
METODE PEMBELAJARAN PERMAINAN 3 ON 3 UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING BAWAH BOLA VOLI PADA SISWA

Hadi Purwanto

Sekolah Menengah Pertama Negeri 10 Jember, Jember, Indonesia

*Coressponding Author. Email: hadisoesy@gmail.com

*Email Author: hadisoesy@gmail.com

Received: Oktober 2023, Revised: November 2023, Accepted: Desember 2023

Abstract

This study aims to analyze the 3 On 3 Game Learning method to improve Volleyball Bottom Passing ability in Students. This research uses a qualitative approach. The type of research carried out is classroom action research (PTK) by improving each learning cycle. The research sample was students of grade VIII-H SMP Negeri 10 Jember with a total of 34 students. The instrument used is an observation sheet of learning process skills observed by the teacher which is then analyzed by looking for the percentage score of each aspect of the skill. Based on the results of the study, it was concluded that the 3 on 3 game can improve the process and passing ability under volleyball in grade VIII H students of SMP Negeri 10 Jember. This can be seen from the learning process and student learning outcomes which always increase from cycle 1 to cycle II and the percentage result of cycle II is 82.96%. Teaching using 3 on 3 games can make volleyball bottom passing learning in grade VIII-H students of SMP Negeri 10 Jember better, students are more enthusiastic and feel happy in following the learning carried out and look not bored.

Keywords: Bola voly, bottom passing, 3 on 3

Abstrak

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 adalah siswa kelas VIII-H SMP Negeri 10 Jember dengan jumlah siswa 34 orang. Adapun instrumen yang digunakan adalah lembar pengamatan keterampilan proses belajar yang di amati oleh guru yang selanjutnya dianalisis dengan mencari persentasi skor tiap aspek keterampilan Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa 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 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 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.

Kata kunci: Bola voly, passing bawah, 3 on 3

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 (Sriyatin et al., 2018). Ketiga ranah ini menjadi suatu pencapaian dalam ruang lingkup sekolah ataupun lembaga pendidikan (Lufthansa, 2020). Pencapaian ketiga ranah tersebut sangatlah penting (Mustafa & Wiyogo, 2020). Keterampilan dan kemampuan belajar siswa mampu diajarkan pada seluruh mata pelajaran, terlebih mata pelajaran penjas kes, pendidikan jasmani dan kesehatan (Festiawan & Arovah, 2020). 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 (Sudarmono et al., 2013).

Berdasarkan pada kebutuhan tersebut, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu wadah yang dapat membantu individu untuk dapat berkembang secara menyeluruh (Prasetyo, 2013). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya terfokus pada aspek motoriknya saja tetapi juga terdapat aspek kognitif dan afektif (Juniarta, 2019). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikembangkan dilingkup satuan pendidikan sehingga dapat mengembangkan keterampilan gerak dan olah diri oleh peserta didik yang ada sekolah. 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 (Wirayasa et al., 2021).

Pelajaran olahraga dan kesehatan telah diajarkan dengan berbagai macam metode (Wisnungkoro, 2014). Dimana pembelajaran yang menekankan siswa untuk mampu mempraktikkan secara langsung dan belajar selama proses pembelajaran akan membantu meningkatkan kinerja skill mereka. 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). Dimana perasaan senang dan bahagia didalam maupun diluar kelas menjadikan siswa lebih mudah dalam menerima pelajaran. 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.

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 ataukah memang kualitas pembelajaran, baik dari guru maupun siswanya yang kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa (Effendy et al., 2020). 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 (Irwanto, 2017).

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurangnya minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjas kes yang pada akhirnya akan berpengaruh terhadap nilai penjas kes itu sendiri (Syaiful et al., 2018). Salah satunya adalah faktor internal dari diri siswa tersebut, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru (Hanief et al., 2018), 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. 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.

Perlunya metode pembelajaran yang mampu memotivasi siswa untuk bergerak, salah satunya adalah metode pembelajaran *passing* bawah bola voli dengan menggunakan permainan *3 on 3* (Effendy et al., 2020). Dimana dengan 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.



METODELOGI PENELITIAN

Jenis dan Desain Penelitian

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 dan Populasi Penelitian

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.

Pengumpulan dan teknik analisis data

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%.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini telah memperoleh beberapa data penelitian, kemudian dari beberapa data tersebut dilakukan perhitungan dan dianalisis dalam bentuk tabulasi pada Tabel 1, Tabel 2, dan Tabel 3.

