

## ANALISIS METODE *EXPERIENTIAL LEARNING* DALAM PEMBELAJARAN PJOK MATERI *PASSING BAWAH* DAN *PASSING ATAS BOLAVOLI*

Dicky Oktavian Pratama\*, Nanik Indahwati

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

\*dickypratamaa16060464020@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Metode *Experiential Learning* merupakan salah satu bentuk metode pembelajaran yang menggabungkan pengetahuan, keterampilan, dan nilai melalui pengalaman langsung dari para siswa dalam proses pembelajaran. Penulisan ini bertujuan untuk mengungkap dan menggambarkan bagaimana penerapan metode *experiential learning* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Rekreasi (PJOK) materi *passing bawah* dan *passing atas bolavoli*. Penelitian ini merupakan studi *literature review*, teknik pengumpulan data yaitu mengumpulkan berbagai referensi dan rujukan yang relevan dengan topik permasalahan, menggunakan database *Google Scholar* dengan memasukkan kata kunci “metode *experiential learning*” “bolavoli”. Didapatkan 11 artikel diterbitkan tahun 2010 sampai tahun 2020 yang sesuai kriteria yaitu 6 jurnal internasional, 2 jurnal nasional terakreditasi sinta dan 3 jurnal nasional tidak terakreditasi. Proses *review* jurnal yaitu membaca tulisan-tulisan terkait topik permasalahan (*abstract, heading, sub-heading, etc*), mengevaluasi semua tulisan yang telah dibaca (akurasi, objektivitas, kemutakhiran, dan cakupan), membuat ringkasan publikasi (nama, judul, keterkaitan, metode, dan hasil), dan menggabungkan hasil ringkasan menjadi cerita ilmiah mengenai simpulan suatu permasalahan. Berdasarkan proses analisis *review* jurnal, ditemukan bahwa metode *experiential learning* dapat meningkatkan hasil belajar, memberikan perbedaan dan peningkatan terhadap minat siswa, menumbuhkan dan kembangkan karakter siswa serta sebagai cara yang efektif untuk mendukung guru dan siswa untuk terhubung satu sama lain. Dapat disimpulkan bahwa penerapan metode pembelajaran *experiential learning* siswa dapat mempelajari konsep pembelajaran dengan cara baru, materi baru, dan menerapkan konsep ke dalam pengalaman serta menuntut siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran.

**Kata Kunci:** metode *experiential learning*; permainan bolavoli; *passing*

### Abstract

The *Experiential Learning* method is a form of learning method that combines knowledge, skills, and values through direct experience of students in the learning process. This article aims to reveal and describe how experiential learning methods in learning Physical Education, Sports, and Recreation (PJOK) material for passing down and passing over volleyball. This research is a literature review study, and data collection techniques are collecting various references and references relevant to the topic of the problem, using the *Google Scholar* database by entering the keywords "experiential learning method" and "volleyball". There were 11 articles published from 2010 to 2020 which matched the criteria: 6 international journals, 2 sinta accredited national journals and 3 uncredited national journals. The journal review process is reading articles related to the topic of the problem, evaluating the articles that have been read, making a summary of publications, and combining the summary results into a scientific summary regarding the conclusion of a problem. Based on the journal review analysis process, it was found that the experiential learning method can improve learning outcomes, reveal differences and improvements in students interest, and also the growth of student character as well as an effective way to support teachers and students to connect with each other. It can be concluded that the application of the experiential learning method allows students to learn learning concepts in new ways, new materials, and apply concepts to experience and expect students in order to more active in the learning process.

**Keywords:** experiential learning method; volleyball game; passing

## PENDAHULUAN

Salah satu proses pendidikan ialah terdapat proses belajar di lingkungan sekolah. Houwer et al., (2013), menyatakan bahwa pembelajaran diartikan secara fungsional yaitu perubahan perilaku yang didapatkan dari pengalaman yang telah dilakukan. Setiap proses belajar akan mendapatkan hasil belajar. Hasil belajar yaitu proses seseorang untuk mencapai tujuan belajar yang akan dicapai berdasarkan pengalaman yang diperoleh, dapat ditentukan berupa angka atau nilai sebagai ukuran perubahan pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Menurut Suprijono (2012), mengatakan bahwa hasil belajar yaitu perubahan, sikap, nilai-nilai, pengertian, maupun keterampilan. Sehingga belajar merupakan suatu proses dimana siswa mendapatkan pengetahuan atau wawasan baru dari berbagai sumber melalui proses interaksi. Belajar juga dapat dikatakan sebagai perubahan perilaku yang dihasilkan dari pengalaman.

