penelitian ini diperlukan dua kali siklus dalam memperbaiki proses pembelajaran hingga mampu meningkatkan kemampuan *Passing* Bawah Bola voli siswa. Desain penelitian tindakan kelas dilakukan 2 siklus tiap siklus terdiri dari

tahap perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, evaluasi dan analisis serta refleksi. Sampel penelitian adalah siswa kelas VIII-H SMP Negeri 10 Jember dengan jumlah siswa 34 orang yang terdiri dari 19 laki-laki dan 15 perempuan. Dengan populasi siswa diambil dari seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Jember.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan purposive sampling, yakni pemilihan sampel secara acak. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar pengamatan keterampilan proses belajar yang di amati oleh guru. Data hasil pengamatan keterampilan proses dianalisis dengan mencari persentase skor tiap aspek keterampilan proses siswa. Kemudian membandingkan persentase skor tiap aspek keterampilan proses yang diamati pada siklus I dan siklus II. Indikator keberhasilan sesuai dengan kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) di SMP Negeri 10 Jember yaitu 75%. Teknik yang digunakan untuk menganalisis data yaitu analisis deskriptif kualitatif dan kuantitatif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Observasi awal dilakukan oleh peneliti sebelum siswa diberi perlakuan. Dimana diperoleh hasil observasi awal kemampuan tehnik dasar servis bawah dan passing siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Jember memiliki nilai rata-rata 35,77 %. Kemudian analisis tabulasi hasil observasi awal siswa dipaparkan pada Tabel 1.

Table 1. Hasil Observasi Awal Kemampuan Teknik Dasar Servis

No	Klasifikasi nilai	Kriteria Aspek	A	B	C	Jumlah	Presentase
1	Sangat baik	90-100	-	-	-	-	-
2	Baik	75-89	-	-	-	-	-
3	Cukup	60-74	-	-	-	-	-
4	Kurang	40-59	14	4	9	27	-
5	Kurang sekali	0-39	6	16	11	33	-
Persentase			37,99%	32,99%	36,33%		100%

Pada Tabel 1, keterangan A adalah hasil servis bawah, B adalah Passing bawah, dan C adalah Passing atas. Analisis tabel pembahasan dalam observasi awal yaitu dengan melihat tabel dalam perkembangan pada observasi awal. Diketahui nilai rata-rata pada materi servis bawah 37,99% dan passing 32,99%-36,33%. Dapat diketahui yang memiliki nilai dari masing-masing siswa untuk servis bawah kategori kurang dan kurang sekali (14-6) dan passing kategori kurang dan kurang sekali (4-16) dan (9-11). Menunjukkan bahwa nilai siswa dikategorikan kurang maka dari itu penelitian ini lanjut pada siklus I. Dari observasi awal dapat diketahui dari 20 orang siswa, sebanyak itu juga atau 20 orang siswa belum memiliki kemampuan melakukan servis bawah dan passing. Dengan demikian sebanyak 20 orang siswa ini akan diberikan tindakan dalam siklus I.

Kedua, hasil Kemampuan Passing Bawah Siklus II. Sesuai hasil observasi awal yang dimiliki siswa mengenai kemampuan tehnik dasar servis dan passing atas dan passing bawah hanya mencapai 35,77 % bila dibandingkan dengan indikator kinerja harus dicapai yaitu 75 % maka penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilanjutkan ke siklus 1. Berdasarkan hasil siklus satu, kemampuan tehnik dasar servis bawah dan passing memiliki kemampuan rata-rata 60,43 % yang diuraikan sebagai berikut a) tehnik dasar servis bawah, nilai rata-rata 69,33%, b) tehnik dasar passing bawah, nilai rata-rata 56,99%, c) tehnik dasar passing atas, nilai rata-rata 55,39%. Dari pengamatan kegiatan siswa, diperoleh paparan kemampuan siswa pada siklus I disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Kemampuan Passing Bawah Servis Siklus I

