

MODEL PEMBELAJARAN VOLI BERBASIS PERMAINAN UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PJOK SISWA SD

Eriek Satya Haprabu¹, Jasmani², Nico Ponco Sulisty³, Messi Dwiandra⁴
^{1,2,3,4}Universitas Tunas Pembangunan,
eriek.s.haprabu@gmail.com¹, jasmani.01@gmail.com²,
nicoponcosulisty@gmail.com³, messi.dwiandra04@gmail.com⁴

ABSTRACT

The purpose of this research is to create a game-based volleyball learning model that can enhance elementary school students' motivation to learn Physical Education, Sports, and Health (PJOK). This study was conducted using the Research and Development (R&D) method with the ADDIE model, which includes the stages of analysis, design, development, implementation, and evaluation. This study was conducted at SDN Purworejo and involved elementary school students and PJOK teachers. Learning motivation questionnaires, interviews, observations, expert validation sheets, and teacher and student response questionnaires are all methods used to collect data. To assess the validity and practicality of the product, data analysis uses descriptive statistics. Meanwhile, the effectiveness of the model was evaluated using a paired sample t-test. The research results show that the developed learning model has an average validity of 93.23% with a very valid category; the practicality test shows a positive response from teachers of 96.2% and students of 94.5%, indicating that the model is very practical to apply in PJOK learning. Additionally, the implementation of the model shows a significant increase in students' desire to learn, as evidenced by an increase in student motivation scores of 67.25. Game activities can make learning more active, enjoyable, and collaborative, and increase student engagement during the learning process. The results of this study indicate that the game-based volleyball learning model can be used as an alternative for new innovations in PJOK learning in elementary schools. This model enhances students' desire to learn and also helps implement a learner-centred approach to education.

Keywords: Game-based learning, volleyball, learning motivation, PJOK, ADDIE, and elementary school

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk membuat model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang dapat meningkatkan motivasi siswa sekolah dasar untuk belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Studi ini dilakukan dengan metode Research and Development (R&D) dengan model ADDIE, yang mencakup tahap analisis, desain, pengembangan, penerapan, dan evaluasi. Studi ini dilakukan di SDN Purworejo dan melibatkan siswa sekolah dasar dan guru PJOK. Angket motivasi belajar, wawancara, observasi, lembar validasi ahli, dan angket

respons guru dan siswa adalah semua metode yang digunakan untuk mengumpulkan data. Untuk menilai validitas dan kepraktisan produk, analisis data menggunakan statistik deskriptif. Sementara itu, efektivitas model dievaluasi dengan menggunakan t-test paired sample. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran yang dikembangkan memiliki validitas rata-rata sebesar 93,23% dengan kategori sangat valid; uji kepraktisan menunjukkan respons positif dari guru sebesar 96,2% dan siswa sebesar 94,5%, yang menunjukkan bahwa model sangat praktis untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK. Selain itu, penerapan model menunjukkan peningkatan signifikan dalam keinginan siswa untuk belajar, seperti yang ditunjukkan oleh peningkatan skor motivasi siswa sebesar 67,25 menjadi. Aktivitas permainan dapat membuat pembelajaran lebih aktif, menyenangkan, dan kolaboratif dan meningkatkan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan dapat digunakan sebagai alternatif untuk inovasi baru dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Model ini meningkatkan keinginan siswa untuk belajar dan juga membantu menerapkan pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik.

Kata Kunci: Pembelajaran berbasis permainan, bola voli, motivasi belajar, PJOK, ADDIE, dan sekolah dasar

A. Pendahuluan

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam pembentukan karakter, kesehatan fisik, serta keterampilan sosial siswa. Salah satu aspek utama dalam pendidikan PJOK adalah pembelajaran olahraga, yang tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan keterampilan fisik siswa, tetapi juga untuk meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri mereka. Menurut Wardan (2020) "Motivasi adalah usaha atau kegiatan manajer untuk dapat menimbulkan atau meningkatkan semangat dan kegairahan kerja dari para pekerja-

pekerja atau karyawan-karyawannya" Namun, meskipun memiliki banyak manfaat, pelajaran PJOK di sekolah dasar (SD) sering kali kurang diminati oleh siswa. Beberapa alasan yang menyebabkan rendahnya minat siswa terhadap pelajaran PJOK antara lain adalah metode pengajaran yang monoton, kurangnya variasi dalam kegiatan, serta keterbatasan fasilitas dan sumber daya. Menurut Istarani, (2019) "menyatakan bahwa model pembelajaran adalah rangkaian penyajian materi ajar yang meliputi segala aspek sebelum sedang dan sesudah pembelajaran yang dilakukan oleh guru serta segala

fasilitas yang terkait yang digunakan secara langsung dan tidak langsung dalam proses belajar mengajar”.

