

PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN INOVATIF (MODEL IU-07-1) TERHADAP HASIL BELAJAR *PASSING* BAWAH DAN SERVIS BAWAH BOLAVOLI

Rama Eka Masega

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya ramamasega@gmail.com

Advendi Kristiyandaru

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

Abstrak

Keberadaan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah sangat dibutuhkan, selain untuk meningkatkan kebugaran jasmani tetapi juga memberi kecukupan gerak dan juga menanamkan nilai-nilai positif sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam mata pelajaran PJOK segala aktivitas yang dipelajari harus sesuai dengan apa yang ingin dicapai, sehingga siswa setelah melakukan kegiatan pembelajaran dapat memperoleh informasi, memahami, dan memiliki keterampilan tertentu. Aspek – aspek yang ditanamkan dalam PJOK antara lain adalah aspek kognitif, aspek psikomotor, dan aspek afektif. Dari hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 4 Februari 2015 di SMP Negeri 3 Kertosono oleh peneliti, maka ditemukan permasalahan yang terjadi pada proses pembelajaran PJOK, yaitu siswa tidak bisa menjelaskan secara teori tahapan – tahapan *passing* bawah dan servis bawah bolavoli, sehingga siswa belum mampu memenuhi aspek kognitifnya, kalau salah satu aspek tidak tercapai maka tujuan hasil belajar siswa tersebut tidak terpenuhi. Maka peneliti menggunakan model PJOK inovatif (model IU-07-1) untuk mengetahui apakah model tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar siswa kelas VII SMP negeri 3 Kertosono, khususnya pada materi *passing* bawah dan servis bawah bolavoli. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. Cara untuk memperoleh data adalah dengan menggunakan tiga unsur tes yaitu tes kognitif, tes psikomotor, dan penilaian afektif, sehingga untuk memperoleh hasil yang diharapkan maka peneliti menggunakan pendapat para ahli. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kertosono khususnya pada materi *passing* bawah dan servis bawah bolavoli, setelah diberikan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) menunjukkan peningkatan sebesar 19%. Sehingga dapat dikatakan bahwa model tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar siswa.

Kata Kunci: model pembelajaran PJOK inovatif, hasil belajar, *passing* bawah, servis bawah.

Abstract

The existence of Physical Education, Sport and Health (PJOK) in schools is needed, in addition to improving physical fitness but also gives the adequacy of motion and also instill positive values that can be applied in everyday life. In subjects studied PJOK all activities must be in accordance with what is to be achieved, so that the students after learning activities can obtain information, understand, and have certain skills. Aspects - aspects PJOK invested in, among others, are cognitive, psychomotor aspects, and affective aspects. From the results of observations made on the date February 4, 2015 in SMP Negeri 3 Kertosono by researchers, it was found that problems occur in the learning process PJOK, that students can't explain in theory stage - passing under and servicing stages under volleyball, so that students are not able to meet cognitive aspects, if one aspect is not achieved the goal of student learning outcomes are not met. The researchers used an innovative PJOK models (model IU-07-1) to determine whether the model affect the learning outcomes of students of class VII SMP 3 Kertosono country, especially at the bottom and servicing of material passing under volleyball.

This research is a quasi-experimental research with a quantitative approach. The way to obtain data is to use the three elements of the test is a test of cognitive, psychomotor tests, and affective assessment, so as to obtain the expected results, the researcher uses expert judgment.

From the results of this study indicate that the learning outcomes of students of class VII SMP Negeri 3 Kertosono especially at the bottom and servicing of material passing under volleyball, after being given a teaching model of physical education, sports, health and innovative (model IU-07-1) showed an increase of 19%, So it can be said that the model effect on student learning outcomes.

Keywords PJOK innovative learning model, learning outcomes, passing down, the service down.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting yaitu memberi kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani dapat berupa permainan atau olahraga yang terpilih sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah ditetapkan. Aktivitas tersebut dirancang sedemikian rupa agar peserta didik mendapatkan pengalaman belajar serta mengembangkan kepribadian jasmani peserta didik secara menyeluruh.

Menurut Syarifudin (1997: 3) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan melalui berbagai aktivitas jasmani yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, dan emosional. Aktivitas jasmani dalam pendidikan jasmani telah mendapat sentuhan didaktik-metodik sehingga dapat diarahkan pada pencapaian tujuan pembelajaran. Dalam pelaksanaannya aktivitas jasmani akan tampak dalam aktivitas gerak siswa saat mereka melakukan tugas-tugas gerak dalam proses pembelajaran.