No	Klasifikasi nilai	Kriteria Aspek	A	B	C	Jumlah	Presentase
1	Sangat baik	90-100	-	-	-	-	-
2	Baik	75-89	6	-	1	7	-
3	Cukup	60-74	14	20	19	53	-
4	Kurang	40-59	-	-	-	-	-
5	Kurang sekali	0-39	-	-	-	-	-
Persentase			69,33%	56,99%	55,39%		100%

Analisis untuk tabel siswa adalah pada siklus 1 jumlah rata-rata servis bawah 69,33 dan passing 56,99-55,39 ini menunjukkan bahwa yang memiliki nilai baik dan cukup untuk kategori servis bawah (6-

14) dan passing (20)-(1-19). Ini menunjukkan peningkatan untuk nilai masing-masing dari mereka sesuai dengan format penilaian dalam penelitian. Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini belum mencapai ketuntasan 75%. Salah satu faktor tersebut dikarenakan siswa masih membutuhkan banyak latihan selama pembelajaran berlangsung (Safari, 2019). Peneliti sebelumnya Kasturi (2019) menjelaskan bahwa Semakin banyak latihan yang dilakukan maka hasil optimal akan diperoleh.

Berdasarkan hasil servis bawah dan passing pada siklus I, dapat diketahui bahwa guru mitra telah melakukan semua aspek tindakan dengan baik. Pada siklus I, rata-rata 60,43% atau terjadi peningkatan 24,6 dari rata-rata nilai pada observasi awal. Namun klasifikasi nilai ini belum memenuhi indikator kinerja sebesar 75. Dengan demikian peneliti bersama guru mitra berkesimpulan bahwa perlu diadakan tindakan lanjutan. Didukung oleh Lidwina (2012) yang menyatakan bahawa tindakan lanjutan akan mengoptimalkan kerja dan pengalaman siswa selama belajar, dan akan masuk dalam ingatan memori jangka panjang.

Ketiga, hasil Kemampuan Passing Bawah Siklus II. Sesuai siklus satu yang dimiliki oleh siswa mengenai kemampuan servis bawah dan passing hanya mencapai 60,43% bila dibandingkan hasil kemampuan awal siswa, maka penelitian tindakan kelas (PTK) ini telah meningkat. Dengan diamati dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan guru dan hasil pengamatan kegiatan siswa. Kemampuan tehnik dasar servis dan passing bawah dan passing atas siswa kelas VIII H SMP Negeri 10 Jember diamati oleh lima aspek penelitian, yakni servis bawah yaitu cara memegang bola, cara mengayunkan lengan, perkenaan bola dengan lengan dan passing yaitu sikap tubuh (posture), bentuk tangan, perkenaan bola dengan lengan. Berdasarkan hasil siklus II mengalami peningkatan kemampuan tehnik dasar servis bawah dan passing siswa kelas VIII H dengan memiliki nilai rata-rata 82,96% yang diuraikan sebagai berikut 1) Tehnik dasar servis bawah, nilai rata-rata 84,99%, 2) Tehnik dasar passing bawah, nilai rata-rata 78,66%, 3) Tehnik dasar passing atas, nilai rata-rata 84,33%. Distribusi kemampuan siswa pada siklus II dipaparkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Kemampuan Teknik Dasar Servis Siklus II

No	Klasifikasi nilai	Kriteria Aspek	A	B	C	Jumlah	Presentase
1	Sangat baik	90-100	3	-	4	7	-
2	Baik	75-89	16	12	15	43	-
3	Cukup	60-74	1	8	1	9	-
4	Kurang	40-59	-	-	-	-	-
5	Kurang sekali	0-39	-	-	-	-	-
Persentase			84,99%	78,66%	84,33%		100%

Analisis tabel penilaian masing-masing siswa dalam penelitian siklus ke II ini menunjukkan peningkatan pada servis bawah nilai sangat baik ada 3 orang, baik 16 orang, cukup 1 dan passing baik 12, cukup 8, sangat baik untuk passing atas 4, baik 15 orang, cukup 1 orang. Maka pada penilaian ini terjadi rata-rata pada siklus ke dua ini adalah 82,96% jadi terjadi peningkatan melebihi indikator kinerja. Hal ini selaras dengan Hanief et al., (2018) bahwa pada siklus ke II tingkat keterampilan gerak siswa semakin efektif sehingga hasil kemampuan passing siswa semakin meningkat. Kemudian Qomariyah (2019) menuturkan bahwa pembelajaran yang mampu dikemas dengan mengetahui kondisi kelemahan dan kekurangan kelas maka akan memberikan kesempatan siswa untuk mampu mengenali dirinya dalam belajar.