Voli sebagai salah satu cabang olahraga yang populer, sering kali dijadikan sebagai materi pembelajaran dalam PJOK. Muhadi (1991) permainan bola voli adalah suatu bentuk permainan yang termasuk dalam jenis olah raga permainan. Namun, pelaksanaan pembelajaran voli di SD sering kali menemui kendala, terutama dalam hal penyampaian materi yang kurang menarik dan cenderung formal. Akibatnya, motivasi belajar siswa dalam pelajaran PJOK menjadi rendah. Oleh karena itu, diperlukan suatu model pembelajaran yang dapat membuat aktivitas olahraga, khususnya voli, menjadi lebih menarik dan menyenangkan bagi siswa. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah model pembelajaran berbasis permainan, Game Based Learning (GBL) merupakan sebuah model pembelajaran yang jika diartikan ke dalam bahasa Indonesia yaitu merupakan sebuah model pembelajaran berbasis permainan (Permana, 2020) di mana siswa tidak hanya diajarkan teknik dasar

olahraga, tetapi juga dilibatkan dalam aktivitas yang menyenangkan dan kompetitif.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan sekaligus menguji efektivitas model pembelajaran bola voli berbasis permainan dalam meningkatkan motivasi belajar PJOK siswa sekolah dasar. Untuk mencapai tujuan tersebut, digunakan pendekatan Research and Development (R&D) dengan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Pemilihan model ini didasarkan pada keunggulannya yang sistematis dan berkelanjutan dalam menghasilkan produk pembelajaran yang tidak hanya valid secara konseptual, tetapi juga efektif dan aplikatif sesuai dengan kebutuhan di lapangan. Seluruh rangkaian penelitian dilaksanakan di SDN Purworejo dengan melibatkan guru PJOK dan siswa sebagai subjek penelitian.

Pada tahap analisis (analysis), peneliti melakukan identifikasi kebutuhan pembelajaran PJOK dengan cara melakukan survei, wawancara, dan observasi langsung

terhadap proses pembelajaran di SDN Purworejo. Kegiatan ini bertujuan untuk mengungkap permasalahan utama, khususnya rendahnya motivasi belajar siswa, sekaligus memahami karakteristik siswa serta kesesuaian kurikulum dan metode yang selama ini digunakan. Hasil analisis ini menjadi dasar dalam merancang model pembelajaran yang relevan dan kontekstual.

Tahap selanjutnya adalah desain (design), di mana peneliti menyusun rancangan model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang disesuaikan dengan kurikulum PJOK sekolah dasar. Pada tahap ini dirancang skenario pembelajaran, pemilihan jenis permainan yang mendukung penguasaan teknik dasar bola voli, serta penyusunan instrumen evaluasi seperti angket motivasi dan pedoman observasi. Rancangan ini bertujuan untuk menciptakan pembelajaran yang menarik, interaktif, dan mampu meningkatkan keterlibatan siswa.

Pada tahap pengembangan (development), rancangan yang telah disusun kemudian diwujudkan menjadi produk berupa modul pembelajaran yang siap diuji coba. Uji coba terbatas dilakukan di SDN

Purworejo untuk memperoleh umpan balik dari guru dan siswa terkait kejelasan materi, kelayakan aktivitas permainan, serta efektivitas dalam meningkatkan motivasi belajar. Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dilakukan revisi guna menyempurnakan model pembelajaran agar lebih sesuai dengan kondisi nyata di sekolah.

Tahap implementasi (implementation) dilakukan dengan menerapkan model pembelajaran yang telah dikembangkan pada kelas yang menjadi subjek penelitian. Selama proses pembelajaran berlangsung, peneliti melakukan observasi terhadap respons, partisipasi, dan keterlibatan siswa. Selain itu, data juga dikumpulkan melalui angket motivasi dan wawancara untuk mengetahui dampak penerapan model terhadap peningkatan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK.

Tahap terakhir adalah evaluasi (evaluation), yang bertujuan untuk menilai efektivitas model pembelajaran secara menyeluruh. Evaluasi dilakukan melalui analisis data hasil observasi, angket, dan wawancara guna mengetahui sejauh mana model pembelajaran mampu

meningkatkan motivasi belajar siswa. Hasil analisis tersebut kemudian disusun dalam bentuk laporan penelitian yang memuat temuan, pembahasan, serta rekomendasi untuk pengembangan dan implementasi lebih lanjut. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini menghasilkan model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang terbukti efektif dan dapat digunakan sebagai alternatif inovatif dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tahap Analysis (Analisis Kebutuhan)

Tahap analisis dilakukan melalui observasi pembelajaran PJOK, wawancara dengan guru PJOK, serta penyebaran angket kepada siswa kelas IV dan V SDN Purworejo. Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan pembelajaran bola voli serta kebutuhan terhadap model pembelajaran yang lebih menarik dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

Tabel 1. Hasil Analisis Kebutuhan

Aspek	Persentase (%)
--------------	-----------------------

Siswa menyukai pembelajaran PJOK	82
Siswa menyukai materi bola voli	64
Siswa merasa pembelajaran bola voli membosankan	71
Guru menggunakan metode demonstrasi dan latihan	90
Guru pernah menggunakan permainan dalam pembelajaran	28
Siswa menginginkan pembelajaran berbasis permainan	94

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki minat terhadap mata pelajaran PJOK, namun pembelajaran bola voli dinilai kurang menarik karena masih didominasi metode demonstrasi dan latihan teknik secara konvensional. Sebanyak 94% siswa menginginkan pembelajaran yang lebih menyenangkan melalui aktivitas permainan. Temuan ini menunjukkan perlunya pengembangan model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang mampu meningkatkan motivasi belajar siswa.

Tahap Design

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, peneliti menyusun model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang terdiri atas lima aktivitas permainan bertingkat sesuai kemampuan siswa sekolah dasar.