Proses pembelajaran di sekolah sudah diatur di dalam kurikulum, terdapat berbagai mata pelajaran yang diterima siswa termasuk mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang bertujuan mengembangkan serta meningkatkan potensi pada peserta didik meliputi pengetahuan, keterampilan, penalaran serta perkembangan emosional. Pendidikan Jasmani merupakan proses pembelajaran yang dilakukan sistematis serta secara sadar melalui beragam aktivitas melalui olahraga untuk memperoleh dan meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan berfikir kognitif, keterampilan gerak yang beragam, dan sikap spriritual maupun sosial (Surahni, 2017). Sedangkan Gray et al., (2018), bahwa pendidikan jasmani secara langsung dan tidak langsung bertanggung jawab dengan kesehatan remaja dan anak-anak. Pembelajaran PJOK penting untuk menunjang peningkatan kebutuhan gerak siswa, dengan begitu siswa memperoleh pengalaman gerak yang menyenangkan. Melalui PJOK peserta didik dapat menuangkan bakatnya dan secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap pola hidup, sosial, kesehatan, dan mental siswa. Sehingga guru PJOK sekarang bertanggung jawab atas perkembangan holistik kesejahteraan fisik, sosial, emosional, dan mental siswa. Terdapat beragam pembelajaran PJOK di sekolah, meliputi permainan bola kecil dan bola besar, atletik, senam lantai, dan lain sebagainya. Permainan bolavoli yang merupakan salah satu dari materi dalam PJOK merupakan olahraga masyarakat yang digemari dari kalangan anak-anak hingga orang dewasa, karena permainan bolavoli dianggap tidak memerlukan lapangan yang cukup luas dan untuk kalangan

menengah serta sekarang ini semakin berkembang di daerah pedesaan maupun perkotaan. Permainan bolavoli adalah permainan tim yang dilakukan oleh 2 tim, setiap tim berjumlah 6 pemain. Permainan ini menggunakan bola yang diumpan atau dimainkan dengan tangan sebanyak 3 kali sentuhan, tim yang memperoleh poin 25 terlebih dahulu selama 3 set maka tim tersebut yang menjadi pemenangnya. Bolavoli merupakan permainan beregu dan net sebagai pemisah daerah permainan, sehingga tidak ada kontak fisik secara langsung dengan pemain lawan, untuk memperoleh permainan yang baik, pemain harus dapat menguasai teknik dasar bolavoli. Permainan bolavoli dapat dimainkan dalam gedung ataupun diluar gedung. Permainan bolavoli memiliki beberapa teknik dasar yaitu teknik dasar *smash*, *blocking*, *service*, *passing*. Permainan bolavoli memiliki beberapa teknik yang perlu dikuasai sebelum memulai permainan salah satunya yaitu *passing*. Teknik *passing* merupakan suatu usaha yang dilakukan dengan tujuan mengumpan bola atau mengembalikan bola ke lawan dengan kedua tangan, dalam *passing* bolavoli terdapat dua teknik yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. Teknik *passing* bawah yaitu suatu proses mengoper bola dengan posisi tangan lurus kedepan dan kedua jari tangan mengepal. Sedangkan *passing* atas yaitu suatu proses mengoper bola dengan posisi tangan di atas kepala.

Guru ketika proses pembelajaran PJOK diharapkan untuk dapat memberikan suasana kelas yang nyaman, kondusif, dan menggerakkan siswa sehingga mudah menerima dan memahami materi yang disampaikan. Sehingga guru dapat mengaplikasikan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik setiap siswa. Menurut teori Kolb's *experiential learning* pada jurnal penelitian Bergsteiner et al., (2010), teori Kolb menyatakan bahwa belajar adalah proses kognitif yang melibatkan adaptasi terus-menerus, dan keterlibatan dengan, lingkungan seseorang. Konflik ketidaksepakatan dan perbedaan mendorong proses pembelajaran sebagai siswa bergerak di antara mode tindakan, refleksi, perasaan dan pemikiran. Gaya belajar yang berbeda mencerminkan preferensi belajar yang dapat berubah sesuai situasi dan kondisi. Belajar merupakan proses dan hasil dari interaksi sinergis dengan lingkungan, dengan pembuatan orang pilihan tentang bagian mana yang akan terlibat.

Metode pembelajaran merupakan suatu bentuk upaya guru untuk dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan pembelajaran, metode pembelajaran macam jenis dan bentuk salah satunya yaitu *experiential learning*. Metode pembelajaran *experiential learning* yaitu proses pembelajaran berdasarkan pengalaman sehingga

memberikan kesan pada siswa yang membuat siswa tersebut ingin selalu melakukannya (Baharudin & Wahyuni, 2012). Terdapat beberapa jenis metode pembelajaran *experiential learning* yaitu model *Problem Based Learning* (PBL) dan *Project Based Learning* (PjBL), PBL merupakan model pembelajaran berbasis masalah, jadi melalui model PBL ini dapat memfokuskan siswa secara berkelompok untuk menyelesaikan masalah yang ada dengan menganalisis ide-ide orang lain, kemudian mengidentifikasi secara nyata melalui proses pembelajaran. Sedangkan menurut Baharudin & Wahyuni (2012), PjBL merupakan model pembelajaran yang berbasis proyek, jadi melalui model pembelajaran tersebut memfokuskan siswa pada kegiatan untuk menciptakan suatu karya atau produk dengan menganalisis dan menyajikan berdasarkan pengalaman yang nyata.

Permasalahan proses pembelajaran yang sering terjadi yaitu siswa dan guru berpusat dalam interkasi satu arah, jadi dapat diambil contoh siswa menerima materi yang disampaikan guru tanpa ada tanggapan atau respon yang diberikan siswa, inilah yang membuat suasana kelas menjadi pasif dan tidak terjadi proses timbal balik antara guru dan siswa, sehingga melalui metode *experiential learning* tersebut dapat diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar dengan harapan dapat menumbuhkan dan mengembangkan interkasi serta meningkatkan keterampilan siswa dalam materi bolavoli *passing* bawah dan *passing* atas. Penerapan *experiential learning* tersebut dapat menumbuhkan sikap optimisme dan memotivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran, dengan pemberian permainan dalam

setiap proses pembelajaran akan menjadikan peserta didik belajar berdasarkan pengalaman yang diberikan dan kemudian diberikan permasalahan berdasarkan materi yang disampaikan sehingga siswa mampu berpikir kritis dan logis untuk memecahkan dan menyelesaikan masalah yang diberikan.

