

Pengaruh Modifikasi Permainan 3 On 3 Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Sdn 2 Plered

Muhammad Iqba Junior^{1*}, Ai faridah², Arief Adhitia Hamzah³, Dian Permana⁴, Agung Praseptiana⁵, Bella Santika⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Pendidikan Jasmani, STKIP Purwakarta

E-mail: stkippurwakarta.ac.id

*Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1919>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 04 July 2025

Revised: 10 July 2025

Accepted: 23 July 2025

Kata Kunci

Permainan 3 On 3, Passing Bawah, Bola Voli

Keywords

3 On 3 Game, Underpassing, Volleyball



ABSTRACT

Proses pembelajaran yang dipahami oleh siswa akan membuat tujuan pembelajaran menjadi optimal, namun siswa yang kurang memahami pembelajaran yang diberikan media pembelajaran yang tidak dimodifikasi membuat proses pembelajaran menjadi tidak efisien dan kurang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hasil belajar passing bawah bola voli sebelum dan setelah diberi modifikasi permainan 3 on 3 dan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar passing bawah bola voli. Teknik analisis yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen dengan jenis desain pretest dan posttest, menggunakan bantuan software SPSS 25. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas 5 sebanyak 16 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan treatment siswa tidak ada yang memperoleh nilai baik sekali, siswa hanya memperoleh nilai dengan kategori baik dan cukup. Tetapi setelah dilakukan treatment sebanyak 12 kali terdapat siswa memperoleh nilai baik sekali, baik, dan cukup. Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa modifikasi permainan 3 on 3 memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan hasil belajar passing bawah bola voli.

The learning process that is understood by students will make the learning objectives optimal, but students who do not understand the learning provided by unmodified learning media make the learning process inefficient and less than optimal. This study aims to find out how the learning outcomes of volleyball underhand passing are before and after being given a 3 on 3 game modification and to find out how much influence the 3 on 3 game has on the learning outcomes of volleyball underhand passing. The analysis technique used is quantitative approach with experimental research method with pretest and posttest design type, using the help of SPSS 25 software. The sample of this study was 16 5th grade students. The results of the study showed that before the treatment, no students obtained excellent grades, students only obtained grades in the good and sufficient categories. However, after the treatment was carried out 12 times, there were students who obtained excellent, good, and sufficient grades. In addition, the results of the study also showed that the modification of the 3 on 3 game had a positive impact on improving the learning outcomes of volleyball underhand passing.



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

How to Cite: Muhammad Iqba Junior, et al (2025). Pengaruh Modifikasi Permainan 3 On 3 Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Sdn 2 Plered, 4(1), 2014- 2019 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1919>

PENDAHULUAN

Menurut Candra et al, (2023) Pendidikan jasmani atau pendidikan olahraga adalah disiplin ilmu yang mempelajari tentang aktivitas fisik, olahraga, dan kebugaran tubuh. Pendidikan jasmani merupakan usaha mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak kearah kehidupan jasmani atau fisik yang di program secara ilmiah, terarah dan sistematis, yang disusun oleh lembaga

pendidikan yang berkompeten. Pendidikan jasmani merupakan rangkaian aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga. Pentingnya pukulan passing bawah dalam permainan bola voli adalah untuk menerima bola servis dari lawan, menyelamatkan bola yang terpental jauh diluar lapangan, dan mendadak serangan lawan. passing bawah yang baik akan membantu memperoleh poin dalam permainan bola voli.

Isu penelelitian saat ini adalah siswa belum menguasai passing bawah dengan benar dan cepat bosan pada saat pembelajaran. Kesulitan yang terjadi pada pembelajaran yaitu ketika melakukan passing bawah bola tidak melambung ke atas dan melenceng keluar, pengenaan bola pada pergelangan tangan bagian atas kurang tepat, terkadang banyak siswa yang merasa enggan untuk pembelajaran passing bawah bola voli karena bosan dengan metode belajar yang monoton.

Pengajaran dengan menggunakan permainan 3 on 3 dapat menjadikan pembelajaran passing bawah bola voli pada siswa menjadi lebih baik, siswa lebih antusias dan merasa senang dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan dan terlihat tidak merasa bosan. Potensi menggunakan permainan 3 on 3 dalam pembelajaran passing baawah sangat membatu siswa dengan cepat melakukan pembelajaran passing bawah. Dengan permainan 3 on 3 ini siswa dapat fokus dalam pembelajaran passing bawah tanpa adanya campuran gerakan teknik dasar bola voli lainnya. Dan dengan permainan 3 on 3 ini bisa memudahkan siswa dalam pembelajaran dan tidak monoton dalam perbelajaran passing bawah bola voli. Dengan modifikasi permaian 3 on 3 dalam penelitian bidang pendidikan olahraga ada peningkatan minat dalam pengembangan metode pembelajaran yang inovatif dan efektif dalam peningkatan keterampilan siswa. Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui seberapa besar pengaruh permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar passing bawah bola voli di SDN 2 Plered.