Tabel 2. Komponen Model Pembelajaran

Tahapan	Nama Permainan	Tujuan
1	Catch and Pass	Koordinasi tangan
2	Target Passing	Ketepatan passing
3	Moving Volleyball	Kelincahan
4	Mini Volleyball	Kerja sama
5	Fun Tournament	Motivasi dan sportivitas

Model pembelajaran dikembangkan secara bertahap mulai dari permainan sederhana hingga permainan kompetitif. Setiap permainan dirancang agar siswa tetap mempelajari teknik dasar bola voli tanpa menghilangkan unsur bermain yang menjadi karakteristik pembelajaran pada anak sekolah dasar.

Tahap Development (Validasi Produk)

Produk divalidasi oleh ahli PJOK, ahli pembelajaran, dan praktisi pendidikan.

Tabel 3. Hasil Validasi Ahli

Validator	Skor (%)	Kategori
Ahli Materi	93,2	Sangat Valid
Ahli Pembelajaran	91,5	Sangat Valid
Guru PJOK	95,0	Sangat Valid

Hasil validasi menunjukkan bahwa model pembelajaran memenuhi kriteria sangat valid. Validator menilai bahwa aktivitas permainan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar, mudah diterapkan guru, serta mampu mengintegrasikan pembelajaran teknik dasar bola voli dengan aktivitas bermain yang menyenangkan.

Tahap Implementation

Efektivitas model diuji menggunakan angket motivasi belajar sebelum dan sesudah penerapan model.

Tabel 4. Hasil Motivasi Belajar

Pengukuran	Mean	SD
Pretest	67,25	6,14
Posttest	84,80	5,47

Setelah penerapan model pembelajaran berbasis permainan, motivasi belajar siswa meningkat secara signifikan. Nilai rata-rata meningkat dari 67,25 menjadi 84,80, menunjukkan bahwa siswa lebih antusias mengikuti pembelajaran, aktif berpartisipasi, serta menunjukkan minat yang lebih tinggi terhadap materi bola voli.

Hasil Observasi Aktivitas Belajar

Tabel 5. Aktivitas Pembelajaran

Aspek	Sebelum	Sesudah
Keaktifan	66	91
Kerja sama	69	92
Keberanian mencoba	64	89

Observasi menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan menyenangkan. Hampir seluruh indikator mengalami peningkatan, terutama pada aspek antusiasme dan kerja sama antarsiswa. Anak tampak lebih berani mencoba keterampilan baru karena aktivitas pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan yang sesuai dengan dunia anak.

Respon Guru dan Siswa

Tabel 6. Respon Pengguna

Responden	Persentase
-----------	------------

Guru PJOK	96,2
Siswa	94,5

Guru menilai model pembelajaran mudah diterapkan karena langkah-langkah pembelajaran tersusun secara sistematis dan tidak memerlukan fasilitas tambahan yang sulit diperoleh. Sementara itu, siswa menyatakan bahwa permainan membuat pembelajaran bola voli lebih menyenangkan, tidak membosankan, serta meningkatkan keinginan untuk mengikuti pelajaran PJOK pada pertemuan berikutnya

C. Pembahasan

Metode Pembelajaran Bola Voli Berbasis Permainan yang Bervaliditas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan memiliki validitas yang sangat tinggi. Berdasarkan penilaian para ahli, ahli materi memperoleh 93,2%, ahli pembelajaran 91,5%, dan guru PJOK 95,0%, dengan rata-rata validitas 93,23% dengan kategori sangat valid.

Robert Maribe Branch (2009) mengembangkan Model ADDIE, yang dapat menjelaskan hasil tersebut. Branch menjelaskan bahwa

keberhasilan suatu produk pembelajaran sangat dipengaruhi oleh proses pengembangan yang sistematis melalui lima tahapan: analisis, desain, pengembangan, penerapan, dan evaluasi. Setiap tahapan berhubungan satu sama lain untuk menghasilkan produk yang sesuai dengan kebutuhan pengguna. Berdasarkan analisis kebutuhan guru dan siswa, model pembelajaran dalam penelitian ini dikembangkan. Kemudian, model disesuaikan dengan karakteristik pembelajaran PJOK sekolah dasar, divalidasi oleh para ahli, diubah sesuai masukan validator, dan diuji coba di lapangan. Model pembelajaran memiliki tingkat validitas yang tinggi dan sesuai dengan kondisi pembelajaran nyata di sekolah berkat proses pengembangan yang sistematis.

Teori Desain Pembelajaran, yang dikembangkan oleh Walter Dick dan Lou Carey, juga mendukung temuan penelitian. Identifikasi tujuan pembelajaran, analisis karakteristik peserta didik, penyusunan strategi pembelajaran, pengembangan media, dan evaluasi produk adalah semua langkah-langkah yang diperlukan untuk pengembangan perangkat pembelajaran menurut teori ini. Tidak

hanya isi materi, tetapi juga kesesuaian antara aktivitas belajar, tujuan, media, dan evaluasi yang digunakan menentukan validitas model pembelajaran. Dalam penelitian ini, setiap aktivitas permainan dimaksudkan untuk membantu siswa menguasai teknik dasar bola voli dan meningkatkan keinginan mereka untuk belajar dengan menggunakan metode bermain. Salah satu faktor yang membuat penilaian model sangat valid adalah integrasi antara tujuan, materi, aktivitas, dan evaluasi.