## METODE

Penelitian ini merupakan studi *literature review*, teknik pengumpulan data yaitu dengan cara mengumpulkan berbagai rujukan dan referensi yang sesuai topik permasalahan, menggunakan database *Google Scholar* dengan memasukkan kata kunci “metode *experiential learning*” “bolavoli”. Didapatkan 11 artikel diterbitkan tahun 2010 sampai tahun 2020 yang sesuai kriteria yaitu 6 jurnal internasional, 2 jurnal nasional terakreditasi sinta dan 3 jurnal nasional tidak terakreditasi. Proses *review* jurnal yaitu membaca tulisan-tulisan terkait topik permasalahan (*abstract, heading, sub-heading, etc*), mengevaluasi semua tulisan yang telah dibaca (akurasi, objektivitas, kemutakhiran, dan cakupan), membuat ringkasan publikasi (nama, judul, keterkaitan, metode, dan hasil), dan menggabungkan hasil ringkasan menjadi cerita ilmiah mengenai simpulan suatu permasalahan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari beberapa jurnal yang telah di *review* terdapat hasil bagaimana metode *experiential learning* dalam Pembelajaran Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) yang diuraikan dan disajikan pada tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1 Hasil Review Jurnal Ilmiah**

No	Nama	Judul	Keterkaitan	Metode	Hasil
1	Wibowo (2015)  Jurnal Sinta 3	Pembelajaran <i>Passing</i> Atas Bolavoli Melalui Permainan Sasaran Tembak	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran bolavoli mengenai <i>passing</i> atas, permainan sasaran tembak dapat meningkatkan keterampilan <i>passing</i> atas.	Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada dua (2) siklus. Subjek penelitian berjumlah 38 siswa kelas V di SDN Sidamulya 01 Kabupaten Tegal	Diketahui nilai rata-rata hasil belajar <i>passing</i> atas yaitu sebesar (72,84) pada siklus pertama dan sebesar (76,52) pada siklus kedua. Sehingga terjadi peningkatan hasil belajar sebesar (3,68). Siswa yang dinyatakan tuntas siklus pertama berjumlah 27 siswa (71%) dan siklus kedua berjumlah 34 siswa (89%). Berdasarkan hasil analisis dari penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil belajar dan keterampilan setelah diberikan permainan sasaran tembak, sehingga disimpulkan melalui permainan sasaran tembak mampu memberikan peningkatan hasil belajar

No	Nama	Judul	Keterkaitan	Metode	Hasil
					dan keterampilan siswa baik dari segi aspek psikomotor, sapek afektif, maupun aspek kognitif.
2	Munir (2013) Jurnal Sinta 3	Meningkatkan Pembelajaran <i>Passing</i> Bolavoli Dengan Media Keranjang Target	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran <i>passing</i> bolavoli, media keranjang target dapat meningkatkan keterampilan <i>passing</i> bolavoli.	Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada dua (2) siklus. Subjek penelitian berjumlah 36 siswa kelas VII F terdiri dari 15 putra dan 21 putri di SMP Negeri 1 Balapulang	Diketahui nilai rata-rata hasil belajar yaitu sebesar (69,63) pada siklus pertama dan sebesar (77,31) pada siklus kedua. Siswa yang dinyatakan tuntas siklus pertama berjumlah 27 siswa (56%) dan siklus kedua berjumlah 34 siswa (81%). Berdasarkan hasil analisis dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan hasil belajar dan keterampilan setelah diberikan media keranjang target berhasil, mampu meningkatkan keterampilan siswa ketika proses pembelajaran teknik dasar bolavoli pada siswa.
3	Effendy, et al., (2020). Jurnal Nasional	Penggunaan Modifikasi Permainan Bolavoli untuk Meningkatkan Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran bolavoli mengenai <i>passing</i> bawah, modifikasi permainan dapat meningkatkan keterampilan <i>passing</i> bawah.	Penelitian Tindakan Kelas dengan menggunakan model Kemmis dan McTaggart. Sampel berjumlah 25 siswa di SMA NU Kaplongan Indramayu	Menemukan bahwa terdapat peningkatan kemampuan <i>passing</i> bawah bolavoli yakni pada prasiklus nilai rata-rata kelas sebesar (68,6) dengan persentase tingkat ketuntasan sebesar 36%, pada siklus 1 nilai rata-rata kelas sebesar (76,4) dengan tingkat ketuntasan sebesar 56%, serta siklus 2 nilai rata-rata kelas sebesar (82,2) dengan menunjukkan tingkat ketuntasan sebesar 86%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dikatakan peningkata ketuntasan belajar dapat diimbangi dengan model modifikasi permainan dalam proses pembelajaran.
4	Sahabuddin et al., (2020). Jurnal Nasional	Meningkatkan Keterampilan <i>Passing</i> Bawah Bolavoli Melalui Pembelajaran Kooperatif	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran <i>passing</i> bolavoli mengenai <i>passing</i> bawah, penerapan model pembelajaran kooperatif	Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada dua (2) siklus. Subjek penelitian berjumlah 24 siswa kelas Administrasi Perkantoran di SMK Negeri 7 Makassar	Menemukan pada siklus 1 terdapat 15 siswa (62,50%) memenuhi kriteria dan 9 siswa (37%) belum memenuhi kriteria. Sedangkan pada siklus 2 terdapat 20 siswa (83,33%) memenuhi kriteria dan 4 siswa (16,67%) belum memenuhi kriteria. Berdasarkan hal tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa metode pembelajaran kooperatif tipe NHT memberikan pengaruh yang positif dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam <i>passing</i> bawah di permainan bolavoli.