Dalam ruang lingkup PJOK meliputi 7 aktivitas yaitu aktivitas permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, aktivitas pendidikan luar kelas, dan aktivitas kesehatan (Tim Mapel PJOK, 2007: 18). Dalam mata pelajaran PJOK segala aktivitas yang dipelajari harus sesuai dengan apa yang ingin dicapai. Sehingga anak setelah melakukan kegiatan pembelajaran dapat memperoleh informasi, memahami, dan memiliki keterampilan tertentu yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Aspek-aspek yang ditanamkan dalam PJOK antara lain aspek kognitif, psikomotor, dan afektif.

Salah satu materi pembelajaran yang dicantumkan dalam mata pelajaran PJOK adalah aktivitas permainan dan olahraga, yaitu permainan bolavoli. Permainan bolavoli merupakan permainan yang sudah populer di Indonesia, sudah dikenal oleh seluruh lapisan masyarakat bahkan sudah dimasukkan dalam kurikulum pendidikan nasional sebagai materi pelajaran wajib. Bolavoli juga sebagai salah satu materi yang diajarkan untuk mencapai suatu tujuan kebugaran jasmani dan tujuan rekreasi.

Dalam mata pelajaran PJOK terdapat tiga aspek yang harus dikuasai oleh peserta didik yaitu aspek kognitif, psikomotor, dan afektif. Oleh karena itu seorang guru harus dapat mencari model pembelajaran yang mudah diterima oleh peserta didik dan menyenangkan bagi peserta didik itu sendiri tentunya, karena apabila proses belajar mengajar itu menyenangkan bagi peserta didik maka tentu secara tidak langsung peserta didik dapat antusias dan semangat mengikuti proses belajar mengajar, dan diharapkan tujuan dari hasil belajar dapat tercapai.

Setelah penulis melakukan pengamatan dan wawancara pada tanggal 4 Februari 2015 dengan guru PJOK di SMP Negeri 3 Kertosono, terdapat masalah yang terjadi dalam proses belajar mengajar PJOK, diantaranya adalah ketika penulis bertanya kepada guru PJOK tentang model pembelajaran apa yang digunakan ketika mengajar PJOK, dan guru tersebut menjawab bahwa pembelajaran PJOK dilaksanakan dengan didahului berdo'a, pemanasan dan kemudian langsung ke materi yang diajarkan. (Wwn: RAR, 4 Februari 2015)

Masalah juga penulis temukan ketika bertanya kepada beberapa peserta didik tentang permainan bolavoli, mereka bisa melakukan permainan bolavoli. Tetapi mereka tidak mengetahui atau tidak bisa menjelaskan secara teori mengenai permainan bolavoli, seperti gerakan *passing* bawah, maupun servis bawah bolavoli. Dan apabila peserta didik tidak memahami teori tentang teknik dasar maupun tidak bisa melakukan sebagian teknik dasar pada permainan bolavoli dengan benar, sudah pasti berdampak pada aspek kognitif maupun psikomotornya sehingga juga berdampak pada hasil belajar peserta didik itu sendiri. Oleh karena itu seorang guru harus dapat mencari model pembelajaran yang mudah diterima oleh peserta didik dan menyenangkan bagi peserta didik itu sendiri tentunya, karena apabila proses belajar mengajar itu menyenangkan bagi peserta didik maka tentu secara tidak langsung peserta didik dapat antusias dan semangat mengikuti proses belajar mengajar, dan diharapkan tujuan dari hasil belajar dapat tercapai.

Untuk mencapai tujuan hasil belajar, tentunya diperlukan suatu model pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik. Salah satu alternatif model pembelajaran yang bisa digunakan adalah model pembelajaran PJOK inovatif (Model IU-07-1) yang dikembangkan oleh Tim Mapel PJOK pada tahun 2007. Model pembelajaran ini merupakan inovasi dalam pengajaran PJOK dengan tujuan memberikan peningkatan dalam hasil pembelajaran, dan model tersebut juga menyenangkan bagi peserta didik, karena dalam model (IU-07-1) terdapat susunan atau tahapan pembelajaran PJOK yang dibuat untuk mempermudah siswa memahami materi yang diberikan, mulai dari pemanasan dalam bentuk permainan yang terkait dengan materi, serta pemberian tugas gerak yang dilakukan secara bertahap mulai dari gerakan modifikasi sampai gerakan yang sebenarnya.

Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada tanggal 4 Februari 2015 di SMP Negeri 3 Kertosono, peneliti menemukan masalah yang terjadi pada kelas VII, yaitu siswa belum bisa menjelaskan maupun melakukan tahapan gerakan *passing* bawah ataupun servis bawah bolavoli. Dari uraian latar belakang di atas, maka penulis akan mengadakan penelitian dengan judul "penerapan model pembelajaran PJOK Inovatif (Model IU-07-1) terhadap hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 3 Kertosono".

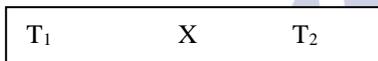
METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan kuantitatif. “Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab - akibat di antara variabel” (Maksum, 2012: 65).

Desain penelitian ini menggunakan desain kuantitatif non-eksperimen dimana penulis sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang mungkin berperan dalam munculnya suatu gejala, karena gejala yang diamati telah terjadi (*ex-postfacto*) (Maksum, 2012: 13).

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukan *pretest* dan *posttest* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan. Menurut Maksum (2012: 97) desain penelitian sebagai berikut:

One Group Pretest-Posttest Design



Keterangan

- T₁ : *Pretest*
- X : Perlakuan
- T₂ : *Posttest* (Maksum, 2012: 97)

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian. (Maksum, 2012: 29). Variabel sendiri terdiri dari dua macam yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel penelitian, yaitu:

- a. Variabel bebas: Penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1).
- b. Variabel terikat: Hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli.

Agar tidak terjadi penafsiran berbeda maka perlu kiranya peneliti memberikan definisi sebagai berikut:

- a. Model Pembelajaran PJOK Inovatif (Model IU-07-1) adalah model yang diciptakan oleh tim mapel PJOK 2007 yang khusus dibuat untuk mata pelajaran PJOK, dan memiliki tahapan pembelajaran dengan alur mulai dari persiapan guru penjas, kegiatan pendahuluan (pola PALTP), kegiatan inti (pola TMFK) dan kegiatan penutup (pola PREAL).
- b. Hasil belajar adalah perubahan tingkah laku khususnya kemampuan siswa setelah melakukan tugas gerak *passing* bawah dan servis bawah bolavoli dan kemampuan siswa tersebut dapat dilihat setelah siswa melaksanakan 2 kali pertemuan, dan ditunjukkan

melalui hasil tes *passing* bawah dan servis bawah bolavoli dengan judgement expert.

Dalam penelitian ini yang menjadi objek penelitian adalah siswa kelas VII SMPN 3 Kertosono yang memiliki 9 kelas, dan masing-masing kelas terdapat 32 peserta didik, sehingga jumlah keseluruhan kelas VII adalah 228 siswa, yang kemudian akan diambil sampel untuk dijadikan subjek penelitian. Sampel merupakan bagian terkecil dari jumlah populasi yang ada. Dalam pengambilan sampel yang diteliti menggunakan *cluster random sampling* dimana yang dipilih bukan individu melainkan kelompok atau area secara acak. Berdasarkan pernyataan tersebut maka peneliti mengambil satu kelas untuk dijadikan objek penelitian dari perwakilan kelas VII SMPN 3 Kertosono yang dipilih dengan cara menuliskan nama kelas VII A-VII I pada 9 kertas yang dilipat, sehingga tidak terlihat tulisan kelas apa yang terdapat pada kertas tersebut. Kemudian peneliti mengambil salah satu dari 9 kertas tersebut dan kelas yang muncul adalah kelas VII-E.

Dalam penelitian ini terdapat tiga unsur dalam pengumpulan data. Yaitu unsur keterampilan, kognitif atau pengetahuan, dan unsur afektif atau sikap. Ketiga teknik pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Tes Kognitif

Pada tes kognitif yaitu siswa diberi pertanyaan berupa soal isi yang kemudian dijawab oleh siswa secara individu, jumlah soal yang diberikan sebanyak enam butir soal dan waktu untuk menjawab adalah 30 menit. Skor maksimal untuk tes kognitif adalah 18, dengan bobot penilaian 20%.