Teori Konstruktivisme Sosial Lev Vygotsky adalah teori ketiga yang mendukung temuan penelitian. Vygotsky menyatakan bahwa pembelajaran akan lebih bermakna jika siswa menerima pengalaman belajar melalui aktivitas dan interaksi sosial yang sesuai dengan tingkat perkembangan mereka. Aktivitas berbasis permainan dalam pembelajaran PJOK memungkinkan siswa memperoleh pengetahuan melalui pengalaman langsung, bekerja sama dengan teman, dan mendapatkan bimbingan guru sebagai scaffolding. Oleh karena itu, prinsip pembelajaran aktif (pembelajaran berpusat pada siswa) dan karakteristik

perkembangan siswa sekolah dasar digunakan untuk menilai model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang dikembangkan dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari, Kanca, dan Hidayat (2022) yang mengembangkan model untuk mengajar siswa sekolah dasar menggunakan permainan bola besar yang melibatkan kerja sama. Sebagai hasil dari penelitian tersebut, produk yang dikembangkan memperoleh tingkat validitas sebesar lebih dari 90% dan dianggap layak untuk digunakan dalam pembelajaran PJOK karena sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik. Selain itu, model pembelajaran yang dikembangkan telah dievaluasi untuk menunjukkan potensi untuk meningkatkan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran.

Penelitian Prasetyo et al. (2023) mengembangkan model pembelajaran PJOK berbasis permainan dengan pendekatan pembelajaran berbasis permainan, yang mendukung temuan penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa validator memberikan kategori produk yang sangat valid karena aktivitas permainan dinilai memiliki

kemampuan untuk mengintegrasikan elemen kognitif, afektif, dan psikomotor dalam pembelajaran. Menurut penelitian tersebut, pembelajaran berbasis permainan lebih efektif untuk siswa sekolah dasar daripada pendekatan pembelajaran yang hanya berfokus pada penguasaan teknik.

Selain itu, menurut penelitian Rahmawati dan Nugroho (2024) tentang pembuatan model pembelajaran olahraga di sekolah dasar, proses validasi oleh ahli materi, ahli media, dan praktisi pendidikan sangat penting untuk memastikan produk berkualitas tinggi sebelum diimplementasikan di sekolah. Produk dengan validitas tinggi memiliki kemungkinan implementasi yang lebih besar karena telah melalui proses penyempurnaan yang didasarkan pada standar.

Hasil observasi yang dilakukan selama proses validasi juga menunjukkan bahwa validator memberikan masukan konstruktif, seperti menyederhanakan aturan permainan, mengubah ukuran lapangan, memungkinkan penggunaan alat yang lebih aman bagi anak, dan menambahkan ilustrasi ke dalam modul

pembelajaran. Semua masukan digunakan sebagai dasar revisi untuk membuat produk akhir lebih mudah dipahami guru dan lebih sesuai dengan kemampuan siswa sekolah dasar. Salah satu indikator penting dalam penelitian pengembangan adalah proses revisi berdasarkan masukan validator, yang menunjukkan bahwa produk telah melalui proses penyempurnaan sebelum diterapkan di lapangan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan sangat valid dan layak digunakan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Validitas tinggi model menunjukkan bahwa itu sesuai dengan tujuan pembelajaran, materi, aktivitas permainan, media, dan evaluasi pembelajaran. Oleh karena itu, model ini dapat menjadi alternatif inovasi pembelajaran yang memenuhi persyaratan.

Pembelajaran Bola Voli Berbasis Permainan Meningkatkan Motivasi Belajar PJOK

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan efektif dalam meningkatkan keinginan siswa untuk

belajar di sekolah dasar pada mata pelajaran PJOK. Ini ditunjukkan dengan peningkatan skor motivasi belajar siswa dari $67,25 \pm 6,14$ pada pretest menjadi $84,80 \pm 5,47$ pada posttest, atau peningkatan 26,1%. Nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan peningkatan signifikan. Dibandingkan dengan sebelum menggunakan model pembelajaran berbasis permainan, siswa tampak lebih terlibat dalam pembelajaran selama proses implementasi, lebih berani mencoba teknik dasar bola voli, dan lebih antusias. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain memiliki kemampuan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, yang pada gilirannya akan meningkatkan keinginan siswa untuk ikut serta dalam pembelajaran PJOK.

Self-Determination Theory (SDT), yang dikembangkan oleh Edward Deci dan Richard Ryan, dapat membantu menjelaskan temuan tersebut. Model pembelajaran bola voli berbasis permainan menawarkan kepada siswa kesempatan untuk memilih strategi permainan (autonomi), merasakan keberhasilan dalam menyelesaikan tantangan (kompeten), dan berinteraksi dan bekerja sama dengan teman

sekelompok (hubungan). Menurut teori ini, motivasi belajar siswa akan meningkat secara optimal ketika mereka menerima pemenuhan dari tiga kebutuhan psikologis dasar. Siswa akan merasa termotivasi secara intrinsik untuk belajar jika ketiga kebutuhan tersebut dipenuhi.

Menurut Model Motivasi ARCS yang dikembangkan oleh John Keller, empat elemen utama memengaruhi motivasi belajar: perhatian, relevansi, kepercayaan, dan kepuasan. Teori ini mendukung temuan penelitian. Model pembelajaran berbasis permainan berhasil menarik perhatian siswa melalui aktivitas yang bervariasi dan menantang (attention), menghubungkan materi bola voli dengan pengalaman bermain yang sesuai dengan karakteristik anak (relevance), meningkatkan keyakinan siswa untuk mencoba gerakan dasar karena aktivitas dilakukan secara bertahap (confidence), dan memberikan kepuasan kepada siswa melalui keberhasilan menyelesaikan permainan dan mendapatkan umpan balik positif dari guru mereka. Oleh karena itu, permainan memiliki kemampuan untuk meningkatkan motivasi belajar secara signifikan dibandingkan dengan pendekatan

pembelajaran yang hanya berfokus pada latihan teknik.