No	Nama	Judul	Keterkaitan	Metode	Hasil
			dapat meningkatkan keterampilan <i>passing</i> bawah bolavoli.		
5	Kartika et al., (2014) Jurnal Nasional	Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Stad Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar <i>Passing</i> Bolavoli	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran <i>passing</i> bolavoli, penerapan model pembelajaran kooperatif STAD dapat meningkatkan keterampilan <i>passing</i> bolavoli.	Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada dua (2) siklus. Subjek penelitian berjumlah 39 orang terdiri dari 15 putra dan 24 putri siswa kelas X-B SMA Negeri 1 Kubutambahan	Menemukan pada tahap observasi sebesar 28,21% siswa tuntas, siklus 1 sebesar 69,23% siswa tuntas, dan siklus 2 sebesar 97,44% siswa tuntas. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa melalui penerapan metode pembelajaran kooperatif tipe STAD mampu meningkatkan hasil belajar dan kemampuan siswa pada teknik dasar <i>passing</i> bolavoli.
6	Fortes et al., (2020). Jurnal Internasional	Effect of an Eight Week Imagery Training Programme on Passing Decision Making of Young Volleyball Players.	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi bolavoli dengan latihan <i>Imagery Training</i> .	Penelitian eksperimen dengan jumlah sampel 33 orang yang terdiri; kelompok eksperimen 17 orang dan kelompok kontrol 16 orang	Hasilnya mengungkapkan bahwa interaksi kelompok dengan intervensi ( $p < 0.01$ ), dengan peningkatan hanya pada kelompok eksperimen ( $p = 0,01$ ). Perbedaan yang signifikan secara statistic dalam detak jantung diidentifikasi antara kelompok eksperimen ( $p = 0,01$ ), dengan nilai kelompok eksperimen lebih tinggi.
7	Bethell & Morgan (2011). Jurnal Internasional	Problem-Based And Experiential Learning: Engaging Students In An Undergraduate Physical Education Module	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan model pembelajaran <i>Experiential Learning</i> dalam modul mahasiswa pendidikan olahraga	Penelitian berlangsung selama satu tahun akademik ( 24 minggu) menggunakan dua sesi dalam seminggu	Menerapkan pembelajaran berbasis masalah dan eksperiential sebagai sarana untuk melibatkan peserta didik pada pendidikan jasmani. Bertujuan untuk mengetahui apakah pendekatan <i>Problem Based Learning</i> (PBL) dan <i>Experiential Learning Theory</i> (ELT) dapat digunakan untuk memfasilitasi kesadaran kritis, pengetahuan dan pemahaman peserta didik tentang masalah pendidikan jasmani. Salah satu prinsip PBL adalah peserta didik mengidentifikasi apa yang telah mereka ketahui, mengidentifikasi celah dalam pengetahuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pengajaran dikaitkan dengan

No	Nama	Judul	Keterkaitan	Metode	Hasil
					perasaan percaya diri dari peserta didik. Pengatahuan kritis dan pemahaman tentang masalah yang diberikan. Pendekatan ini sangat bermanfaat bagi pengalaman belajar peserta didik.
8	Cronin & Lowes (2016).  Jurnal Internasional	Embedding Experiential Learning In HE Sport Coaching Courses: An Action Research Study	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan model pembelajaran <i>Experiential Learning</i> . Model pembelajaran <i>Experiential Learning</i> dapat meningkatkan keterampilan bermain hockey dan bola basket.	Penelitian ini menggunakan metode <i>action research</i> di UK Higher Education Institution (HEI). Pengumpulan data dilakukan selama 3 tahun dengan melalui wawancara siswa, refleksi pendidik, dan diskusi dengan teman kritis.	Mengatakan bahwa pembelajaran <i>experiential learning</i> adalah filosofi pendidikan alternatif yang sering digunakan dalam literatur pendidikan. Terbukti bahwa pembelajaran berdasarkan pengalaman ( <i>experiential</i> ) membawa manfaat, perangkat, dan tingkat efektivitas yang berbeda. Pembelajaran berdasarkan pengalaman, ( <i>experiential</i> ) sebagai cara yang efektif untuk mendukung guru dengan siswa. Tidak untuk mengatakan bahwa guru harus mendominasi proses pembelajaran berdasarkan pengalaman, tetapi sebaliknya, harus menggunakan pembelajaran berdasarkan pengalaman (aktivitas siswa) untuk terhubung dengan, dan mendukung kegiatan siswa dalam proses pembelajaran. Terdapat dua tantangan utama; 1) menghadapi emosi yang sulit dan kesadaran kompetensi oleh siswa dan guru; 2) memastikan anak-anak menerima praktik pembinaan yang sesuai.
9	Spence & McDonald (2015).  Jurnal Internasional	Assessing Vertical Development in Experiential Learning Curriculum	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan model pembelajaran <i>Experiential Learning</i> .	Studi ini mengkaji dampak khusus selama 8 bulan pada perkembangan lateral dan vertikal siswa. Dari 64 mahasiswa pendaftar, diambil secara acak sejumlah 16 orang sebagai sampel penelitian.	Mengemukakan bahwa guru harus merancang kurikulum untuk merangsang perkembangan vertikal siswa, yang dijelaskan sebagai "cara siswa belajar untuk melihat dunia dengan pandangan yang baru, cara siswa untuk mengubah menjadi pengalaman baru, dan cara mengubah pandangan siswa mengenai realitas". Bahwa kurikulum pembelajaran berdasarkan pengalaman ( <i>Experiential Learning</i> ) yang dikembangkan dengan komponen pengembangan lateral dan vertikal merupakan alat bantu yang ampuh dalam mempersiapkan siswa untuk menghadapi tantangan terkait pekerjaan yang kompleks. Siswa dapat mempelajari konsep