2. Penilaian Afektif

Untuk Penilaian afektif yaitu dinilai dengan cara mengamati perilaku siswa saat proses pembelajaran berlangsung, yaitu untuk nilai *pretest* mulai dari pertemuan 1 sampai pertemuan 2, sedangkan untuk menilai *posttest* mulai dari pertemuan 3 sampai pertemuan 4. Komponen yang dinilai yaitu disiplin, kerjasama dan percaya diri. Skor maksimal untuk tes afektif adalah 9, dengan bobot penilaian 30%.

3. Tes Psikomotor

Tujuan penilaian *passing* bawah dan servis bawah adalah untuk mengukur kemampuan dan ketepatan saat melakukan *passing* bawah maupun servis bawah. Alat yang dibutuhkan yaitu bolavoli, peluit, lembar penilaian, *stopwatch*, dan alat tulis.

Petunjuk pelaksanaan *passing* bawah yaitu, siswa secara individu melakukan *passing* bawah secara bergantian. Mula-mula bola dilambungkan oleh teman siswa yang melakukan tes kemudian siswa yang tes melakukan *passing* bawah sebanyak 3 kali. Sedangkan petunjuk pelaksanaan servis bawah yaitu, siswa secara individu melakukan servis bawah secara bergantian dengan jarak 9 m. Skor maksimal untuk tes psikomotor adalah 18, dengan bobot penilaian 50%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Hasil Data

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan selama satu bulan di SMP Negeri 3 Kertosono, dengan

empat kali pertemuan yang terdiri dari satu kali pretest, dua kali treatment, dan satu kali posttest. Maka peneliti akan menjelaskan hasil penelitian tentang distribusi data yang di dalamnya terdapat mean, standar deviasi, varian, nilai tertinggi, nilai terendah, dan peningkatan.

Tabel 1 Deskripsi Hasil Penelitian

Aspek Penilaian	N	Min.	Max.	Mean	SD	Varian	Peningkatan
Posttest Afektif	32	77.78	100	92.71	8.28	66.43	3%
Pretest Afektif	32	77.78	100	89.93	8.63	72.22	
Beda		0	0	2.78	-0.35	-5.79	
Posttest Kognitif	32	66.67	100	75.52	9.13	80.75	190%
Pretest Kognitif	32	22.22	38.89	26.04	4.98	23.99	
Beda		44.45	61.11	49.48	4.15	56.76	
Posttest Psikomotor <i>Passing</i> Bawah	32	66.67	100	87.85	12.42	149.38	

Aspek Penilaian	N	Min.	Max.	Mean	SD	Varian	Peningkatan
Pretest Psikomotor <i>Passing</i> Bawah	32	66.67	100	80.21	12.54	152.27	10%
Beda		0	0	7.64	-0.15	-2.89	
Posttest Psikomotor Servis Bawah	32	66.67	100	89.58	7.95	61.25	5%
Pretest Psikomotor Servis Bawah	32	77.78	100	85.42	6.58	41.96	
Beda		-11.11	0	4.16	1.37	19.29	
Posttest Nilai Akhir	32	76	99	87.27	5.53	29.65	19%
Pretest Nilai Akhir	32	64	84	73.59	5.47	29.01	
Beda		12	15	13.68	0.06	0.64	

Dari tabel 1 di atas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Hasil belajar sebelum diberikan *treatment*, untuk aspek afektif mendapatkan nilai terendah 77.78, nilai tertinggi 100, *mean* 89.93, standar deviasi 8.63, dan varian 72.22. Untuk aspek kognitif mendapat nilai terendah 22.22, nilai tertinggi 38.89, *mean* 26.04, standar deviasi 4.98, dan varian 23.99. Untuk aspek psikomotor *passing* bawah mendapatkan nilai terendah 66.67, nilai tertinggi 100, *mean* 80.21, standar deviasi 12.54,

dan varian 152.57. Untuk aspek psikomotor servis bawah mendapatkan nilai terendah 77.78, nilai tertinggi 100, *mean* 85.42, standar deviasi 6.58, dan varian 41.96. Untuk nilai akhir mendapatkan nilai terendah 64, nilai tertinggi 84, *mean* 73.59, standar deviasi 5.47, dan varian 29.01.