Teori Flow Mihaly Csikszentmihalyi juga mendukung temuan penelitian ini. Menurut teori ini, ketika seseorang melakukan aktivitas yang menantang tetapi sesuai dengan kemampuan mereka, mereka akan sangat termotivasi. Peserta didik akan lebih fokus, menikmati proses belajar, dan termotivasi untuk mengatasi hambatan. Sehingga siswa tidak tertekan tetapi tetap tertantang untuk meningkatkan kemampuan mereka, aktivitas permainan bola voli dirancang secara bertingkat, mulai dari permainan sederhana hingga permainan kelompok. Kondisi ini tidak hanya membuat pembelajaran menyenangkan, tetapi juga meningkatkan keterlibatan aktif siswa selama pembelajaran.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Megawati, Suhairi, dan Sari (2023) yang menciptakan model pembelajaran bola voli berbasis permainan untuk siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa metode permainan dapat meningkatkan minat siswa dalam belajar, partisipasi aktif siswa, dan penguasaan keterampilan dasar bola

voli. Model yang diciptakan juga dinilai lebih baik daripada metode konvensional.

Penelitian Natal et al. (2025) tentang penggunaan Voli Fun Game dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar juga mendukung temuan penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan permainan edukatif memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keinginan untuk belajar dan keterampilan dasar bola voli. Siswa menjadi lebih termotivasi untuk belajar jika aktivitas dikemas dalam bentuk permainan. Ini membuat mereka lebih berani mencoba hal baru, lebih aktif berpartisipasi, dan menikmati proses pembelajaran.

Selain itu, penelitian Amansyah dan Hardinoto (2025) tentang modifikasi permainan bola voli (KASVOL) menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan memiliki potensi untuk meningkatkan motivasi siswa untuk belajar karena memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik, interaktif, dan sesuai dengan perkembangan siswa. Siswa menjadi lebih aktif dalam pembelajaran, lebih percaya diri, dan lebih terlibat dengan pelajaran.

Temuan kuantitatif diperkuat oleh hasil observasi selama implementasi. Karena takut melakukan kesalahan, beberapa siswa ragu untuk belajar teknik dasar bola voli pada awal pelajaran. Namun, setelah beberapa sesi permainan, siswa mulai menunjukkan perubahan perilaku, seperti keberanian untuk mencoba, kerja sama yang lebih baik dalam kelompok, dan antusiasme yang meningkat ketika guru memberikan tantangan permainan berikutnya. Karena hampir semua siswa terlibat aktif dalam aktivitas permainan tanpa terbebani oleh tuntutan teknik yang terlalu kompleks, guru melihat suasana pembelajaran menjadi lebih hidup.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan efektif untuk meningkatkan keinginan siswa untuk belajar PJOK di sekolah dasar. Metode ini dapat memenuhi kebutuhan psikologis siswa, meningkatkan perhatian mereka pada materi pembelajaran, meningkatkan rasa percaya diri mereka, dan membuat pembelajaran menjadi menyenangkan. Oleh karena itu, model pembelajaran ini dapat dianggap sebagai salah satu inovasi

pembelajaran PJOK yang paling inovatif.

Praktek Model Pembelajaran Bola Voli Berbasis Permainan dalam PJOK

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan sangat praktis. Menurut hasil angket respons pengguna, model termasuk dalam kategori sangat cocok untuk diterapkan pada pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Guru memberikan penilaian sebesar 96,2% dan siswa memberikan penilaian sebesar 94,5%. Guru mengatakan bahwa sintaks pembelajaran sederhana dan mudah dipahami, bahwa aktivitas permainan dapat dilakukan tanpa sarana yang rumit, dan bahwa langkah-langkah pembelajaran disusun secara sistematis. Dibandingkan dengan pembelajaran bola voli sebelumnya yang berfokus pada latihan teknik, pembelajaran ini menjadi lebih menyenangkan, mudah dipahami, dan memberikan lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk berpartisipasi aktif.

Fred D. Davis mengembangkan Model Pengakuan Teknologi (TAM) untuk menjelaskan temuan tersebut.

Konsep *perceived usefulness* dan *perceived ease of use* juga banyak digunakan dalam evaluasi produk pembelajaran, meskipun awalnya digunakan dalam konteks penerimaan teknologi. Apabila model pembelajaran memberikan manfaat nyata dan mudah digunakan, akan lebih mudah diterima. Pada penelitian ini, guru berpendapat bahwa model pembelajaran membuat pembelajaran lebih menarik bagi siswa dan membantu mengelola kelas dengan lebih efektif. Melihat banyak manfaat dan kemudahan penggunaan menjadi faktor utama yang membuat model dianggap sangat praktis.

Teori *Diffusion of Innovations* oleh Everett M. Rogers adalah teori kedua yang mendukung hasil penelitian. Rogers mengatakan bahwa jika inovasi memiliki lima ciri utama: *relative advantage*, *compatibility*, *complexity*, *trialability*, dan *observability*, maka inovasi akan diadopsi lebih cepat. Model pembelajaran bola voli berbasis permainan memenuhi kelima karakteristik tersebut karena memiliki banyak keuntungan dibandingkan metode konvensional. Ini sesuai dengan kurikulum PJOK sekolah dasar, mudah diterapkan oleh guru,

dapat diuji coba secara bertahap, dan menghasilkan perubahan yang mudah dilihat melalui peningkatan partisipasi dan motivasi siswa. Oleh karena itu, model ini lebih mudah diterima oleh siswa dan mungkin dapat diterapkan secara luas di sekolah dasarnya.