No	Nama	Judul	Keterkaitan	Metode	Hasil
					pembelajaran dengan cara baru, mempelajari konsep baru melalui materi baru, atau menerapkan konsep teoritis ke kedalam pengalaman yang telah mereka alami selama proses pembelajaran. Selain itu, siswa menghubungkan perkembangan lateral mereka (yaitu, pengembangan keterampilan dan perolehan pengetahuan).
10	Kolb & Kolb (2017).	Experiential Learning Theory As A Guide For Experiential Educators In Higher Education	Konsep dasar dari teori pembelajaran <i>Experiential Learning</i> .	Memeriksa pemikiran terbaru tentang siklus belajar, gaya belajar, dan ruang belajar, serta menyoroti beberapa aplikasi teladan dari banyak aplikasi disiplinier dari pengalaman belajar	Menyatakan bahwa pembelajaran <i>experiential learning</i> memberikan peserta didik kesempatan unuk mengalami konsep, memberikan peserta didik lebih kaya dan lebih bermakna akan pemahaman konsep serta bagaimana mereka menerapkannya pada dunia nyata. Mereka dapat meningkatkan kualitas secara efektif pada pembelajaran tersebut. Melalui penerapan <i>experiential learning</i> siswa dapat ikut serta menyelesaikan permasalahan yang menjadi bagian kegiatan , berbagi, menganalisis, berdiskusi, dan merefleksikan diri mereka. Hal tersebut secara signifikan dapat memberi peningkatan memori siswa untk memahami informasi dan kosep yang tersimpan. Pembelajaran dari pengalaman memiliki kemampuan untk membentuk keyakinan peserta didik tentang belajar.
11	Rezk, (2017). Jurnal Internasional	Effect of Facebook Use on Learning Technical Fundamentals in Volleyball Forfe male Collage Students	Keterkaitan adalah sama-sama menggunakan materi pembelajaran bolavoli ( <i>passing, setting, spiking, blocking, and serve</i> ) menggunakan media <i>facebook</i> .	Penelitian Ekperimen. Subjek berjumlah 83 yang terdiri 49 siswa kelompok eksperimen dan 34 siswa kelompok kontrol	Hasil uji beda menunjukan $p > 0.05$ yang berarti signifikan. Sehingga kelompok eksperimen dalam tingkat keterampilan dasar bolavoli ( <i>passing, setting, spiking, blocking, and serve</i> ) lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Berdasarkan tabel 1, dapat ditarik sebuah kesimpulan 4 jurnal yang membahas tentang *experiential learning*, 7 jurnal membahas *passing* bolavoli, sehingga terdapat 3

jurnal yang memiliki keterkaitan dengan judul penelitian penulis yaitu *Effect of Facebook Use on Learning Technical Fundamentals in Volleyball Forfe*

*male Collage Student* (Rezk, 2017). *Embedding Experiential Learning In HE Sport Coaching Courses: An Action Research Study* (Cronin & Lowes, 2016). *Experiential Learning Theory As A Guide For Experiential Educators In Higher Education* (Kolb & Kolb 2017). Berdasarkan jurnal diatas yang memiliki persamaan dengan penulis yaitu membahas tentang model pembelajaran *experiential learning* terhadap hasil belajar *passing* bolavoli, sehingga dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *discovery learning* memiliki pengaruh terhadap hasil belajar *passing* bolavoli.