- Hasil belajar setelah diberikan *treatment*, untuk aspek afektif mendapatkan nilai terendah 77.78, nilai tertinggi 100, *mean* 92.71, standar deviasi 8.28, dan varian 66.43. Untuk aspek kognitif mendapat nilai terendah 66.67, nilai tertinggi 100, *mean* 75.52, standar deviasi 9.13, dan varian 80.75. Untuk aspek psikomotor *passing* bawah mendapatkan nilai terendah 66.67, nilai tertinggi 100, *mean* 87.85, standar deviasi 12.42, dan varian 149.38. Untuk aspek psikomotor servis bawah mendapatkan nilai terendah 66.67, nilai tertinggi 100, *mean* 89.58, standar deviasi 7.95, dan varian 61.25. Untuk nilai akhir mendapatkan nilai terendah 76, nilai tertinggi 99, *mean* 87.27, standar deviasi 5.53, dan varian 29.65.
- Sedangkan untuk persentasi peningkatan setiap aspek mendapat hasil, untuk aspek afektif meningkat sebanyak 3%, aspek kognitif 190%, aspek psikomotor untuk *passing* bawah 10%, aspek psikomotor untuk servis bawah 5%, dan untuk peningkatan keseluruhan sebanyak 19%.

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah suatu data mengikuti sebaran normal atau tidak, dan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Dasar analisis yang digunakan dalam pengambilan keputusan apakah distribusi tersebut normal atau tidak yaitu jika nilai signifikansi lebih besar dari 5% (0.05) maka dapat dikatakan data tersebut berdistribusi normal.

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan menggunakan program komputer *Statistical package for the social science* (SPSS) *Statistics* versi 20 dapat diperoleh hasil:

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	Model (IU-07-1)	
N	32	32
Kolmogorov-Smirnov Z	0.401	0.611
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.997	0.849

- Test distribution is normal.
- Calculated from data.

Berdasarkan tabel data di atas menunjukkan bahwa:

- Berdasarkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) data *pretest* 0.997 lebih besar 0.05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.
- Berdasarkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) data *posttest* 0.849 lebih besar 0.05. Sesuai kriteria pengujian dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

Berdasarkan pada tabel 2 di atas menunjukkan bahwa besarnya nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 5% (0.05), hal ini dapat dikatakan bahwa data hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli baik *pretest* maupun *posttest* adalah data yang berdistribusi normal, sehingga dapat digunakan dalam penelitian.

Uji Beda Sampel Sejenis

Dalam hal ini peneliti menggunakan taraf signifikansi (α) 0.05 dengan kriteria pengujian sebagai berikut:

- a. Hipotesis nol (H_0) diterima apabila $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$, dan H_a ditolak.
- b. Hipotesis kerja (H_a) diterima apabila $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$, dan H_0 ditolak.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan program IBM statistical package for The Social Sciences (SPSS) Statistics 20 dapat dideskripsikan bahwa hasil uji beda rata-rata berpasangan adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Hasil Uji Beda Rata-rata Hasil Belajar

Variabel	Mean	MD	t-hitung	t-tabel	Peningkatan
<i>Pretest</i>	73.59	13.66	13.88	1.696	19%
<i>Posttest</i>	87.25				

Dari tabel 3 di atas dapat memberikan penjelasan bahwa hasil perhitungan uji beda rata-rata menunjukkan hasil $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ($13.88 > 1.696$), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima. Dari hasil uji hipotesis tersebut, dapat dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada peningkatan hasil belajar siswa sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.

Dengan hasil perhitungan tersebut juga dapat diketahui bahwa model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) dapat meningkatkan hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kertosono sebesar 19%.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini akan membahas hasil penelitian tentang penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) terhadap hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli siswa kelas VII SMP negeri 3 Kertosono. PJOK adalah segala hal yang menjadi tujuan atau patokan keberhasilan bagi guru dan nilai yang didapat bagi siswa. Sedangkan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (model IU-07-1) dalam PJOK adalah sarana atau media ajar bagi guru terhadap siswa untuk memancing siswa mengikuti pembelajaran dengan lebih aktif sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa itu sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) terhadap hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli, sesuai dengan tabel 4.1 (halaman 28) dapat diketahui bahwa pada aspek

afektif, terdapat peningkatan sebesar 3%. Dengan demikian dapat dilihat bahwa model pembelajaran ini sudah dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan aspek afektif walaupun hanya 3%, peningkatan tersebut didapatkan dari penanaman nilai – nilai positif yang selalu diberikan kepada peserta didik oleh guru PJOK berupa ucapan yang mendorong siswa agar selalu disiplin dan bekerja sama dalam setiap proses pembelajaran.