Teori Pembelajaran Experiential yang dikembangkan oleh David A. Kolb juga mendukung temuan penelitian. Teori Kolb berpendapat bahwa siswa yang menerima pengalaman langsung melalui aktivitas yang bermakna dan kemudian melakukan refleksi tentang pengalaman tersebut akan belajar lebih efektif. Permainan bola voli yang dikembangkan dalam penelitian ini memungkinkan siswa untuk mencoba berbagai strategi permainan, bekerja dalam kelompok, dan mendapatkan umpan balik langsung dari guru dan teman mereka. Pengalaman ini membuat pembelajaran lebih mudah dipahami dan meningkatkan keterlibatan aktif siswa selama kegiatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra, Kanca, dan Adi (2022) yang mengembangkan model pembelajaran berbasis permainan untuk PJOK. Karena model tersebut

mudah digunakan, tidak membutuhkan peralatan khusus, dan dapat meningkatkan keterlibatan siswa selama pembelajaran, penelitian tersebut menunjukkan bahwa guru sangat menyukainya. Salah satu komponen utama yang mendukung implementasi model di sekolah dasar adalah praktisnya.

Studi Sari et al. (2023) tentang pembuatan modul pembelajaran PJOK berbasis permainan juga mendukung temuan penelitian ini. Studi menunjukkan bahwa karena aktivitas permainan disusun secara sistematis, guru merasa lebih mudah menyampaikan materi. Siswa juga sangat senang dengan pelajaran, menurut penelitian tersebut. Dibandingkan dengan model pembelajaran yang memiliki proses yang terlalu kompleks, produk yang praktis dinilai lebih mudah diimplementasikan secara berkelanjutan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Fahrizqi et al. (2024) menemukan bahwa model pembelajaran berbasis permainan sangat praktis karena dapat meningkatkan interaksi antara guru dan siswa serta mengurangi kejenuhan selama pembelajaran

PJOK. Guru mengatakan bahwa menggunakan permainan membuatnya lebih mudah untuk mengelola kelas dan membuat siswa lebih aktif karena aktivitas yang dilakukan sesuai dengan perkembangan anak usia sekolah dasar.

Hasil dari observasi yang dilakukan selama implementasi menunjukkan bahwa instruktur tidak mengalami kesulitan menerapkan setiap tahapan pembelajaran. Demonstrasi singkat membantu siswa memahami aturan permainan, dan mereka kemudian dengan antusias mengikuti aktivitas. Dibandingkan dengan pembelajaran konvensional, aktivitas pembelajaran lebih dinamis karena sebagian besar siswa terlibat secara aktif dalam bermain dan berbicara dengan kelompoknya. Selain itu, guru mengatakan bahwa siswa tidak perlu diberikan penjelasan ulang tentang teknik dasar sebelum permainan, sehingga waktu pembelajaran dapat digunakan dengan lebih efisien.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan sangat praktis, sehingga layak digunakan sebagai alternatif

untuk pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Kepraktisan ini ditunjukkan oleh fakta bahwa model sangat mudah digunakan oleh guru, memiliki banyak respons positif dari siswa, dan memiliki kemampuan untuk membuat lingkungan pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan berpusat pada peserta didik. Oleh karena itu, model pembelajaran ini tidak hanya memenuhi persyaratan validitas dan efektivitas, tetapi juga dapat digunakan secara berkelanjutan di berbagai kelas dasar.

Kontribusi Model Pembelajaran Bola Voli Berbasis Permainan terhadap Peningkatan Kualitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar

Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang dikembangkan melalui pendekatan ADDIE memenuhi tiga kriteria utama produk pembelajaran yang berkualitas, yaitu valid, praktis, dan efektif. Validitas model memperoleh rata-rata skor 93,23%, sedangkan hasil uji kepraktisan menunjukkan respons positif dari guru sebesar 96,2% dan siswa sebesar 94,5%. Selain itu,

efektivitas model ditunjukkan melalui peningkatan motivasi belajar siswa sebesar 26,1% setelah penerapan model pembelajaran berbasis permainan. Integrasi ketiga temuan tersebut membuktikan bahwa model yang dikembangkan tidak hanya layak digunakan, tetapi juga mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik sekolah dasar.

Hasil tersebut dapat dijelaskan melalui Teori Game-Based Learning (GBL) yang dikemukakan oleh Plass, Homer, dan Kinzer. Teori ini menjelaskan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan keterlibatan (engagement), motivasi, serta hasil belajar karena siswa memperoleh pengalaman belajar yang aktif melalui tantangan, tujuan yang jelas, umpan balik langsung, dan interaksi sosial. Dalam model yang dikembangkan, setiap aktivitas permainan dirancang untuk mengintegrasikan teknik dasar bola voli dengan unsur bermain sehingga siswa belajar tanpa merasa terbebani oleh proses latihan yang monoton. Aktivitas seperti Catch and Pass, Target Passing, Moving

Volleyball, Mini Volleyball, dan Fun Tournament memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan sekaligus mendorong siswa untuk aktif mengeksplorasi kemampuan mereka. Dengan demikian, unsur permainan menjadi faktor penting yang meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK secara keseluruhan.