Permainan bolavoli adalah permainan tim yang dilakukan oleh 2 tim, setiap tim berjumlah 6 pemain. permainan ini menggunakan bola yang diumpan atau dimainkan dengan tangan sebanyak 3 kali sentuhan, tim yang memperoleh poin 25 terlebih dahulu selama 3 set maka tim tersebut yang menjadi pemenangnya. Bolavoli merupakan permainan beregu dan net sebagai pemisah daerah permainan, sehingga tidak ada kontak fisik secara langsung dengan pemain lawan, untuk memperoleh permainan yang baik, pemain harus dapat menguasai teknik dasar bolavoli. Permainan bolavoli dapat dimainkan dalam gedung ataupun diluar gedung. Permainan bolavoli memiliki beberapa teknik dasar yaitu teknik dasar *smash, blocking, service, passing*. Hal tersebut seperti diungkapkan oleh Bart & Heuchert (2015) mengatakan bahwa teknik yang penting dan harus dikuasai pemain dalam permainan bolavoli yaitu antara lain; *passing, serving, receiving, attacking, blocking, back row, dan defense*. Teknik *passing* dibagi menjadi dua teknik yaitu teknik *passing* atas dan teknik *passing* bawah, teknik *passing* menjadi peran penting dan teknik dasar yang harus dikuasai pemain dalam permainan bolavoli. Teknik *passing* pemain yang baik akan menjadikan umpan/operan bola menjadi bagus dan sebagai awal dari penyerangan ke daerah lawan, sedangkan *passing* yang kurang baik dapat menjadikan umpan/operan menjadi menyulitkan untuk melakukan penyerangan ke daerah lawan dan sulit mendapatkan poin.

Menurut Pardijono et al., (2015), mengatakan bahwa *passing* sebagai cara awal membangun serangan tim kepada tim lawan serta merupakan proses mengumpan/mengoper bola kepada pemain satu tim untuk mendapatkan poin, teknik *passing* menjadi salah satu teknik pemain yang sering dipakai dalam permainan bolavoli. Hal tersebut seperti diungkapkan oleh Syamsuryadin dan Mansur (2018), dalam permainan bolavoli terdapat dua jenis teknik *passing* yaitu teknik *passing* bawah dan teknik *passing* atas, adapun teknik *passing* bawah menjadi teknik *passing* yang sering dipakai pemain dalam permainan bolavoli.

Perkenaan bola pada *passing* bawah terletak pada bagian atas pergelangan tangan arah ibu jari, posisi tubuh rileks menghadap arah datangnya bola, meluruskan kedua kaki, kedua tangan tetap lurus selama menerima bola. Sedangkan *passing* atas ialah umpanan yang digunakan ketika posisi bola diatas kepala, teknik *passing* atas dilakukan apabila datang bola setinggi bahu keatas pemain. Ketika melakukan *passing* atas bola berada diatas kening, tangan membentuk mangkok diatas kening, kemudian menyentuh bola dengan bagian dalam jari-jari, posisi siku ditekuk kesamping serta pergelangan menghadap keatas untuk menahan bola, dorong bola keatas menggunakan jari-jari serta pergelangan tangan dipegaskan keatas.

Houwer et al., (2013), menyatakan bahwa pembelajaran diartikan secara fungsional yaitu perubahan perilaku yang didapatkan dari pengalaman yang telah dilakukan. Metode pembelajaran ialah suatu bentuk upaya guru dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan pembelajaran, metode pembelajaran memiliki berbagai macam jenis dan bentuk salah satunya yaitu *experiential learning*. Metode *experiential learning* merupakan metode yang dilakukan berdasarkan pengalaman sebagai media pembelajaran. Menurut Suryaningsih et al., (2019), mengatakan bahwa *experiential learning* ialah sebuah metode pembelajaran yang mampu menggerakkan peserta didik untuk menciptakan dan membangun keterampilan dan pengetahuan berdasarkan pengalaman yang telah dilakukan secara langsung. Menurut teori Kolb's *experiential learning* pada jurnal penelitian Bergsteiner et al., (2010), teori Kolb menyatakan bahwa belajar adalah proses kognitif yang melibatkan adaptasi terus-menerus, dan keterlibatan dengan, lingkungan seseorang. Konflik ketidaksepakatan dan perbedaan mendorong proses pembelajaran sebagai siswa bergerak di antara mode tindakan, refleksi, perasaan dan pemikiran. Gaya belajar yang berbeda mencerminkan preferensi belajar yang dapat berubah sesuai situasi dan kondisi. Belajar merupakan proses dan hasil dari interaksi sinergis dengan lingkungan, dengan pembuatan orang pilihan tentang bagian mana yang akan terlibat. Kelebihan model pembelajaran *experiential learning* (Muhammad, 2015:138) meliputi :

1. Secara individu yaitu membangun dan mengembangkan rasa ketergantungan antara satu sama lain serta terlibat dalam pengambilan suatu pemecahan masalah.
2. Secara kelompok yaitu antara lain (1) meningkatkan dan menumbuhkan kemampuan perencanaan, komunikasi, dan pemecahan masalah; (2) menumbuhkan kesadaran rasa percaya diri; (3) menciptakan kemampuan untuk menghadapi ketika situasi diluar kendali (buruk); (4) menciptakan rasa



percaya antara satu dengan lainnya; (5) membangun kesadaran semangat kerjasama dan kemampuan bernegosiasi; (6) meningkatkan rasa bertanggungjawab dan memiliki komitmen.

Kemudian untuk tahapan model pembelajaran *experiential learning* (Kolb & Kolb, 2017) meliputi :

1. *Concrete Experience (CE)* yaitu keterlibatan penuh siswa dalam proses pengalaman disini dan pengalaman sekarang ini ( *here and now* ).
2. *Reflective Observation (RO)* yaitu mengamati dan memahami kejadian secara reflektif pengalaman baru siswa dengan berbagai sudut pandang.
3. *Abstract Conceptualization (AC)* yaitu menyusun dan mengkonseptualisasi dari hasil memahami pengamatan (pengalaman) siswa menjadi konsep (teori) yang logis.
4. *Active Experimentation (AE)* yaitu mengujicobakan (bereksperimen) dari konsep-konsep untuk membuat keputusan dan memecahkan masalah.