METODE

Untuk mengetahui pengaruh modifikasi permaian 3 on 3 , peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan peneliti adalah desain pre eksperimental desain. Menurut Campbell & Stanley pre (2020) eksperimental ada tiga cara salah satunya adalah desain pretest dan posttest. Di dalam desain ini, obsevasi dilakukan sebanyak dan kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen (O_1) disebut pre-test dan observasi sesudah eksperimen (O_2) disebut posttest. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 2 Plered dengan sampel 16 siswa yang diambil dari pengambilan sampel dengan metode *Total Sempling*. *Total Sampling* adalah teknik pengambilan sampel di mana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Sebelum dilakukan perlakuan peneliti melakukan tes awal atau *Pretest* kepada sampel kemudian setelah itu dilakukan perlakuan berupa modifikasi permainan 3 on 3 selama 12 kali pertemuan, Setelah kelas tersebut mendapat perlakuan, peneliti melaksanakan tes akhir atau *Post Test*. Data hasil belajar dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Peneliti pertama-tama melakukan uji normalitas. Uji normalitas Uji dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. peneliti dapat menggunakan Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kolmogorov Smirnov yaitu dengan kriteria jika signifikan Kolmogorov Smirnov < 0.05 maka data tidak normal, sebaliknya jika signifikan Kolmogorov Smirnov > 0.05 maka data normal (Ningsih & Dukalang, 2019).Setelah uji normalitas dengan Kolmogrov Smirnov (Tabel 2), peneliti melaporkan bahwa sebaran data hasil belajar peserta didik pada penelitian ini terdistribusi secara normal. kegiatan selanjutnya adalah pengujian hipotesis/uji-t. Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan dapat diterima atau ditolak. Kriteria pengambilan keputusannya adalah 1. Jika Sig. $\geq 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak sedangkan 2. jika Sig. $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Setelah itu dilakukan uji N-Gain adalah metode yang umum digunakan untuk mengukur efektivitas suatu pembelajaran atau intervensi dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik. Dan uji N-Gain untuk mengetahui seberapa besar pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar passing bawah bola voli di SDN 2 Plered.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil belajar peserta didik saat tes awal dan tes akhir (Tabel 1 dan Tabel 1). Rata-rata hasil belajar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dengan materi passing bawah bola voli adalah 63,44 pada pretest dan 81,44 pada posttest Dari rata-rata nilai tersebut diketahui bahwa hasil belajar dengan menggunakan modifikasi permainan 3 on 3 setelah perlakuan lebih tinggi dari pada nilai tes

awal sebelum perlakuan. Namun apakah, modifikasi modifikasi permainan 3 on 3 berpengaruh terhadap hasil belajar passing bawah bola voli secara signifikan atau tidak dapat diketahui dengan uji hipotesis.

1. Penelitian Sebelum Dilakukan *Treatment*

Tabel 1

NO	NAMA	NILAI POSTTEST
1	A.R.A	90
2	A.R.B	75
3	A.Z. M	75
4	H. N	65
5	M. M	95
6	M.R	63
7	M. R.S	85
8	N.S.T	90
9	N.A	90
10	Q.A.	60
11	R.S.A	85
12	R.A.F	85
13	R.A.R	90
14	R.M.S	75
15	W.J	70
16	Y.S.F	95

2. Penelitian Setelah Dilakukan *Treatment*

Tabel 2

NO	NAMA	NILAI POSTTEST
1	A.R.A	90
2	A.R.B	75
3	A.Z. M	75
4	H. N	65
5	M. M	95
6	M.R	63
7	M. R.S	85
8	N.S.T	90
9	N.A	90
10	Q.A.	60
11	R.S.A	85
12	R.A.F	85
13	R.A.R	90
14	R.M.S	75
15	W.J	70
16	Y.S.F	95

Berdasarkan data di atas dilanjutkan dengan teknik analisis data menggunakan *software* IBM SPSS Statistik 25 dan *microsoft excel* 2019 :

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas didalamnya membahas apakah data dari pretest dan posttest ini berdistribusi normal apa tidak

Tabel.1
Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kemampuan awal passing bawah bola voli	.135	16	.200*	.919	16	.160
kemampuan akhir passing bawah bola voli	.214	16	.049	.906	16	.101

*. This is a lower bound of the true significance.
a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi 0.160 untuk *pretest* dan 0.101 untuk *posttest* yang mana nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian ini berdistribusi normal.

2. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis di dalamnya untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan atau tidak

Tabel.2
Hasil Uji t

Paired Samples Test									
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	pretest - posttest	17.063	7.122	1.781	-20.858	-13.267	-9.582	15	.000

Berdasarkan hasil analisis uji t pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0.00. Hasil tersebut menyatakan bahwa lebih kecil dari pada 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar *passing* bawah bola voli SDN 2 Plered.

3. Uji N-Gain

Setelah dilakukan uji t, dilanjutkan untuk uji N-Gain untuk mengetahui seberapa besar pengaruh modifikasi media return broad, Dengan demikian, peneliti menggunakan Uji N-Gain dan hasilnya dapat dilihat pada Tabel 3 sebagai berikut.

Tabel.3
Hasil Uji N-Gain

Descriptives					
	Kelas		Statistic	Std. Error	
4NGain_persen	1	Mean	49.8118	4.61914	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	39.9663	
			Upper Bound	59.6572	
		5% Trimmed Mean	49.9143		
		Median	52.2727		
		Variance	341.383		
		Std. Deviation	18.47654		
		Minimum	20.00		
		Maximum	77.78		
		Range	57.78		
		Interquartile Range	29.48		
		Skewness	-.128	.564	
		Kurtosis	-.997	1.091	

Pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 untuk meningkatkan hasil belajar *passing* bawah bola voli SDN 2 PLERED dapat dilihat dari persentase N- Gain diperoleh sebesar 49.81 % dan masuk dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil dari pembahasan pada pretest dan posttest dapat menunjukkan bahwa modifikasi permainan 3 on 3 dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar *passing* bawah bola voli SDN 2 Plered. sebelum menggunakan modifikasi permainan 3 on 3 dihasil penelitian sebelum dilakukan *treatment* dengan nilai rata – rata (*mean*) *pretest* adalah 63,44 hanya memperoleh nilai dengan kategori baik adalah 62,5% dengan frekuensi 10 siswa dan nilai dengan kategori cukup adaah 37,5% dengan prekuensi 6 siswa. setelah menggunakan modifikasi modifikasi permainan 3 on 3 dengan nilai rata – rata (*mean*) *posttest* adalah 81,44 diperoleh dengan kategori baik sekali adalah 52,25% dengan prekuensi 9 siswa, kategori baik 37,6% dengan prekuensi 6 siswa, dan kategori cukup 6,25% dengan prekuensi 1 siswa. Dan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi 0.160 untuk *pretest* dan 0.101 untuk *posttest* yang mana nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikasi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian ini berdistribusi normal. Dari hasil analisis uji t menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0.00. Hasl tersebut menyatakan bahwa lebih kecil dari pada 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar *passing* bawah bola voli SDN 2 Plered. Pada Uji N-Gain terdapat pengaruh Sebesar 49.81 % pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar *passing* bawah bola voli. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadi Purwanto (2022), degan judul Metode Pembelajaran “Permainan 3 On 3” untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli pada Siswa.

SIMPULAN

Terdapat Pengaruh modifikasi permainan 3 on 3 terhadap hasil belajar *passing* bawah bola voli SDN 2 PLERED sebesar 49.81 % dan masuk dalam kategori sedang

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan Jurnal ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, baik langsung maupun tidak langsung yang telah membantu dalam penulisan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- ABSTRAK Ellen Yogiarto “ Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Permainan Bola Voli Melalui Permainan Volsal Pada Siswa Kelas VII I SMP Negeri 21 Semarang Semester 2 Tahun Pelajaran 2023/2024 ” Berdasarkan hasil belajar.* (2024). 581–586.
- Agusti, N. M., & Aslam, A. (2022). Efektivitas Media Pembelajaran Aplikasi Wordwall Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 5794–5800. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3053>
- Ardilla, M., & Firdaus, R. (2024). *service, receive, attack, toss, block*. 7, 303–311.
- Aulia, W., Suryansah, S., & Januarto, O. B. (2022). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP: Literature Review. *Sport Science and Health*, 4(1), 94–102. <https://doi.org/10.17977/um062v4i12022p94-102>
- Bawah, P. (2016). *Penilaian Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Melalui Tes Pengamatan Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 2 Sidoharum Tahun Ajaran 2015 / 2016*. 1–8.
- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, R., Cahyono, D., Sukmawati, E., & CS, A. (2023). Peran Pendidikan Jasmani dalam Pengembangan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2538–2546. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4506>
- Elan, E., Sumardi, S., & Juandi, A. S. (2022). Penyusunan Instrumen Penelitian Tindakan Kelas dalam Upaya Peningkatan Keterampilan Sosial. *Jurnal Paud Agapedia*, 6(1), 91–98. <https://doi.org/10.17509/jpa.v6i1.51339>
- Hayatinnupus, H., & Permatasari, I. (2019). Penerapan Metode Permainan dalam Peningkatan Keterampilan Membaca Permulaan di Kelas I Sekolah Dasar. *Sekolah Dasar: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan*, 28(1), 50–54. <https://doi.org/10.17977/um009v28i12019p050>