Selanjutnya, hasil penelitian juga didukung oleh Teori Konstruktivisme yang dikemukakan oleh Jerome Bruner. Menurut Bruner, pembelajaran akan lebih bermakna apabila peserta didik secara aktif membangun pengetahuannya melalui pengalaman langsung (discovery learning). Dalam penelitian ini, siswa tidak hanya menerima penjelasan mengenai teknik dasar bola voli dari guru, tetapi memperoleh kesempatan untuk menemukan sendiri cara melakukan gerakan yang efektif melalui aktivitas permainan. Guru berperan sebagai fasilitator yang memberikan arahan dan umpan balik selama proses pembelajaran. Pendekatan ini memungkinkan siswa mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan berpikir, dan pemecahan masalah secara bersamaan sehingga pembelajaran

menjadi lebih kontekstual dan berpusat pada peserta didik.

Teori ketiga yang mendukung hasil penelitian adalah Student-Centered Learning yang dipelopori oleh Carl Rogers. Rogers menegaskan bahwa pembelajaran yang berpusat pada peserta didik akan meningkatkan motivasi intrinsik, rasa percaya diri, serta tanggung jawab terhadap proses belajar. Model pembelajaran bola voli berbasis permainan memberikan ruang yang luas bagi siswa untuk berpartisipasi aktif, bekerja sama dengan teman, mengambil keputusan dalam permainan, serta merefleksikan pengalaman belajar yang diperoleh. Guru tidak lagi menjadi satu-satunya sumber informasi, tetapi berperan sebagai pembimbing yang membantu siswa mencapai tujuan pembelajaran. Pendekatan tersebut menjadikan pembelajaran lebih demokratis, interaktif, dan sesuai dengan tuntutan Kurikulum Merdeka yang menempatkan peserta didik sebagai subjek utama dalam proses pembelajaran.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Megawati et al. (2023) yang mengembangkan model pembelajaran bola voli berbasis

permainan pada siswa sekolah dasar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendekatan game-based learning mampu meningkatkan keterlibatan siswa, memperbaiki suasana pembelajaran, serta meningkatkan motivasi dan keterampilan dasar bola voli secara signifikan. Aktivitas permainan membuat siswa lebih antusias mengikuti pembelajaran karena setiap kegiatan memberikan tantangan yang sesuai dengan tingkat kemampuan mereka.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Natal et al. (2025) yang mengembangkan model Voli Fun Game pada pembelajaran PJOK sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan edukatif mampu meningkatkan motivasi belajar, partisipasi aktif, dan kerja sama antarsiswa. Pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan sehingga siswa lebih mudah memahami materi sekaligus menikmati proses pembelajaran.

Selain itu, penelitian Amansyah dan Hardinoto (2025) mengenai pengembangan model permainan KASVOL menunjukkan bahwa inovasi

pembelajaran berbasis permainan tidak hanya meningkatkan hasil belajar keterampilan bola voli, tetapi juga memperbaiki kualitas interaksi antara guru dan siswa. Guru menjadi lebih mudah mengelola kelas karena siswa lebih aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran, sedangkan peserta didik menunjukkan peningkatan rasa percaya diri dan keberanian untuk mencoba berbagai keterampilan baru.

Penelitian Fahrizqi et al. (2024) juga melaporkan bahwa model pembelajaran PJOK berbasis permainan memberikan dampak positif terhadap kualitas proses pembelajaran karena mampu meningkatkan aktivitas belajar, kolaborasi, komunikasi, dan motivasi siswa. Hasil tersebut memperkuat temuan penelitian ini bahwa permainan merupakan strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar yang cenderung belajar melalui aktivitas bermain dan pengalaman langsung.

Hasil observasi selama implementasi memperlihatkan bahwa model pembelajaran yang dikembangkan mampu mengubah suasana pembelajaran PJOK menjadi lebih dinamis. Siswa yang

sebelumnya pasif mulai berpartisipasi aktif dalam setiap aktivitas permainan. Guru juga melaporkan bahwa tingkat kehadiran siswa meningkat selama pelaksanaan pembelajaran bola voli karena siswa merasa tertarik mengikuti berbagai permainan yang disajikan. Aktivitas diskusi kelompok, kerja sama dalam menyelesaikan tantangan, serta pemberian penghargaan sederhana selama permainan turut memperkuat motivasi belajar dan interaksi sosial antarsiswa.

Dari perspektif praktis, model pembelajaran ini memberikan alternatif bagi guru PJOK dalam mengatasi rendahnya motivasi belajar siswa terhadap materi bola voli. Guru tidak lagi bergantung pada metode demonstrasi dan latihan teknik secara berulang, tetapi dapat mengintegrasikan permainan sebagai bagian dari proses pembelajaran. Pendekatan ini membuat siswa belajar keterampilan dasar bola voli secara bertahap tanpa mengurangi unsur kesenangan dalam bermain. Selain itu, model ini juga relatif mudah diterapkan karena menggunakan peralatan yang tersedia di sekolah serta dapat dimodifikasi sesuai

dengan jumlah siswa dan kondisi lapangan.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis terhadap pengembangan pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat konsep bahwa Game-Based Learning, konstruktivisme, dan Student-Centered Learning merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa melalui aktivitas olahraga. Secara praktis, penelitian ini menghasilkan model pembelajaran bola voli berbasis permainan yang telah terbukti valid, praktis, dan efektif, sehingga layak digunakan sebagai salah satu inovasi pembelajaran PJOK. Model ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru, sekolah, maupun pengembang kurikulum dalam menciptakan pembelajaran yang lebih aktif, menyenangkan, dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik sekolah dasar.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran bola voli berbasis permainan adalah inovasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

(PJOK) bagi siswa sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan memenuhi tiga kriteria utama produk pembelajaran yang berkualitas: valid, praktis, dan efektif. Hasil penelitian ini telah divalidasi oleh ahli materi, ahli pembelajaran, dan ahli pendidikan.