Berdasarkan hasil servis bawah dan passing pada siklus II dapat diketahui bahwa guru mitra telah melakukan semua aspek tindakan dengan baik (Budiningsih, 2019). Hasil yang dicapai pada siklus II 82,96% atau menjadi 22,5% dari nilai rata-rata pada siklus I dengan demikian penelitian dianggap selesai dan berhasil serta tidak perlu diadakan tindakan lanjutan lagi. Berdasarkan data observasi awal maka yang perlu ditindaki melalui metode permainan 3 on 3 sebanyak 20 orang siswa sebanyak 17 orang siswa atau klasifikasi nilai bagus 70% dan tertinggi klasifikasi dengan demikian termasuk dalam kategori baik (antara 75-89). Sebanyak 3 orang siswa 90% mendapat klasifikasi nilai sangat baik (90-100). Setelah diberikan beberapa perlakuan di kelas maupun di luar kelas, maka secara perlahan kemampuan kognitif dan afektif siswa semakin berkembang.

Pembahasan

Diamati dengan menggunakan lembar pengamatan kegiatan guru dan data hasil pengamatan kegiatan siswa. Kemampuan tehnik dasar servis dan passing bawah dan passing atas siswa kelas VIII H diamati oleh lima aspek penelitian, yakni servis bawah yaitu cara memegang bola, cara mengayunkan lengan, perkenaan bola dengan lengan. dan passing yaitu sikap tubuh (posture), bentuk tangan, perkenaan bola dengan lengan. Pembelajaran yang efektif dapat meningkatkan kemampuan siswa (Effendy et al., 2020; Ismoko & Sukoco, 2013). Siswa perlu untuk mengasah keterampilannya untuk memperoleh hasil yang baik, sehingga dalam penelitian tersebut saat pembelajaran awal siswa menghasilkan kemampuan yang cukup

rendah (Rosalina, 2018; Wirayasa et al., 2021). Proses perbaikan siklus I akan memberikan hasil yang cukup baik pada hasil belajar siswa (Juniardi & Redno, 2019).

Adapun tindakan yang dilakukan adalah dengan menggunakan metode drill yang telah dipilih dalam melaksanakan pada siklus I (Irwanto, 2017; Taslim, 2020). Untuk itu peneliti bersama guru mitra mempersiapkan segala sesuatu yang digunakan dalam pelaksanaan siklus I yaitu satuan pembelajaran penjaskes, tehnik dasar bola voli yaitu servis bawah dan passing dengan alat peraga dan lembar observasi. Persentase kemampuan passing bawah siswa masih jauh dari standar KKM yakni 75%. Selaras dengan penelitian yang menyatakan bahwa rata-rata siswa yang baru memulai bola voli memiliki kekakuan dalam bermain, sehingga menghasilkan nilai dibawah standar yang ditentukan (Widiyatmoko & Anggoro, 2019). Metode permainan 3 on 3 dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa (Widiyatmoko & Anggoro, 2019). Penerapan metode yang tepat dapat memberikan kegiatan pembelajaran menjadi menyenangkan sehingga lebih diminati oleh siswa (Purwaka, 2019; Widiyatmoko & Anggoro, 2019).