Penerapan *experiential learning* tersebut dapat menumbuhkan sikap optimisme dan memotivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran, dengan pemberian permainan dalam setiap proses pembelajaran akan menjadikan peserta didik belajar berdasarkan pengalaman yang diberikan dan kemudian diberikan permasalahan berdasarkan materi yang disampaikan sehingga siswa mampu berpikir kritis dan logis untuk memecahkan dan menyelesaikan masalah yang diberikan. Belajar merupakan suatu proses dimana seseorang mendapatkan pengetahuan atau wawasan baru dari berbagai sumber. Belajar yaitu proses interaksi satu arah, jadi dapat diambil contoh seseorang belajar dari buku. Jadi, sumber pengetahuan yang didapat hanya dari membaca buku dan tidak terjadi interaksi timbal balik. Belajar juga dapat dikatakan sebagai perubahan perilaku yang dihasilkan dari pengalaman. Setiap proses pembelajaran akan memperoleh hasil belajar baik berupa pengetahuan atau keterampilan.

Hasil belajar yaitu proses seseorang untuk mencapai tujuan belajar yang akan dicapai berdasarkan pengalaman yang diperoleh, dapat ditentukan berupa angka atau nilai sebagai ukuran perubahan pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Menurut Suprijono (2012), mengatakan bahwa hasil belajar yaitu perubahan, sikap, nilai-nilai, pengertian, maupun keterampilan.

Merupakan salah satu mata pelajaran yang mengajarkan tentang kebugaran, pola hidup sehat dan keterampilan gerak. Pendidikan jasmani dinilai sangat penting untuk membentuk kepribadian manusia. Alexandr et al., (2016), menyatakan bahwa dari sejak dahulu, aktivitas pendidikan jasmani sudah dianggap menjadi salah bagian terpenting, sebagai pembentukan kepribadian, keharmonisan. Pendidikan jasmani tercantum dalam

kurikulum sekolah sebagai kelas atau serangkaian kelas yang dirancang untuk membimbing peserta didik agar mendapatkan kesehatan jasmani. Hal serupa juga diungkapkan oleh Hendrick & Johnson (2016), menjelaskan bahwa pendidikan jasmani dirancang untuk membangun dan membimbing siswa melalui aktivitas kelas dan rangkaian kurikulum sekolah.

Berdasarkan uraian beberapa pendapat tersebut, dapat rangkai kesimpulan bahwa pendidikan jasmani sangat penting dan berkontribusi dalam perubahan fisik maupun psikis terutama pada usia sekolah. Pendidikan jasmani dirancang untuk memberikan perubahan fisik guna meningkatkan kebugaran jasmani, pola hidup sehat, dan keterampilan gerak siswa, hal tersebut agar siswa lebih banyak mendapatkan aktivitas gerak sehingga mereka tidak akan mudah mengalami penurunan kebugaran tubuhnya. Maka dalam hal tersebut sekolah diidentifikasi sebagai tempat penting untuk menyediakan pendidikan jasmani. Peranan metode *experiential learning* dapat diimplementasikan melalui pemberian permainan, pemberian portofolio atau pemberian masalah sehingga siswa mampu tergerakkan dalam proses pembelajaran terutama dalam hal mengumpulkan informasi dan mengamati kejadian, sehingga siswa mampu berpikir logis dan kritis untuk memecahkan dan menyelesaikan permasalahan yang diberikan. Pemberian permainan yang mencakup materi bolavoli termasuk pada materi *passing* bolavoli secara tidak langsung siswa mendapatkan informasi melalui pengalaman belajar yang telah diperoleh melalui proses pembelajaran tersebut. Sedangkan pemberian *project* atau portofolio pada siswa agar mampu membantu siswa untuk melihat dari perspektif atau pendapat yang berbeda. Berdasarkan pemberian metode pembelajaran tersebut dapat menumbuhkan kreativitas peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang diberikan. Pemberian metode *experiential learning* tersebut sebagai fasilitator yang mempermudah membantu peserta didik untuk belajar melalui apa yang dialaminya atau berdasarkan pengalaman yang diperoleh.

## PENUTUP

### Simpulan

Beberapa yang menjadi kesimpulan penulis dari hasil uraian *review* yang sudah dilakukan, yaitu sebagai berikut:

1. Penerapan model *experiential learning* dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar, dapat memberikan perbedaan dan peningkatan terhadap minat peserta didik, dapat menumbuh dan kembangkan karakter anak selama proses pembelajaran PJOK.

2. Penerapan model *experiential learning* dapat menumbuhkan sikap optimisme dan memotivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran, berdasarkan pengalaman sehingga peserta didik mampu berpikir kritis dan logis untuk menyelesaikan permasalahan yang diberikan
3. Penerapan model pembelajaran *experiential learning* siswa mempelajari konsep pembelajaran dengan cara baru, mempelajari konsep baru melalui materi baru, atau menerapkan konsep teoritis ke kedalam pengalaman yang telah mereka alami selama proses pembelajaran.
4. Penerapan metode pembelajaran *experiential* dalam proses pembelajaran *passing* bawah bolavoli mampu memberikan peningkatan terhadap keterampilan dan hasil belajar peserta didik.