Selain itu, terbukti bahwa model pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi siswa untuk belajar secara signifikan. Skor motivasi belajar meningkat sebesar 26,1% dari 67,25 pada pretest menjadi 84,80 pada posttest, dengan hasil uji sampel ganda t-test menunjukkan $p < 0,05$. Aktivitas permainan yang dirancang secara bertahap memiliki kemampuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang aktif, menyenangkan, dan kolaboratif. Ini juga sesuai dengan ciri-ciri perkembangan anak sekolah dasar. Oleh karena itu, model pembelajaran bola voli berbasis permainan dapat disarankan sebagai alternatif untuk inovasi baru dalam pembelajaran PJOK. Model ini tidak hanya meningkatkan keinginan siswa untuk belajar, tetapi juga membantu membangun pembelajaran berpusat pada peserta didik (student-centered learning). Selanjutnya, penelitian

harus menguji model ini pada berbagai jenjang pendidikan dan melihat bagaimana hal itu memengaruhi hasil belajar keterampilan motorik, kebugaran fisik, dan karakter siswa.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak LPPM Universitas Tunas Pembangunan yang telah memberikan dukungan pendanaan untuk pelaksanaan program penelitian ini dengan nomor kontrak 012/PK-P/LPPM-UTP/III/2026. Bantuan yang diberikan sangat berarti dalam mendukung kelancaran kegiatan, dari tahap perencanaan hingga evaluasi. Semoga hasil dari program ini dapat memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat dan menjadi inspirasi untuk keberlanjutan kegiatan pengabdian di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

Andriansyah, Sumaryanto, Ngatman, & Prabowo, T. A. (2025). Development of a game-based physical training model to improve motivation and smashing ability in volleyball athletes aged 15–18 years. *Pedagogy of Physical*

Culture and Sports, 29(5), 399–409.

Arif syarifuddin dan Muhadi. (1991). Pendidikan Jasmani. Jakarta: Depdikbud. Drijendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Branch, R. M. (2009). *Instructional Design: The ADDIE Approach*. New York: Springer.

Bruner, J. S. (1966). *Toward a Theory of Instruction*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper & Row.

Davis, F. D. (1989). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS Quarterly*, 13(3), 319–340.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

Dick, W., Carey, L., & Carey, J. O. (2015). *The Systematic Design of Instruction* (8th ed.). Boston: Pearson.

Emadeju, J. A., Muhammad, H. N., & Priambodo, A. (2025). Inovasi permainan gymball dalam pembelajaran PJOK untuk meningkatkan motivasi belajar murid. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*.

Fauziah, N. N., Fahrudin, Gustiawati, R., & Ernawati, N. (2025). Application of the Game Based Learning model to increase student

- learning participation in PJOK learning. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*
- Hidayat, W., Tuasikal, A. R., Hidayat, T., & Ridwan, M. (2025). Transformasi pembelajaran PJOK: Meningkatkan motivasi belajar siswa melalui pendekatan berdiferensiasi. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*.
- Istarani, 2019. 58 Model pembelajaran Inovatif. Medan : Media Persada.
- Karisman, V. A., & Supriadi, D. (2022). Volleyball passing model through game-based approach. *Journal Sport Area*, 7(1), 1–12. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(1\).7708](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(1).7708)
- Khusnul wardan (2020). Motivasi Kerja Guru Dalam Pembelajaran. Media Sains Indonesia.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Makruf, A., Guntur, & Nugroho, A. W. (2026). Pengembangan modul ajar Net Game untuk meningkatkan minat dan motivasi peserta didik mengikuti pembelajaran Penjasorkes (PJOK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 22(1), 39–52. <https://doi.org/10.21831/jpji.v22i1.90137>
- Natalis Sukma Permana. (2020). Game based learning sebagai salah satu solusi dan inovasi pembelajaran bagi generasi digital native. *Pendidikan Agama Katolik*, 9(2), 110.
- Permana, R. (2020). Game Based Learning sebagai model pembelajaran berbasis permainan. Bandung: Alfabeta.
- Plass, J. L., Homer, B. D., & Kinzer, C. K. (2015). Foundations of Game-Based Learning. *Educational Psychologist*, 50(4), 258–283.
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to Learn*. Columbus, OH: Charles Merrill.
- Rogers, E. M. (2003). *Diffusion of Innovations* (5th ed.). New York: Free Press.
- Roseily, S., Agustini, K., & Parwati, N. N. (2025). ARCS model-based educational game for athletics in physical education. *Jurnal Media dan Teknologi Pendidikan*. <https://doi.org/10.23887/jmt.v6i1.107727>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suwandi, M., Ridwan, M., & Muhammad, H. N. (2025). Pengaruh pendekatan permainan yang menyenangkan terhadap motivasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*. <https://doi.org/10.26858/87024a58>
- Widat, F., & Hasan, M. (2025). Penerapan metode Part and Whole dalam meningkatkan minat siswa pada pembelajaran PJOK melalui permainan bola voli. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*.