- Helensi, P. (2022). *JOTE Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022 Halaman 628-639 JOURNAL ON TEACHER EDUCATION Research & Learning in Faculty of Education Pengaruh Metode Latihan Variasi terhadap Ketrampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 59 Palembang*. 4, 628–639.
- Huda, M. N., & Irsyada, M. (2023). Indikator Permainan Bolavoli Proliga Putra 2023. *JPO : Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(2), 18–25.
- Ilmiah, J., Bina Guna Medan, S., & Medan, ; Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna. (2024). *Analisis Tingkat Keterampilan Passing Bawah Bola Voli Usia 16-19 Tahun Analysis of Volleyball Bottom Passing Skill Levels Age 16-19 Years*. 12(1), 1–11.
- Indik Syahrabanu, R. P. (2023). Jurnal dunia pendidikan. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(November), 67–78. <http://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP/article/view/2083>
- Irfan Syahrone, M. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *EJurnal Al Musthafa*, 2(3), 43–56. <https://doi.org/10.62552/ejam.v2i3.50>
- Jasmani, J. P. (2025). 1, 2, 3 * 4(1), 21–30.
- Karnia, F. T., & Suryawan, A. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Think Talk Write (Ttw) Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Pancasila Kelas Iv Mim Al Muttaqien. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 14(2), 50–62. <https://doi.org/10.21009/jpd.v14i2.39914>
- Komarudin, K. (2021). Implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan pendekatan saintifik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 57–65. <https://doi.org/10.21831/jppi.v17i1.39817>
- Lutfi, A., & Amanda, F. (2021). Pengaruh Latihan 3 Vs 3 Terhadap Hasil. *Jurnall Edukasimu*, 1(2), 1–8.
- Malla Avila, D. E. (2022). No Title הכי קשה לראות מה את שבאמת לנגד העיניים. הארץ, 8.5.2017, 2003–2005.
- Mardiyani, R. (n.d.). *Dalam Pembelajaran Akuntansi Materi Jurnal Penyesuaian Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma Negeri 3 Bukittinggi Dengan Metode Bermain Peran (Role Playing)*.
- Model, P., Course, P., & Horay, R. (2021). e-ISSN : 2656-0887 2012 JESBIO Vol . IX No . 2 , November 2020 TERHADAP AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR SISWA PADA MATERI KEANEKARAGAMAN HAYATI KELAS X SMA NEGERI 1 Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Almuslim Email : tutiliana.liana85@gmail.com Dit. IX(2), 55–60. <http://www.jfkip.umuslim.ac.id/index.php/jesbio/article/view/626/477>
- Oktavian Dhimas Eka Nur, & Gunadi Dwi. (2024). Jurnal Kreatif Olahraga. *Jurnal Keratif Olahraga*, 01, 63–72.
- Pemanfaatan, P., Dan, T., Belajar, K., Hasil, T., Ekonomi, B., Kelas, S., Ips, X., Negeri, S., Tahun, D., Lende, E. N., Gede, D., & Wirawan, K. (2021). *The Effect Of The Use Of Technology And Study Habits On The Economics Learning Outcomes Of Class XI IPS Students At SMA Negeri 6 Denpasar For Academic Year*. 3(2), 81–86. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7122255>
- Ramdani, N. G., Fauziyyah, N., Fuadah, R., Rudiyo, S., Septiyaningrum, Y. A., Salamatussa'adah, N., & Hayani, A. (2023). Definisi Dan Teori Pendekatan, Strategi, Dan Metode Pembelajaran. *Indonesian Journal of Elementary Education and Teaching Innovation*, 2(1), 20. [https://doi.org/10.21927/ijeeti.2023.2\(1\).20-31](https://doi.org/10.21927/ijeeti.2023.2(1).20-31)
- Syafi, M., & Hidayat, T. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 12, 1–6.
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 5(3), 395. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>
- Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1220–1230. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>