### Saran

Beberapa hal yang menjadi saran peneliti berdasar kesimpulan yang telah dijelaskan diatas antara lain, yaitu:

1. Guru PJOK dapat menerapkan *experiential learning* pada pembelajaran bolavoli yang sesuai karena hal tersebut dapat menciptakan pembelajaran aktif dan mengembangkan cara berpikir kritis melalui baik pemecahan masalah maupun penyelesaian proyek.
2. Guru dapat memberikan waktu dalam proses menggali informasi yang berkaitan dengan spesifikasi gerak yang harus dikuasai oleh peserta didik.
3. Dalam penerapan *experiential learning* guru lebih intensif dalam memfasilitasi kelompok untuk lebih terstruktur dalam menemukan pemecahan masalah maupun penyelesaian proyek.
4. Peserta didik lebih kreatif dalam menyampaikan ide-ide selama proses pembelajaran melalui pemecahan masalah maupun penyelesaian proyek.

### DAFTAR PUSTAKA

Alexandr, A., Sergij, T., & Olena, O. (2016). Role of Physical Education on The Formation of A Healthy Lifestyle Outside of School Hours. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 335-339.

Baharudin & Wahyuni (2012). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jogjakarta:Ar-Ruzz Media.

Bergsteiner, H., Avery, G. C., & Neumann, R. (2010). Kolb's Experiential Learning Model: Critique From A Modelling Perspective. *Studies In Continuing Education*, 32(1), 29-46.

Bethell, S. & Morgan, K. (2011). Problem-Based And Experiential Learning: Engaging Students In An Undergraduate Physical Education Module. *Journal Of Hospitality, Leisure, Sports And Tourism Education* 10(1), 128-134.

Cronin, C. J. & Lowes, J. (2016). Embedding Experiential Learning In HE Sport Coaching Courses: An Action Research Study. *Journal Of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 18, 1-8.

Effendy, F., Kharisma, Y., & Ramadhan, R. (2020). Penggunaan Modifikasi Permainan Bolavoli untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 1-14.

Houwer J. D., Holmes D. B., & Moors, A. (2013). What Is Learning? On The Nature And Merits Of A Functional Definition Of Learning. *Psychonomic bulletin & review*, 20(4), 631-642.

Fortes, L. S., Freitas-Junior, C. G., Paes, P. P., Vieira, L. F., Nascimento-Junior, J. R., Lima-Junior, D. R. A. A., & Ferreira, M. E. (2020). Effect of an Eight Week Imagery Training Programme on Passing Decision Making of Young Volleyball Players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 120-128.

Gray, S., Mitchell, F., Wang, C. J., & Robertson, A. (2018). Understanding Students' Experiences In A PE, Health And Well-Being Context: A Self-Determination Theory Perspective. *Curriculum Studies In Health And Physical Education*, 9(2), 157-173.

Hendrick, S. P., & Johnson, A. T.(2016). The Athlete Student Dilemma : Exploring the Experiences of Specially Admitted Student-Athletes at a Division III University. *Journal of Applied Sport Management*, 8(4), 1-20.

Kartika, I. K., Kanca, I. N., & Semarayasa, I. K. (2014). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif STAD Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Passing Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 2(1), 1-12.

Kolb, A. Y. & Kolb, D. A. (2017). Experiential Learning Theory As A Guide For Experiential Educators In Higher Education. *Experiential Learning & Teaching In Higher Education*, 1(1), 7-44.

- Muhammad, F., (2015) *Model-Model Pembelajaran Inovatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Munir, M. (2013). Meningkatkan Pembelajaran *Passing* Bolavoli Dengan Media Keranjang Target. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(8), 518-523.
- Pardijono., Hidayat, Taufiq., & Indahwati, N. (2015). *Buku Ajar Bolavoli*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rezk, F. S. (2017). Effect of Facebook Use on Learning Technical Fundamentals in Volleyball Forfe male Collage Students. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport, Science, Movement, Health*, 17(2), 267-272
- Sahabuddin, S., Hakim, H., & Syahrudin, S. (2020). Meningkatkan Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Melalui Pembelajaran Kooperatif. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(2), 2014-217.
- Spence, K. K., & McDonald, M. A. (2015). Assessing Vertical Development in Experiential Learning Curriculum. *Journal of Experiential Education*, 38(3), 296-312.
- Suprijono, A. (2012). *Cooperative Learning : Teori dan Aplikasi PAIKEM*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Surahni, S. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (PJOK) Sebagai Sarana Pendidikan Moral. *Proceeding 6th University Research Colloquium 2017: Seri Pendidikan* 39-46.
- Suryaningsih, A., Cahaya, I. M. E., & Poerwati, C. E. (2019). Implementasi Metode *Experiential Learning* dalam Menumbuhkan Perilaku Kesehatan dan Keselamatan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 187-200.
- Syamsuryadin, M., & Mansur, M. (2018). The Development of the Forearm *Passing* Training Model in Volleyball for Beginner Athletes. In *2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) and 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (CoIS 2018)*
- Wibowo, D. H. (2015) Pembelajaran *Passing* Atas Bolavoli Melalui Permainan Sasaran Tembak. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health, and Recreation*, 4(9), 2040-2045.