Sedangkan peningkatan pada aspek kognitif yaitu sebesar 190%, dari pengamatan peneliti, peningkatan aspek kognitif bisa mencapai 190% dikarenakan adanya buku penunjang atau buku tentang pembelajaran bolavoli yang diberikan kepada siswa setelah *pretest* dilaksanakan, untuk membantu siswa dalam memahami pembelajaran yang diberikan secara teori. Sehingga pada saat melaksanakan *posttest* siswa dapat mengerjakan soal sesuai dengan materi yang diberikan. Berbeda pada saat siswa melaksanakan *pretest*, karena siswa belum memiliki buku panduan untuk dipelajari sehingga siswa belum bisa mendiskripsikan tahapan – tahapan *passing* bawah maupun servis bawah ke dalam bentuk tulisan.

Untuk peningkatan pada aspek psikomotor yaitu untuk *passing* bawah bolavoli sebesar 10%, sedangkan untuk servis bawah sebesar 5%. Dari pengamatan peneliti, peningkatan aspek psikomotor terjadi pada siswa karena peran guru PJOK yang memberikan proses pembelajaran yang menarik bagi siswa, yaitu berupa pemberian tugas gerak yang dilakukan secara bertahap mulai dari pemanasan dengan permainan yang mengarah pada materi *passing* bawah dan servis bawah bolavoli, serta pemberian tugas gerak yang dilakukan secara bertahap mulai dari gerakan yang sederhana atau mudah dilakukan oleh siswa sampai gerakan *passing* bawah dan servis bawah bolavoli yang sebenarnya.

Dan untuk keseluruhan peningkatan hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kertosono, setelah diberikan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1), dapat meningkat sebesar 19%. Peningkatan tersebut didapatkan dari tiga aspek pembelajaran, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor.

**PENUTUP
Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian secara umum bahwa SMP Negeri 3 Kertosono Kabupaten Nganjuk yang menggunakan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) pada pembelajaran *passing* bawah dan servis bawah bolavoli dapat disimpulkan sebagai berikut:

“Penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan inovatif (model IU-07-1) terhadap hasil belajar *passing* bawah dan servis bawah bolavoli pada siswa kelas VII-E SMP Negeri 3 Kertosono mengalami peningkatan sebesar 19%.”

Saran

Dari hasil penelitian diatas yang hanya menggunakan desain penelitian *One Group Pretest-*

Posttest Design yang tidak menggunakan kelompok kontrol maka peneliti dapat memberi saran agar untuk penelitian selanjutnya supaya memberikan kelompok kontrol pada objek penelitiannya agar data yang dihasilkan lebih baik.

Pendidikan Dasar (Model IU-07-1). Jakarta: Depdiknas.

Tim Mapel Penjasorkes. 2007. *Buku Model Pembelajaran Penjasorkes Inovatif Untuk Pendidikan Dasar (Model IU-07-1)*. Jakarta: Depdiknas.

DAFTAR RUJUKAN

- Hartati, Sasminta Christina Yuli, dkk. 2012. *Permainan Kecil: Cara efektif mengembangkan fisik, motorik, keterampilan social, dan emosional*. Malang: Wineka Media.
- Hartono, Soetanto, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani: Sebuah Pengantar*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kristyandaru, Advendi. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2007. *Buku Ajar Matakuliah Statistik: Dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian: Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi. 2014. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Muhajir dan Sutrisno, Budi. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Munafisa. 2009. *Penerapan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Inovatif (Model IU-07-1) Untuk Meningkatkan Kecukupan Belajar Gerak Peserta Didik Kelas VII-i SMP Negeri 1 Sumenep Pada Sub Materi Lompat Jauh*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: PPs Universitas Negeri Surabaya.
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan: untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Bandung: PT. Rajagafindo Persada.
- Slameto. 2003. *Belajar dan faktor – faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudjana, Nana. 1991. *Dasar – dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru
- Syarifudin. 1997. *Pokok – pokok Pengembangan Program Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Tim Mapel Penjasorkes. 2007. *Buku Panduan Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes Inovatif Untuk Pendidikan Dasar (Model IU-07-1)*. Jakarta: Depdiknas.
- Tim Mapel Penjasorkes. 2007. *Excutive Summary Pembelajaran Penjasorkes Inovatif Untuk*