Tabel 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% |



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% |

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% |

PEMBAHASAN

Hasil Observasi Awal Kemampuan Passing Bawah

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 %. 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 nila 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. Selaras dengan Effendy (2018) bahwa diperlukan hasil observasi kemampuan teknik dasar voli siswa masih sangat rendah, dan diperlukan perlakuan pembelajaran yang efektif. Didukung oleh Wirayasa et al., 2021 menyatakan bahwa siswa perlu untuk mengasah keterampilannya untuk memperoleh hasil yang baik, sehingga dalam penelitian tersebut saat pembelajaran awal siswa menghasilkan kemampuan yang cukup rendah.

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. 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 (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 (Irwanto, 2017). Persentase kemampuan passing bawah siswa masih jauh dari standar KKM yakni 75%. Selaras dengan pernyataan Widiyatmoko & Anggoro (2019) bahwa rata rata siswa yang baru memulai bola voli memiliki kekakuan dalam bermain, sehingga menghasilkan nilai dibawah standar yang ditentukan.

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, yang dilaksanakan pada 15 Pebruari 2019. 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. 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, nila ratarata 55,39%.

Dari pengamatan kegiatan siswa, diperoleh paparan kemampuan siswa pada siklus I pada Tabel 2. Pada Tabel 2, analisis 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.

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. 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.

Analisis Tabel 3, 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 (Setiawan & Harta, 2014)..



KESIMPULAN

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 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 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. Implikasi penelitian ini adalah memberikan wawasan kepada guru dan para pendidikan untuk dapat memberikan inovasi pembelajaran permainan 3 on 3 baik dalam mengkaji pembelajaran penjasokes 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

DAFTAR PUSTAKA

- Budiningsih, A. (2019). Peningkatan Prestasi Belajar PJOK Materi Bermain Bola Voli Melalui Modifikasi Bola Voli Mini Kelas V SDN Pabean 2 Kecamatan Sedati. *Journal of Indonesian Education*, 2(1), 169-177.
- Effendy, F., Kharisma, Y., & Ramadhan, R. (2020). Penggunaan Modifikasi Permainan Bolavoli Untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 9(1), 1-14.
- Festiawan, R., & Arovah, N. I. (2020). Pengembangan “Buku Saku Pintar Gizi” Untuk Siswa SMP: Alternatif Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Olahraga. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 188-201.
- 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), 161-166.
- Irwanto, E. (2017). Metode Pembelajaran dan Modifikasi Bola Pada Proses Pembelajaran Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 5(2), 102-118.
- 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).
- Juniarta, A. T. (2016, December). Mengkaji Penerapan Kognitif dalam Tuntutan Psikomotorik Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Pascasarjana Um* (pp. 228-239).
- Kasturi, K. (2019). Upaya Meningkatkan Minat dan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli dengan Menggunakan Permainan 3 on 3 pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 2 Warureja Tegal Semester II Tahun Pelajaran 2017/2018. *Dialektika: Jurnal Pendidikan*, 3(1), 90-100.



- Lidwina, S. (2012). Disleksia berpengaruh pada kemampuan membaca dan menulis. *Jurnal Stie Semarang (Edisi Elektronik)*, 4(3), 09-18.
- Lufthansa, L. (2020, December). Efektivitas Penggunaan Buku Ajar Psikologi Olahraga Berbasis Android Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mahasiswa. In *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)* (Vol. 2, No. 1, pp. 6-17).
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422-438.
- Prasetyo, Y. (2013). Kesadaran masyarakat berolahraga untuk peningkatan kesehatan dan pembangunan nasional. *Medikora*, 11(2).
- 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), 49-71.
- Qomariyah, S. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Permainan Bola Voli Melalui Media Balon. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 2(1), 14-19.
- Sapari, H. M. (2019). Menggunakan Permainan 3 On 3 Dapat Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Siswa Siswa Kelas IX-C SMP Negeri 15 Tasikmalaya. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 6(1), 97-104.
- Setiawan, R. H., & Harta, I. (2014). Pengaruh pendekatan open-ended dan pendekatan kontekstual terhadap kemampuan pemecahan masalah dan sikap siswa terhadap matematika. *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*, 1(2), 241-257.
- Sriyatin, S., Sucipto, A., & Sulikan, S. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Siswa Sdn Sambigede 03 Sumberpucung Malang. *JP. JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 80-91.
- Sudarmono, M., Rahayu, T., & Rahayu, S. (2013). Pengembangan Permainan Bavos Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Physical Education and Sports*, 2(1).
- Syaiful, A., Suwardi, S., & Irfan, I. (2018). *Pengaruh Tingkat Kesegaran Jasmani, Minat Belajar dan Tingkat Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa SMP Negeri 3 Bontomatene Kabupaten Kepulauan Selayar* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- 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), 140-145.
- 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), 63-66.



- 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), 81-88.
- Wisnungkoro, D. (2014). Pengaruh metode simulasi terhadap hasil belajar dribble sepakbola (Studi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Trenggalek). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 2(3).