Siswa yang merasa senang dalam mengikuti kegiatan belajar akan mampu menerima pembelajaran dengan lebih mudah sehingga dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilannya lebih baik daripada sebelumnya (Fadilah et al., 2022; Nurmahmidah, 2017). Metode permainan 3 on 3, membuat siswa akan mampu memainkan permainan voli dengan optimal. Pembelajaran yang baik mampu diajarkan dengan beberapa kali, agar ingatan mampu terbentuk didalam memori jangka panjang. Pembelajaran yang diulang ulang juga akan menjadikan kognitif siswa semakin tajam, namun proses perbaikan juga perlu dilakukan guna memberi hasil yang sesuai dengan standar ketentuan. Implikasi penelitian ini adalah memberikan wawasan kepada guru dan para pendidikan untuk dapat memberikan inovasi pembelajaran permainan 3 on 3 baik dalam mengkaji pembelajaran penjaskes maupun dalam pelajaran lain dan penelitian ini mampu dikembangkan dan diintegrasikan dengan metode pembelajaran abad 21, dan dapat diujikan pada sekolah di tingkat yang lebih tinggi untuk memperoleh hasil yang berbeda.

4. SIMPULAN

Permainan 3 on 3 dapat meningkatkan proses dan kemampuan *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 10 Jember. Hal ini dapat dilihat dari proses pembelajaran dan hasil belajar siswa yang selalu meningkat dari siklus 1 hingga siklus dan hasil persentase siklus II sebesar 82,96%. Pengajaran dengan menggunakan permainan 3 on 3 dapat menjadikan pembelajaran *passing* bawah bola voli pada siswa kelas VIII H SMP Negeri 10 Jember menjadi lebih baik, siswa lebih antusias dan merasa senang dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan dan terlihat tidak merasa bosan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anita, S., & Damrah. (2020). Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Masa New Normal Covid-19. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 11(2), 190–204. <https://doi.org/10.30633/jkms.v11i1.859>.
- Ardian, A., Purwanto, S., & Alfarisi, D. S. (2019). Hubungan prestasi belajar siswa kelas khusus olahraga dengan kecerdasan emosional. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 126–134. <https://doi.org/10.21831/jk.v7i2.28103>.
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51–58. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>.
- Dupri, D., Candra, O., Candra, A., & Suryani, D. A. (2020). The Implementation of Problem Based Learning Model in Improving Cooperation and Learning Outcomes in Physical Education. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i1.22531>.
- Edwarsyah, Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2019). Pengaruh Metode Pelatihan Circuit Training Terhadap Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1–10. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v4i1.11749>.
- Effendy, F., Kharisma, Y., & Ramadhan, R. (2020). Penggunaan Modifikasi Permainan Bolavoli Untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 9(1). <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1333>

- Fadilah, E., Irianto, A., & Rusminati, S. H. (2022). Penggunaan Media Monopoly Education pada Pembelajaran Tematik di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 5827–5833. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i4.3319>.
- Friedman, A., & Schneider, E. (2018). Developing a Visualization Education Curriculum in the Age of Big Data Using the Dick and Carey Model. *Visual Communication Quarterly*, 25(4), 250–256. <https://doi.org/10.1080/15551393.2018.1530115>.
- Gani, A., Ismaya, B., & Dimiyati, A. (2021). Survei Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler SepakBola Di SMPN 1 Lemahabang Karawang. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2). <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5293>.
- Hanief, Y. N., Mashuri, H., & Subekti, T. B. A. (2018). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bolavoli melalui permainan 3 on 3 pada siswa sekolah dasar. *Jurnal pendidikan jasmani dan olahraga*, 3(2). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i2.12414>.
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8175>.
- Irwanto, E. (2017). Metode Pembelajaran dan Modifikasi Bola Pada Proses Pembelajaran Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 5(2). <https://doi.org/10.31571/jpo.v5i2.379>.
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2339>.
- Juniardi, A., & Redno, R. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Dengan Menggunakan Permainan 3 On 3 Pada Kelas VII Di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 18(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i1.6567>.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science And Education Journal*. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.0301.2021.05>.
- Mirhan, J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(1), 115487. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v12i1.9499>.
- Muslimin, M., & Hidayat, A. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Tim Sepakbola Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya Sumatera Selatan Tahun 2016. *Journal Sport Area*, 2(2). [https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(2\).776](https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(2).776).
- Nugraha, B., Dimiyati, A., & Gustiawati, R. (2021). Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekkan Pembelajaran Penjas di Rumah Pada Masa Covid-19. *Journal Coaching Education Sports*, 2(1). <https://doi.org/10.31599/jces.v2i1.446>.
- Nurmahmidah. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (Tgt) Pada Pokok Bahasan Peluang Sebagai Upaya Meningkatkan Prestasi Dan Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas X Mia 2 Sma Negeri 1 Sedayu. *Jurnal Mercumatika*, 1(2), 65–72. <https://doi.org/10.26486/mercumatika.v1i2.252>.
- Paul, R., & Singh, A. (2020). Does early childhood adversities affect physical, cognitive and language development in indian children? Evidence from a panel study. *SSM - Population Health*, 12(August), 100693. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100693>.
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 31–33. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6495>.
- Purwaka, S. (2019). Minat Mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Stain Al-Fatah Jayapura Untuk Mempelajari Keterampilan Bercerita/Mendongeng. *Mida: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 2(2). <https://doi.org/10.52166/mida.v2i2.1578>.
- Purwanti, D. (2017). Pendidikan karakter peduli lingkungan dan implementasinya. *DWIJA CENDEKIA: Jurnal Riset Pedagogik*, 1(2). <https://doi.org/10.20961/jdc.v1i2.17622>.

- Rohman, U. (2017). Evaluasi Kompetensi Pelatih Sepakbola Usia Dini di Sekolah Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8186>.
- Rokhayati, A., Nur, L., Gandana, G., & Elan, E. (2016). Implementasi Pendekatan Taktis dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Motivasi, Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Motorik. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i2.5664>.
- Rosalina, M. (2018). Profil Atlet Pencak Silat Pra Porda Dilihat dari Aspek Psikologi dan Fisiologi. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(2), 174–180. <https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.44>.
- Saadah, K., & Isnaeni, W. (2020). Peran Model Brain-Based Learning Pada Pembelajaran Sistem Saraf Dalam Meningkatkan Literasi Sains Siswa. *Phenomenon : Jurnal Pendidikan MIPA*, 9(2), 132–149. <https://doi.org/10.21580/phen.2019.9.2.3967>.
- Santos, M. H. Dos, Harliawan, & Ismail. (2021). Pengaruh Game Online Terhadap Minat Belajar Penjas Siswa SMP Frater Makassar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 9(1). <https://doi.org/10.22487/tjsspe.v9i1.969>.
- Siswono, H. (2017). Analisis Pengaruh Keterampilan Proses Sains Terhadap Penguasaan Konsep Fisika Siswa. *Momentum: Physics Education Journal*. <https://doi.org/10.21067/mpej.v1i2.1967>.
- Sucipto, S. (2020). The Implementation of Tactical Approach in Developing Football Games Performance and Understanding of Junior High School Students. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i1.23393>.
- Taslim, Z. (2020). Meningkatkan Keterampilan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli dengan Pendekatan Pembelajaran Drill. *Jurnal PGSD: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 13(2). <https://doi.org/10.33369/pgsd.13.2.140-145>.
- Wei, X., Saab, N., & Admiraal, W. (2021). Assessment of cognitive, behavioral, and affective learning outcomes in massive open online courses: A systematic literature review. *Computers & Education*, 163, 104097. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.104097>.
- Widiyatmoko, F. A., & Anggoro, D. B. (2019). Model Permainan Game 3 On 3 dan Bola Pantul Meningkatkan Kemampuan Dasar Bola Voli. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(2). <https://doi.org/10.15294/miki.v9i2.23646>.
- Wirayasa, I. D. G. P., Darmayasa, I. P., & Satyawan, I. M. (2021). Pengembangan Instrumen Penilaian Hasil Belajar Ranah Kognitif Model 4d Pada Materi Sepak Bola Berdasarkan Kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 8(3). <https://doi.org/10.23887/jjp.v8i3.33760>.